



PRAKTIK PENDIDIKAN MANAJEMEN KEBERSIHAN MENSTRUASI SISWI SMP/MTs

MENSTRUAL HYGIENE MANAGEMENT EDUCATION PRACTICES for MIDDLE SCHOOL STUDENTS

Wahida Yuliana^{1#}, Retno Hastri RR², Agustina Widayati³

¹⁻³ Program Studi Pendidikan Profesi Bidan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Hafshawaty Zainul Hasan Genggong, Probolinggo, Jawa Timur

ARTICLE INFORMATION

Received: May 27th 2025

Revised: June 3rd 2025

Accepted: July 14th 2025

KEYWORD

menstrual hygiene, middle school students, health education practices

CORRESPONDING AUTHOR

Nama: Wahida Yuliana

Address: Program Studi Pendidikan Profesi Bidan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Hafshawaty Zainul Hasan

E-mail: wahidayuliana44@gmail.com

No. Tlp : 082330208802

DOI : 10.62354/jurnalmedicare.v4i3.220

ABSTRACT

Pure and healthy living behaviors must be instilled from an early age, including menstrual hygiene management (MHM), which should be introduced to adolescent girls from a young age, even before they menstruate. This activity will provide many positive benefits in the future. The purpose of this study was to evaluate the practice of reproductive education related to menstrual hygiene management among middle school adolescents in the Zainul Hasan Islamic Boarding School environment, Probolinggo Regency. A cross-sectional study was conducted with a sample of 198 female adolescent students selected using stratified random sampling method. Data were collected using a questionnaire in the form of a Google form distributed online; after data processing, it was continued with descriptive analysis with SPSS version 26. The results showed that 45% of middle school students had good knowledge about maintaining hygiene during menstruation. 62% of those with good knowledge obtained MHM information from school and 25% from family. The average age of participants was 14 years (SD = 0.8). Research findings show that there are middle school students who have low levels of MHM knowledge and this makes it important for schools to collaborate with midwives to continuously provide MHM education to adolescents in addition to other health education as a form of behavioral intervention.

Perilaku hidup bersih dan sehat harus ditanamkan sejak dini; termasuk manajemen kebersihan saat menstruasi (MKM) yang perlu diperkenalkan pada remaja perempuan sejak dini bahkan sebelum mereka mengalami haid, kegiatan ini akan memberikan banyak manfaat positif di masa mendatang. Tujuan dari penelitian ini adalah mengevaluasi praktik pendidikan reproduksi terkait manajemen kebersihan menstruasi pada kalangan remaja SMP/MTs di lingkungan Pondok Pesantren Zainul Hasan Kabupaten Probolinggo. Penelitian *cross-sectional* dilakukan dengan sampel 198 siswi remaja putri yang dipilih dengan metode *stratified random sampling*. Data diambil dengan menggunakan kuesioner dalam bentuk *google form* yang disebarluaskan secara daring; setelah olah data dilanjutkan dengan analisis deskriptif dengan SPSS versi 26. Hasil penelitian menunjukkan 45% siswa SMP/MTs tersebut memiliki pengetahuan yang baik tentang menjaga kebersihan selama menstruasi. 62% dari yang memiliki pengetahuan baik tersebut, memperoleh informasi MKM dari sekolah dan 25% dari keluarga. Usia rata-rata peserta adalah 14 tahun (SD = 0.8). Temuan penelitian menunjukkan ada siswi SMP/MTs yang memiliki tingkat pengetahuan MKM yang rendah dan ini menjadikan pentingnya sekolah bekerjasama dengan bidan secara berkesinambungan memberikan edukasi MKM pada remaja selain edukasi kesehatan lainnya sebagai bentuk intervensi *behavioral*.

A. Pendahuluan

Pendidikan kesehatan yang dilakukan sejak usia dini yaitu usia sekolah akan mendorong nilai-nilai dan motivasi individu dalam menjaga kesehatan yang berdampak positif pada penurunan angka kesakitan dan kebiasaan sehat yang pada akhirnya akan berdampak pada peningkatan produktivitas, peningkatan prestasi akademik, dan kepercayaan diri (Baltabaeva dkk., 2020; Breil & Lillich, 2023).

Sekolah di Indonesia era sekarang merupakan lingkungan yang cocok untuk pendidikan kesehatan dini dikarenakan waktu yang para remaja tersebut habiskan paling banyak adalah di sekolah dibandingkan di rumah (Pulimeno dkk., 2020). Sekolah dan guru memiliki peran penting sebagai katalisator dalam mengembangkan budaya perilaku sehat pada anak didiknya dan memfasilitasi tenaga kesehatan sebagai sumber informasi Kesehatan (Daniel dkk., 2023).

Pendidikan kesehatan Manajemen Kebersihan Menstruasi (MKM) yang diberikan pada anak yang duduk di sekolah menengah pertama (SMP)/Madrasah Tsanawiyah (MTs) dapat dikategorikan pendidikan kesehatan usia dini, karena mereka rata-rata berada di usia remaja awal yaitu usia 12-15 tahun. Pada usia ini, anak-anak mulai mengalami menstruasi atau disebut *menarche* (Harvard Chan School, 2024; Lacroix dkk., 2023). Indonesia sendiri tidak memiliki data pasti berapa jumlah remaja yang telah terpapar pendidikan MKM atau data pasti jumlah siswi yang memiliki pengetahuan MKM kategori baik.

Menstruasi adalah proses fisiologis yang terjadi secara berkala pada setiap wanita. Selama masa menstruasi terdapat perubahan pada pH vagina dan mikrobioma vagina yang memungkinkan individu rentan mengalami infeksi organ reproduksi yang disebabkan oleh bakteri dan jamur (Sofiyati, 2023); oleh karena itu penting sekali mengenalkan manajemen kebersihan menstruasi yang telah dikenal sejak abad 18. Praktik dan implementasi pendidikan manajemen kebersihan menstruasi dipengaruhi oleh budaya sekitar tempat tinggal (Ety dkk., 2019), tingkat pendidikan ibu (Daniel dkk., 2023), agama, pendidikan, kondisi ekonomi (Pramana dkk., 2019), pemahaman terkait menstruasi (Harahap, 2025), serta tersedianya fasilitas air, sanitasi, dan kebersihan (Hussein dkk., 2022).

Beberapa penelitian menyatakan bahwa remaja usia awal di negara-negara yang berpendapatan rendah ataupun negara berkembang dan telah mengalami *menarche*; sebagian besar belum memiliki panduan manajemen pengelolaan menstruasi yang bersih (Abdelgawad dkk., 2024; Alam dkk., 2017; Sommer dkk., 2021). Oleh karena itu, demi pengelolaan menstruasi yang tepat, dan bersih; para anak perempuan usia sekolah terutama yang masih dalam usia remaja awal memerlukan pendidikan kesehatan tentang manajemen kesehatan menstruasi (MKM) (Abdelgawad dkk., 2024; Pednekar dkk., 2022; Royo dkk., 2024; Sommer dkk., 2021), ketersediaan produk menstruasi, teknik pembuangan yang efisien, fasilitas kebersihan yang dilengkapi air, serta bantuan masyarakat dan lingkungan (Royo dkk., 2024). Banyak sekolah-sekolah di Indonesia terutama yang di daerah pedesaan, kekurangan sarana WASH yang memadai bagi remaja putri yang menyebabkan para remaja putri tersebut seringkali menggunakan bahan-bahan tidak bersih untuk menangani menstruasi (Kumala, 2021; MacRae dkk., 2019; Markham & Dehury, t.t.; Shah dkk., 2022; Unicef & WHO, 2020).

Walaupun pemahaman mengenai istilah menstruasi hampir merata di kalangan pelajar perempuan, pengetahuan yang mendalam tentang menstruasi dan manajemen kebersihan menstruasi, masih minim (Adilah, 2024; Anggreani & Fadrijah, 2022; Purba

dkk., 2021; A. P. Putri dkk., 2024; Simanjuntak & Siagian, 2020). Sumber informasi tentang segala hal berkaitan dengan menstruasi, paling umum diperoleh dari ibu dan urutan berikutnya anggota keluarga yang lain (Betsu dkk., 2023); sedangkan guru paling kurang diminati dan pembahasannya juga tidak terlalu dalam (Betsu dkk., 2023; Coast dkk., 2019). Sumber informasi yang kurang akurat dan lengkap dan adanya kemungkinan dipengaruhi mitos dan kepercayaan; dapat berakibat rendahnya pengetahuan remaja akan MKM (Junias dkk., 2023). Rendahnya pengetahuan MKM pada remaja menyebabkan infeksi saluran kemih atau infeksi organ reproduksi menyerang yang berakibat pada kehadiran mereka di sekolah, kesejahteraan psikologis, dan partisipasi mereka di sekolah (Nugroho dkk., 2021; Susilowati dkk., 2024; Yadanar & Win, 2020).

Penelitian sebelumnya yang telah dilakukan bertujuan untuk memahami pengetahuan, faktor yang mempengaruhi perilaku MKM, percobaan metode yang efektif dalam mengajarkan MKM yang banyak difokuskan pada sekolah menengah atas (SMA)/Madrasah Aliyah (MA) (Adyani dkk., 2022; Musrika, 2022; Susilowati dkk., 2024). Penelitian ini bertujuan untuk menilai pengetahuan dan praktik MKM di kalangan siswi SMP/MTs di lingkungan pondok pesantren Hafshawaty Zainul Hasan Genggong, Kabupaten Probolinggo. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk memberikan sumbangan pada pengetahuan yang ada, guna mendukung pengembangan tindakan dan kebijakan yang peka dalam meningkatkan kondisi fasilitas serta perilaku MKM terutama di wilayah pondok pesantren, serta meningkatkan kesehatan dan pencapaian pendidikan para siswi secara keseluruhan.

B. Metode

Penelitian ini merupakan penelitian penelitian survey deskriptif yang menggunakan pendekatan *cross-sectional* berlokasi di sekolah menengah pertama (SMP) dan Madrasah Tsanawiyah (MTs) di bawah naungan pondok pesantren Zainul Hasan Genggong, Kabupaten Probolinggo, Jawa Timur. Data penelitian diambil dari 2 SMP dan 1 MTs area pondok pesantren Zainul Hasan Genggong. Area ini dipilih karena mayoritas anak didik merupakan anak-anak yang telah tinggal di pondok pesantren sejak mereka berusia $\leq 7-8$ tahun ke atas yang dibesarkan dan diasuh oleh pengasuh pondok yang mayoritas adalah senior-senior mereka.

Populasi penelitian ini adalah 398 siswi SMP & MTs di area pondok pesantren Zainul Hasan Genggong yang berusia antara 12 hingga 15 tahun di kelas 7, 8, dan 9 dan telah mencapai *menarche* dengan demikian maka dapat diukur pengetahuan dan perilaku mereka dalam mempraktikkan manajemen kebersihan menstruasi (MKM). Rentang interval kepercayaan (CI) ditetapkan 95% dengan margin kesalahan yang dapat diterima sebesar 5% dalam memperkirakan persentase praktik MKM yang buruk. Subyek penelitian atau sampel diambil dengan pendekatan *stratified random sampling*, jadi anak perempuan diambil dari setiap kelas 7, 8, dan 9 SMP dan MTs secara acak. Semua anak perempuan di ketiga sekolah di daftar sesuai kriteria inklusi untuk dipilih secara acak 133 dari masing-masing sekolah, lalu dikelompokkan berdasarkan tingkatan kelas, tiap tingkatan kelas minimal diambil secara acak 44 siswi. Namun, jika jumlahnya tidak terpenuhi maka siswi tambahan dipilih secara acak menggunakan metode undian dari kelas dengan siswi yang memenuhi syarat lebih banyak hingga kuota peserta terpenuhi. Semua siswi terpilih yang hadir di kelas pada hari survei diundang untuk berpartisipasi. Total sampel ada 198 siswi berpartisipasi dalam penelitian ini.

Kriteria inklusi yang ditetapkan pada subjek antara lain: berada di usia 12 hingga 15 tahun, telah mengalami menstruasi, telah memperoleh persetujuan orang tua/pengasuh/wali sah, juga memberikan persetujuannya sendiri untuk berkenan menjadi subyek penelitian ini dan mampu menyelesaikan kuesioner yang diberikan.

Data dikumpulkan dengan menggunakan kuesioner terstruktur dalam bentuk *google form*. Kuesioner, sebelumnya telah melalui uji coba terlebih dahulu dalam populasi target di luar sampel penelitian. Isi kuesioner terstruktur meliputi data sosiodemografi subyek penelitian, pengetahuan tentang menstruasi, pengetahuan tentang MKM, praktik MKM saat menstruasi. Praktik MKM yang baik dinilai melalui beberapa pertanyaan berisi: alat yang digunakan untuk menampung/menyerap darah menstruasi, frekuensi penggantian pembalut dalam 24 jam, frekuensi mencuci alat kelamin dalam 24 jam, dan cara membuang pembalut bekas pakai yang benar, adakah toilet terpisah untuk anak laki-laki dan Perempuan, adakah privasi dalam mengganti bahan penyerap darah menstruasi (toilet dengan pintu terkunci), adakah persiapan air dan sabun, fasilitas pembuangan limbah menstruasi yang aman, dan apakah sekolah menyediakan pembalut untuk menstruasi darurat.

Pengisian kuesioner di damping peneliti/enumerator dan seorang guru dari masing-masing sekolah yang memberikan bantuan yang dibutuhkan subyek penelitian dan mengumpulkan persetujuan. Pengumpulan data penelitian dilakukan pada bulan Januari hingga bulan Februari 2025. Data yang diperoleh setelah dilakukan olah data, data dianalisis menggunakan SPSS versi 26.

C. Hasil dan Pembahasan

Karakteristik sosiodemografi terperinci dari para siswi yang menjadi subyek penelitian ditunjukkan pada Tabel 1.

Tabel 1. Karakteristik Sosiodemografi Siswi Remaja SMP/MTs di Area Sekolah Pondok Pesantren Zainul Hasan Genggong, Kab. Probolinggo

Karakteristik	No. (N = 198)	Presentase (%)
Usia (tahun)		
13	66	33,3
14	84	42,5
15	48	24,2
Kelas		
5	58	29,3
6	72	36,4
7	68	34,3
Suku		
Jawa	77	38,9
Madura	113	57,1
Lainnya	8	4,0
Tinggal di pondok sejak usia		
± 7-8 th	107	54,0
± 9-10 th	51	25,8
Di atas 10 th	40	20,2
Tau tentang menstruasi		
Ya	189	95,5
Tidak	9	4,5
Usia saat mendengar tentang menstruasi		
11 th	32	16,2
12 th	166	83,8

Usia saat <i>menarche</i>		
10 th	7	3,0
11 th	14	7,0
12 th	123	62.1
13 th	50	25.5
Tidak ingat	4	2,0
Tersedian pembalut di sekolah		
Ya	0	0,0
Tidak	198	100.0
Penyedia pembalut		
Diri sendiri	198	100,0
Lainnya	0	0,0

Usia rata-rata dari 198 siswi remaja SMP & MTs yang berpartisipasi dalam penelitian ini, berusia rata-rata 14 tahun (SD = 0,8). 48% atau 95 siswi berada di usia berusia 13 tahun. 135 siswi (68%) bersuku madura. Usia *menarche* siswi dilaporkan terjadi antara 12 dan 13 tahun sebanyak 147 siswi (n = 198; 74%). Usia rata-rata terjadinya *menarche* yaitu di usia 13 tahun (SD = 1,15).

Fasilitas dan Dukungan Terkait MKM di Sekolah

Tabel 2. Fasilitas WASH Sekolah dan Dukungan Bagi Siswi Remaja di SMP & MTs Zainul Hasan Genggong

Variabel	No. (N = 198)	Prosentase (%)
Sekolah menyediakan toilet		
Ya	198	100.0
Tidak	0	0,0
Ruang tersendiri untuk ganti pembalut		
Ada	0	0,0
Tidak ada	198	100,0
Toilet terpisah untuk pria & wanita		
Ya	198	100,0
Tidak	0	0,0
Apakah sekolah menyediakan fasilitas pembuangan limbah yang layak sebagaimana disyaratkan?		
Ya	141	71.2
Tidak	57	28.8
Apakah sekolah menyediakan pembalut darurat?		
Ya	0	0,0
Tidak	198	100,0

Apakah sekolah menyediakan perlengkapan pelindung menstruasi?

Pembalut untuk darurat	0	0,0
Baju bersih darurat	0	0,0
Penghilang nyeri	0	0,0
Lainnya	0	0,0
<hr/>		
Apakah sekolah menyediakan sabun untuk mencuci sesuai kebutuhan		
Ya	78	38,9
Tidak	121	61,1
<hr/>		
Apakah sekolah menyediakan air bersih yang cukup?		
Ya	198	100,0
Tidak	0	0,0
<hr/>		

Secara keseluruhan, 198 siswa melaporkan bahwa sekolah mereka memiliki toilet, sementara 184 siswa (92,9%) mengatakan bahwa terdapat toilet yang cocok untuk siswa laki-laki dan perempuan. Menurut mereka, sekolah mereka tidak memiliki ruang terpisah bagi mereka yang sedang menstruasi untuk mengganti perlengkapan pembalut. Menurut siswi-siswi tersebut, untuk air disekolah tercukupi namun sekolah tidak menyediakan layanan seperti sabun dan tempat sampah khusus untuk membuang pembalut bekas pakai yang aman guna mendukung kebersihan saat menstruasi.

Namun, pengamatan langsung dan inspeksi sporadis diketahui bahwa sekolah-sekolah tersebut memiliki toilet terpisah untuk anak laki-laki dan perempuan. Tidak ada pembalut darurat atau tempat ganti terpisah untuk anak perempuan di sekolah manapun jika mereka membutuhkannya saat menstruasi. Dari semua toilet yang ada di 3 sekolah tersebut, beberapa toilet tersedia sabun di toilet, tetapi sebagian besar (8/10) memiliki tempat cuci tangan di lingkungan sekolah.

Pengetahuan Terkait Menstruasi

Tabel 3. Pengetahuan terkait menstruasi di kalangan remaja siswi sekolah SMP & MTs Zainul Hasan Genggong

Pengetahuan tentang Menstruasi	(N = 198)	Presentase (%)
Pernah mendengar soal menstruasi		
Yes	198	100,0
No	0	0,0
<hr/>		
Penyebab menstruasi	2	0,4
Penyakit	0	0,0
Proses fisiologis	104	52,5
Tidak tau	94	47,5
<hr/>		
Asal darah menstruasi		
Vagina	83	41,9
Uterus	93	47
Tidak tau	22	11,1
<hr/>		
Tahu kandungan darah menstruasi		
Ya	0	0,0
Tidak tau	198	100
<hr/>		
Material yang digunakan untuk menyerap darah menstruasi	0	0,0
Pembalut yang bisa dicuci dan		

digunakan kembali		
Pembalut <i>disposable</i>	198	100,0
Pembalut digunakan untuk		
Menghilangkan nyeri	0	0,0
Mandi	0	0,0
Menyerap aliran darah	198	100
Skor pengetahuan tentang haid		
Kurang (0–3)	97	49
Baik (4–7)	101	51

Mayoritas siswi pernah mendengar tentang menstruasi 83,8% sebagaimana pada tabel 3, hanya 32 (16,2%) siswi yang mengetahui menstruasi sebelum mencapai *menarche*. 101 (51%) siswi memiliki pengetahuan yang baik mengenai menstruasi dan penanganannya. Lebih dari setengah siswa 104 (52,5%) siswa yang mengetahui bahwa menstruasi merupakan proses fisiologis dalam tubuh wanita. Mayoritas siswa (100%) mengetahui bahwa pembalut digunakan untuk mengelola aliran darah.

Prevalensi Praktik MKM

Tabel 4. Praktik terkait MKM di Kalangan Siswi Remaja SMP & MTs Zainul Hasan Genggong.

Variabel	No. (N = 198)	Presentase (%)
Bahan apa pun bisa digunakan saat menstruasi		
Ya	198	100.0
No	0	0.0
Bahan yang digunakan untuk mengelola darah menstruasi		
Pembalut sekali pakai	198	100,0
Kain perca sekali pakai	0	0,0
Kain yang dapat dipakai ulang	0	0,0
Pembalut yang dapat dipakai ulang	0	0,0
Mengeringkan pakaian dalam yang dapat & dipakai ulang		
Dibawah matahari	109	55.1
Cukup di angin-anginkan	89	44,9
Lainnya	0	0.0
Frekuensi ganti pembalut dalam 24 jam		
Setiap jam	17	8,5
Setiap 4-5 jam	46	23.3
2 x Setiap hari	97	48.9
Tidak menghitung	38	19,2
Ganti celana dalam saat mengganti pembalut		
Ya	99	50
Tidak	99	50
Frekuensi membersihkan organ genitalia luar		
2x/hari	55	27,8

≥3 x/hari	143	72,2
Mencuci genetalia luar dengan		
Hanya air	166	83,8
Air dan sabun	32	16,2
Gerakan maju mundur saat mencuci genetalia luar		
Ya	71	35,9
Tidak	127	64,1
Mencuci tangan setelah mengganti pembalut		
Ya	140	70,7
Tidak	58	29,3
Mencuci tangan dengan sabun & air setelah ganti pembalut		
Ya	50	25,3
Tidak	148	74,8
Mencuci genetalia setiap ke kamar mandi		
Ya	90	45,5
Tidak	108	54,5
Membuang pembalut habis pakai		
Buang	23	11,6
Buang ke tempat sampah	88	44,5
Buang ke jamban	0	0,0
Bakar	87	43,9
Praktik MKM keseluruhan		
Kurang MKM (0–2)	130	65,7
Baik MKM (3–4)	68	34,3

MKM = Manajemen Kebersihan Menstruasi

Dari tabel di atas (tabel 4); total 198 siswa dari SMP dan MTs Zainul Hasan, hanya 68 (34,3%) yang dinilai mampu mempraktikkan MKM dengan baik. Semua siswi yang menjadi subyek penelitian menggunakan pembalut sekali pakai saat mengalami haid (N= 198, 100%). Dalam hal mengganti pembalut, 63 (31,8%) siswa mengatakan mengganti pembalut mereka sesering mungkin bila sudah kotor; termasuk mengganti pakaian dalam juga mereka ganti 2-3 x setiap hari. Anak-anak ini mengaku membersihkan genetalia luar dengan sabun dan air saat haid, hanya 32 anak (16,2%). Jumlah siswi yang menyatakan membuang pembalut bekas pakai dengan cara dibakar dan dibuang ke tempat sampah yang telah disediakan berjumlah sama banyaknya (N=88; 44,5% & N=87; 43,9%).

PEMBAHASAN

Prevalensi dan Faktor yang Berhubungan dengan Pengetahuan yang Buruk tentang MKM

Dalam penelitian ini banyak siswa yang mengetahui soal menstruasi namun banyak siswi yang tidak memiliki pemahaman tentang menstruasi terutama manajemen kebersihan menstruasi dengan baik (tabel 4). Hal ini sama dengan temuan penelitian lain yang menyimpulkan bahwa pengetahuan remaja awal akan manajemen kebersihan menstruasi tergolong kurang disebabkan oleh beberapa faktor yang mempengaruhinya (Holmes dkk., 2021; R. Putri, 2025; Shrestha dkk., 2020; Tifani & Wahyuni, 2025). Situasi sekolah, pemaparan terkait menstruasi dan MKM, budaya, status sosial ekonomi, dan pengaturan lingkungan mereka tinggal dapat menjadi faktor yang mempengaruhi pengetahuan anak-anak usia remaja awal yang menjadi subyek penelitian. Terlebih

karena mereka masih di rentang usia remaja awal sehingga hasil penelitian menunjukkan tingkat pengetahuan mereka terkait MKM tergolong kurang dibandingkan bila penelitian dilakukan pada subyek yang lebih dewasa (anak setingkat SMA). Ini sesuai sebagaimana pernyataan beberapa peneliti yang menyebutkan bahwa usia, tingkat ekonomi, pemaparan yang memadai akan MKM oleh sumber daya yang mampu memberikan informasi yang dalam dan cukup turut berpengaruh pada Tingkat pengetahuan dan pemahaman mereka akan pentingnya memperhatikan kebersihan saat haid (Holmes dkk., 2021; Musrika, 2022; Purwaningsih dkk., 2021). Berdasarkan hasil penelitian ini, maka alangkah baiknya bila intervensi yang lebih baik dan berkesinambungan tentang MKM dengan target anak-anak sekolah yang telah duduk di sekolah dasar kelas 6 hingga anak-anak sekolah Tingkat menengah atas.

Tinggal yang jauh dari orang tua terutama ibunya, yang dalam kasus penelitian ini adalah mayoritas anak-anak yang menjadi subyek penelitian telah tinggal di pondok sejak usia kurang dari 10 tahun (54%) sebagaimana dalam tabel 1; hal ini dapat dikaitkan dengan kedalaman pengetahuan mereka tentang bagaimana berperilaku saat menstruasi terjadi. Para subyek penelitian ini cenderung memiliki lebih sedikit informasi atau tidak sama sekali informasi terkait soal menstruasi dari orang tua atau orang yang usianya lebih tua. Ini menyiratkan bahwa setiap orang tua mungkin tidak merasa bertanggung jawab untuk memberikan pengetahuan tentang subjek tersebut. Akibatnya, kedua orang tua menyerahkan tanggung jawab ini kepada orang lain (pondok pesantren); dengan demikian, siswi-siswi tersebut tidak memiliki akses ke informasi MKM. Namun, hal ini perlu dipelajari secara menyeluruh untuk memahami alasannya. Pendapat ini juga didukung dari penelitian lain yang menyatakan bahwa orang tua terutama ibu memiliki peran yang besar dalam mengenalkan informasi tentang menstruasi (Betsu dkk., 2023; Khasanah, 2021). akan tetapi ada pula penelitian yang berpendapat lain bahwa para remaja ini masih dapat mengembangkan pengetahuan menstruasi dengan baik meski jauh dari orang tua (Nomsenge, 2025). Penelitian lebih lanjut di area yang sama yaitu area pondok pesantren harus dilakukan guna melihat apakah peran orang tua akan pendidikan MKM tidak dapat digantikan oleh guru atau orang lain.

Studi kami menemukan bahwa 63% siswi memiliki praktik MHM yang buruk. Hasil ini sesuai dengan studi yang dilakukan di Uganda, Ghana, dan PDR Laos (Kumbeni et al., 2020; Nakaweesi, 2023; Sychareun et al., 2020). Namun, hal ini tidak sesuai dengan studi yang dilakukan di Ethiopia dan Ghana yang melaporkan tingkat praktik yang baik lebih tinggi: antara 52% dan 85% (Adane et al., 2024; Girma et al., 2024; Mohammed Gena, 2020; Shibeshi et al., 2021). Perbedaan yang diamati mungkin disebabkan oleh populasi studi yang terlibat, karena studi ini menargetkan siswi sekolah dasar di distrik pedesaan Tanzania, berbeda dengan sebagian besar studi lain, yang berfokus pada siswi sekolah menengah. Siswi sekolah dasar tidak memiliki pendidikan dan informasi MHM di sekolah, uang untuk membeli pembalut, fasilitas pembuangan, dan air. Oleh karena itu, mereka cenderung menghadapi stigma dan keraguan dari orang tua dan wali untuk membahas menstruasi dan kebersihannya. Selain itu, dalam pengamatan fasilitas MHM, kami menemukan bahwa tidak ada sekolah yang berpartisipasi yang memiliki ruang ganti terpisah atau pembalut darurat untuk anak perempuan yang sedang menstruasi, yang dapat meningkatkan kemungkinan praktik MHM yang buruk di distrik Kilindi.

Kekuatan dan Keterbatasan

Pertama, sampel penelitian mewakili populasi area penelitian dan dipilih secara acak. Kedua, penelitian kami mempertahankan kualitas dan kontrol pengumpulan, analisis, dan penyajian data. Ketiga, penggunaan alat observasi langsung untuk memverifikasi ketersediaan fasilitas WASH di sekolah membantu melakukan triangulasi respons dari siswa.

Dalam hal keterbatasan, penelitian kami adalah penelitian cross-sectional yang mengumpulkan data pada satu titik waktu; oleh karena itu, tidak mungkin untuk menunjukkan hubungan sebab-akibat antara MHM yang buruk dan hasil lain yang menarik, seperti pengetahuan, sikap, dan praktik. Penelitian ini berupaya merekrut asisten peneliti untuk melakukan penelitian yang memahami latar sosial budaya peserta dan memiliki pengalaman melakukan penelitian serupa. Selain itu, meskipun ada jaminan bahwa informasi yang dikumpulkan akan bersifat anonim yang menilai pengetahuan, sikap, dan praktik, ada risiko pelaporan yang berlebihan atau pelaporan respons yang kurang. Terakhir, penelitian kami tidak menyertakan beberapa informasi sosiodemografi, seperti status pendidikan keluarga, yang berdampak pada pengetahuan dan praktik MHM siswi sekolah.

D. Kesimpulan

Hasil penelitian ini menunjukkan hampir semua sekolah (2 SMP dan 1 MTs) yang menjadi tempat penelitian memiliki fasilitas WASH dasar. Secara keseluruhan, sebagian kecil siswi melaporkan praktik MKM yang buruk, dan kurang dari setengahnya mengatakan mereka tahu banyak tentang hal itu. Perilaku MKM yang buruk dikaitkan dengan tempat tinggal responden, sumber pengetahuan MKM, pengalaman dengan rasa malu, dan paparan sebelumnya terhadap materi terkait menstruasi. Untuk mengurangi stigma dan mempertahankan siswi di sekolah, sangat penting untuk membuat intervensi yang akan menjamin akses terhadap pengajaran MKM yang berkualitas, sumber daya, dan dukungan sosial di sekolah.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdelgawad, Y., Razik, M. S. A. El, Saleh, D., Abuelela, M., & Salem, M. R. (2024). Promoting health information system in guiding decisions for improving performance: an intervention study at the Research Institute of Ophthalmology, Giza, Egypt. *Frontiers in Digital Health*, 6. <https://doi.org/10.3389/fdgth.2024.1288776>
- Adilah, J. A. (2024). *Layanan bimbingan konseling melalui kegiatan keputrian untuk meningkatkan pengetahuan Fikih wanita: Penelitian pada siswi kelas X di SMA Plus Al-Ghifari* [Doctoral dissertation]. UIN Sunan Gunung Djati.
- Adyani, K., Aisyaroh, N., & Fitri, N. A. (2022). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Manajemen Kebersihan Menstruasi Remaja: Literature Review. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia*, 5(10), 1192–1198.
- Alam, M. U., Luby, S. P., Halder, A. K., Islam, K., Opel, A., Shoab, A. K., Ghosh, P. K., Rahman, M., Mahon, T., & Unicomb, L. (2017). Menstrual hygiene management among Bangladeshi adolescent schoolgirls and risk factors affecting school absence: Results from a cross-sectional survey. *BMJ Open*, 7(7). <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2016-015508>

- Anggreani, & Fadrijah. (2022). Perilaku Remaja Putri Dalam Menyikapi Manajemen Kebersihan Menstruasi Di SMP Negeri 9 Kota Palu. *Jurnal Doppler*, 6(1), 31–45.
- Baltabayeva, Z., Sautieva, F., Skorobogatova, A., & Mamatelashvili, O. (2020). The impact of success factors on the strategic management in an educational complex. *Revista Amazonia Investiga*. <https://doi.org/10.34069/ai/2020.29.05.38>
- Betsu, B., Medhanyie, A., Gebrehiwet, T., Wall, L., Demtsu, B., & Betsu, E. (2023). “Menstruation is a Fearful Thing”: A Qualitative Exploration of Menstrual Experiences and Sources of Information About Menstruation Among Adolescent Schoolgirls. *International Journal of Women’s Health*, 15, 881–892. <https://doi.org/10.2147/IJWH.S407455>
- Breil, C., & Lillich, M. (2023). Health literacy education of children in Austrian elementary schools. *Health education research*. <https://doi.org/10.1093/her/cyad022>
- Coast, E., Lattof, S., & Strong, J. (2019). Puberty and menstruation knowledge among young adolescents in low- and middle-income countries: a scoping review. *International Journal of Public Health*, 64, 293–304. <https://doi.org/10.1007/s00038-019-01209-0>
- Daniel, N., Kejela, G., Fantahun, F., Desalegn, M., & Guteta, F. (2023). Menstrual hygiene management practice and its associated factors among in-school adolescent girls in Western Ethiopia. *Contraception and Reproductive Medicine*, 8(1), 1. <https://doi.org/10.1186/s40834-022-00196-7>
- Ety, D., Suriah, & Fairus. (2019). Perilaku Personal Hygiene Remaja Putri Suku Nuulu dalam Tradisi Pinamu di Kabupaten Maluku Tengah. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis*, 14, 31–35.
- Harahap, E. (2025). *Hubungan Pengetahuan tentang Menstruasi dengan Kesiapan Menghadapi Menarche pada Remaja Putri di SMP Negeri 1 Kota Padangsidempuan Tahun 2024*. Universitas Aufa Royhan.
- Harvard Chan School. (2024, Mei 29). *Menstrual periods are arriving earlier for younger generations, especially among racial minority and lower-income individuals*. <https://hsph.harvard.edu/news/menstrual-periods-are-arriving-earlier-for-younger-generations-especially-among-racial-minority-and-lower-income-individuals/>.
- Holmes, K., Curry, C., Sherry, Ferfolja, T., Parry, K., Smith, C., Hyman, M., & Armour, M. (2021). Adolescent menstrual health literacy in low, middle and high-income countries: A narrative review. Dalam *International Journal of Environmental Research and Public Health* (Vol. 18, Nomor 5, hlm. 1–14). MDPI AG. <https://doi.org/10.3390/ijerph18052260>
- Hussein, J., Gobena, T., & Gashaw, T. (2022). The practice of menstrual hygiene management and associated factors among secondary school girls in eastern Ethiopia: The need for water, sanitation, and hygiene support. *Womens Health (Lond)*, 18. <https://doi.org/https://doi.org/10.1177/17455057221087871>
- Junias, M. S., Toy, S. M., Ndoen, E. M., Manurung, I. F., Doke, & SKeraf, M. (2023). Promosi Kesehatan Reproduksi Remaja dan Manajemen Kebersihan

Menstruasi pada Remaja Putri Sekolah Menengah Pertama. *Abdimas Galuh*, 5(1), 69–78.

- Khasanah, N. (2021). Aktivitas Fisik, Peran Orang Tua, Sumber Informasi terhadap Personal Hygiene saat Menstruasi pada Remaja Putri. *SIMFISIS Jurnal Kebidanan Indonesia*, 1(1), 23–34. <https://doi.org/10.53801/sjki.v1i1.3>
- Kumala, C. (2021, Juli 8). *Kondisi fasilitas WASH di sekolah Indonesia saat ini: Mencuci tangan untuk membuka kembali sekolah dengan aman untuk semua*. <https://blogs.worldbank.org/in/eastasiapacific/kondisi-fasilitas-wash-di-sekolah-indonesia-saat-ini-mencuci-tangan-untuk-membuka>.
- Lacroix, A., Gondal, H., Shumway, K., Karlie, R., Michelle, D., & Langaker. (2023). *Physiology, Menarche*. Dalam <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK470216/>. StatPearls Publishing.
- MacRae, E. R., Clasen, T., Dasmohapatra, M., & Caruso, B. A. (2019). 'It's like a burden on the head': Redefining adequate menstrual hygiene management throughout women's varied life stages in Odisha, India. *PLoS ONE*, 14(8). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0220114>
- Markham, C. M., & Dehury, R. K. (t.t.). *A systematic review of menstrual hygiene management (MHM) during humanitarian crises and/or emergencies in low- and middle-income countries*. <https://www.crd.york.ac.uk/prospero/>
- Musrika, M. (2022). *Pengaruh Pendidikan Kesehatan dengan Metode Audiovisual dalam Meningkatkan Pengetahuan tentang Manajemen Kesehatan Menstruasi pada Remaja Putri Usia 10-14 Tahun di SDN 004 Kecamatan Sei Beduk Kota Batam*. Universitas Awal Bros.
- Nugroho, A., Ilmi, B., Istiqomah, Shadiqi, A., Meitria, S., & Roselina, P. (2021). *Buku Ajar Perilaku & Psikologi Kesehatan Reproduksi*. CV. Mine.
- Pednekar, S., Some, S., Rivankar, K., & Thakore, R. (2022). Enabling factors for sustainable menstrual hygiene management practices: a rapid review. Dalam *Discover Sustainability* (Vol. 3, Nomor 1). Springer Nature. <https://doi.org/10.1007/s43621-022-00097-4>
- Pramana, R., Rika, K., & Hastuti. (2019). *Menstrual Hygiene Management (MHM): A Case Study of Primary and Junior High School Students in Indonesia*.
- Pulimeno, M., Piscitelli, Colazzo, S., Colao, A., & Miani, A. (2020). School as ideal setting to promote health and wellbeing among young people. *Health Promot Perspect*. *Health Promot Perspect*, 10(4), 316–324.
- Purba, H., Fariningsih, E., Oktavia, L. D., & Safitri, M. (2021). Manajemen Kebersihan Menstruasi (MKM) pada Remaja sebagai Penerapan Perilaku Menjaga Kebersihan Diri dan Lingkungan. *Jurnal Masyarakat Mandiri Mataram*, 5(2), 633–641. <https://doi.org/10.31764/jmm.v5i2.4111>
- Purwaningsih, L., Widyastuti, W., & Istiaroh. (2021). Literature Review Tentang Pendidikan Kesehatan Untuk Meningkatkan Pengetahuan Personal Hygiene Menstruasi Pada Remaja. *Seminar Nasional Kesehatan*, 590–596.
- Putri, A. P., Afifah, A. N., Zulvia, D., Usmi, F. R., & Mahmudah, R. (2024). Edukasi kebersihan diri saat menstruasi dalam meningkatkan pengetahuan remaja

puteri di Kelurahan Batang Arau Kecamatan Padang Selatan Kota Padang. *Buletin Ilmiah Nagari Membangun*, 1, 110–117.

- Putri, R. (2025). *Dukungan Orang Tua dalam Pengenalan Manajemen Kebersihan Menstruasi dengan Perilaku Remaja Awal di SDN Karangasem 02 Batang* [Skripsi]. Universitas Islam Sultan Agung Semarang.
- Royo, M., Ahmed, I., Meilianda, E., & Parikh, P. (2024). WASH recommendations for improving disaster preparedness and recovery in schools in Indonesia. *International Journal of Disaster Risk Reduction*. <https://doi.org/10.1016/j.ijdr.2024.104924>
- Shah, V., Nabwera, H., Sonko, F., Bajo, B., Faal, F., Saïdykhan, Jallow, Y., Keita, O., Schmidt, W., & Torondel, B. (2022). Effects of Menstrual Health and Hygiene on School Absenteeism and Drop-Out among Adolescent Girls in Rural Gambia. *Int J Environ Res Public Health*, 19(8). <https://doi.org/10.3390/ijerph19063337>.
- Shrestha, N., Dangal, G., Khanal, G., & Bhandari, T. R. (2020). Knowledge of menstrual hygiene management among adolescent girls: what does evidence show? *Nepal Journal of Obstetrics and Gynaecology*, 15(1), 9–17. <https://doi.org/10.3126/njog.v15i1.29333>
- Simanjuntak, J., & Siagian, N. (2020). Pengetahuan Sikap dan Perilaku Remaja Putri terhadap Personal Hygiene pada Saat Menstruasi di SMP Negeri 3 Parongpong Kabupaten Bandung Barat. *Nutrix Journal*, 4(1).
- Sofiyati. (2023). Penyuluhan Pengetahuan tentang Menstruasi dengan Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi pada Remaja Putri di Desa Sutawinangun Kecamatan Kedawung Kabupaten Cirebon. *Jurnal Nusantara Berbakti*, 1(3), 31–39. <https://doi.org/10.59024/jnb.v1i3.181>
- Sommer, M., Caruso, B. A., Torondel, B., Warren, E. C., Yamakoshi, B., Haver, J., Long, J., Mahon, T., Nalinponguit, E., Okwaro, N., & Phillips-Howard, P. A. (2021). Menstrual hygiene management in schools: midway progress update on the “MHM in Ten” 2014–2024 global agenda. *Health Research Policy and Systems*, 19(1), 1. <https://doi.org/10.1186/s12961-020-00669-8>
- Susilowati, F., Yetty, K., Maria, R., & Rizany, I. (2024). Gambaran personal hygiene dengan kejadian infeksi saluran kemih (ISK) pada wanita: A systematic literature review. *Holistik Jurnal Kesehatan*, 18(3), 266–275. <https://doi.org/10.33024/hjk.v18i3.128>
- Tifani, H., & Wahyuni, T. (2025). Hubungan Pengetahuan Dengan Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Remaja Putri Di SMK Negeri 1 Sirapit Kabupaten Langkat Tahun 2025. *Jurnal Praba : Jurnal Rumpun Kesehatan Umum*, 3(2), 40–49. <https://doi.org/10.62027/praba.v3i2.355>
- Unicef & WHO. (2020). *Progress on drinking water, sanitation and hygiene in schools: Special focus on COVID-19*.
- Yadanar, Y., & Win, H. H. (2020). Menstrual hygiene and reproductive tract infections: Do Myanmar adolescent school girls response it properly? *International Journal of Infectious Diseases*, 101, 327. <https://doi.org/10.1016/j.ijid.2020.09.859>