

HUBUNGAN DUKUNGAN KELUARGA DENGAN PERILAKU VULVA HYGIENE SAAT MENSTRUASI PADA REMAJA

Eka Hardianti Arafah¹, Barangkau², Nuryuliantika¹

¹Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Puangrimaggalatung, Wajo, Sulawesi Selatan, 90918, Indonesia

Info Artikel

Riwayat Artikel:

Tanggal Dikirim: 12 November 2025

Tanggal Diterima: 11 Desember 2025

Tanggal Dipublish: 12 Desember 2025

Kata kunci: Dukungan Keluarga; Menstruasi; Remaja Putri; Vulva Hygiene

Penulis Korespondensi:

Eka Hardianti Arafah

Email: ekahardiantia@gmail.com

Abstrak

Latar belakang: Vulva hygiene selama menstruasi merupakan bagian penting dari perawatan diri remaja putri untuk menghindari infeksi dan menjaga kesehatan reproduksi. Secara global, praktik kebersihan menstruasi yang tidak memadai masih menjadi persoalan, termasuk di Indonesia yang mencatat angka praktik buruk sekitar 55%. Dukungan keluarga berperan penting sebagai faktor penguat dalam membentuk perilaku kesehatan remaja.

Tujuan: Mengetahui keterkaitan antara dukungan keluarga dengan perilaku menjaga vulva hygiene saat menstruasi pada remaja putri.

Metode: Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan rancangan cross-sectional, melibatkan 72 siswi MTS As'adiyah No. 8 Kampiri sebagai responden melalui metode total sampling. Pengumpulan data menggunakan kuesioner, dan analisis dilakukan menggunakan uji *Continuity Correction*.

Hasil: Sebanyak 50% remaja memperoleh dukungan keluarga yang baik, namun 51,4% menunjukkan perilaku vulva hygiene yang kurang. Uji statistik memperoleh nilai $p = 0,005$ yang menunjukkan hubungan signifikan.

Kesimpulan: Dukungan keluarga terbukti berhubungan dengan perilaku vulva hygiene saat menstruasi. Keluarga yang memberikan dukungan optimal dapat membantu membentuk perilaku kebersihan menstruasi yang lebih baik.

Jurnal Kesehatan Masyarakat dan Lingkungan Hidup

e-ISSN: 2528-4002

Vol. 10 No. 2 Desember, 2025 (Hal.67-72)

Homepage: https://e-journal.sari-mutiara.ac.id/index.php/Kesehatan_Masyarakat

DOI: <https://doi.org/10.51544/jkmlh.v10i2.6453>

How To Cite: Arafah, Eka Hardianti, Barangkau, and Nuryuliantika. 2025. "Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Perilaku Vulva Hygiene Saat Menstruasi Pada Remaja." *Jurnal Kesehatan Masyarakat Dan Lingkungan Hidup* 10 (2): 67–72. <https://doi.org/https://doi.org/10.51544/jkmlh.v10i2.6453>.



Copyright © 2025 by the Authors, Published by Direktorat Pascasarjana Program Magister Ilmu Kesehatan Masyarakat Universitas Sari Mutiara Indonesia. This is an open access article under the CC BY-SA Licence ([Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/)).

1. Pendahuluan

Masa remaja merupakan tahap perkembangan yang ditandai dengan perubahan fisik dan mulai matangnya organ reproduksi, termasuk terjadinya menstruasi pada remaja putri¹. Kondisi ini membuat area reproduksi lebih rentan terhadap infeksi jika kebersihan tidak dijaga secara memadai². Kebiasaan yang kurang tepat, seperti jarang mengganti pembalut atau teknik pembersihan yang salah, dapat memicu masalah kesehatan reproduksi seperti keputihan². Di tingkat nasional, sekitar 55% remaja putri dilaporkan masih menerapkan kebersihan menstruasi yang kurang baik³.

Dukungan sosial, terutama dari keluarga, berpengaruh besar terhadap pembentukan perilaku kesehatan remaja⁴⁻⁵. Bentuk dukungan tersebut dapat berupa dukungan emosional, informasi, hingga dukungan instrumental yang membantu remaja menerapkan kebiasaan menjaga kebersihan pribadi, termasuk *vulva hygiene* saat menstruasi⁶. Peran ibu menjadi sangat sentral dalam memberikan edukasi mengenai kesehatan reproduksi⁷.

WHO menyatakan bahwa praktik kebersihan menstruasi yang tidak memadai masih banyak terjadi di berbagai negara, termasuk Indonesia⁸. Menjaga kebersihan diri, khususnya dalam perilaku kebersihan individu, merupakan aspek penting dalam perilaku kesehatan. Jika tidak dilakukan dengan benar, dapat meningkatkan risiko terjadinya infeksi pada saluran reproduksi, serta infeksi akibat jamur dan bakteri². Salah satu penyebab umum infeksi adalah pertumbuhan bakteri pada pembalut. Oleh karena itu, perawatan diri selama menstruasi sangat penting, termasuk dengan menggunakan pembalut yang sesuai dan menggantinya secara rutin—idealnya tidak lebih dari enam jam atau segera setelah pembalut penuh oleh darah haid⁹. Survei di Provinsi Sulawesi Selatan tahun 2022 yang melibatkan sekitar 500 remaja putri menunjukkan bahwa 50% responden memiliki pengetahuan yang memadai tentang penggunaan pembalut yang sesuai selama menstruasi¹⁰.

Berdasarkan hasil data awal dan wawancara yang sudah dilakukan kepada 5 seorang siswa di MTS As Adiyah No. 8 Kampiri, terdapat 3 orang yang mengatakan tidak mengetahui cara membersihkan area genitalia ketika sedang menstruasi, kemudian siswa tersebut mengatakan mengganti pembalut hanya dilakukan dua kali saja kecuali pembalutnya bocor, kemudian sarana edukasi kesehatan reproduksi di MTS As Adiyah No. 8 Kampiri masih terbatas terutama terkait perilaku *hygiene* saat menstruasi, selanjutnya sekolah ini terletak di wilayah pedesaan kabupaten wajo, yang mencerminkan representasi populasi dengan akses terbatas terhadap informasi dan fasilitas sanitasi. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk melihat apakah ada hubungan antara dukungan keluarga dengan perilaku *vulva hygiene* saat menstruasi di MTS As'adiyah No. 8 Kampiri.

2. Metode

Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan *cross-sectional*¹¹⁻¹² dan dilakukan di MTS As'adiyah No. 8 Kampiri pada bulan Mei–Juni 2025. Populasi penelitian terdiri dari seluruh siswi kelas VII hingga IX, berjumlah 72 orang, dan seluruhnya dijadikan sampel melalui teknik *total sampling*⁴.

Data dikumpulkan dengan kuesioner terstruktur yang mengukur tingkat dukungan keluarga dan perilaku *vulva hygiene*, menggunakan instrumen yang diadaptasi dari Febrianti (2017). Analisis data dilakukan secara univariat untuk menampilkan distribusi frekuensi dan secara bivariat menggunakan *uji Continuity Correction*⁵ karena data bersifat kategorik serta terdapat sel dengan *expected count* rendah. Batas signifikansi ditetapkan pada $\alpha = 0,05$.

3. Hasil

MTS As'adiyah No. 8 Kampiri merupakan sekolah setingkat SMP yang berada di Desa Kampiri, Kecamatan Pammana, Kabupaten Wajo. Fasilitas pendidikan cukup tersedia, meski sarana sanitasi serta edukasi mengenai kesehatan reproduksi masih perlu ditingkatkan sehingga relevan sebagai lokasi penelitian terkait praktik kebersihan menstruasi.

Tabel 1. Distribusi Responden Berdasarkan Umur Di MTS 8 Kampiri

| Umur | Frekuensi | Persentase (%) |
|--------------|-----------|----------------|
| 12 | 2 | 2.8 |
| 13 | 24 | 33.3 |
| 14 | 15 | 20.8 |
| 15 | 29 | 40.3 |
| 16 | 2 | 2.8 |
| Total | 72 | 100.0 |

(Sumber: Data Primer, 2025)

Berdasarkan Tabel 1. Mayoritas responden berusia 15 tahun (40,3%), diikuti 13 tahun (33,3%) dan 14 tahun (20,8%). Usia 12 dan 16 tahun masing-masing hanya 2 responden (2,8%)

Tabel 2. Distribusi Responden Berdasarkan Kelas Di MTS 8 Kampiri

| Kelas | Frekuensi | Persentase (%) |
|--------------|-----------|----------------|
| 7 | 22 | 30.6 |
| 8 | 22 | 30.6 |
| 9 | 28 | 38.9 |
| Total | 72 | 100.0 |

(Sumber: Data Primer, 2025)

Berdasarkan pada Tabel 2., responden terbanyak berasal dari kelas IX (38,9%), sedangkan kelas VII dan VIII masing-masing berjumlah 22 siswi (30,6%).

Tabel 3. Analisis Univariat Dukungan Keluarga

Pada Remaja Putri Di MTS 8 Kampiri

| Dukungan Keluarga | Frekuensi | Persentase (%) |
|-------------------|-----------|----------------|
| Kurang | 36 | 50,0 |
| Baik | 36 | 50,0 |
| Total | 72 | 100.0 |

(Sumber: Data Primer, 2025)

Berdasarkan pada Tabel 3, sebanyak 50% remaja menyatakan memperoleh dukungan keluarga yang baik, sedangkan separuh lainnya merasa kurang mendapatkan dukungan..

Tabel 4. Analisis Univariat Perilaku *Vulva Hygiene* Saat Menstruasi Pada Remaja Putri Di MTS 8 Kampiri

| Perilaku <i>Vulva Hygiene</i> Saat Menstruasi | Frekuensi | Persentase (%) |
|---|-----------|----------------|
| Buruk | 37 | 51,4 |
| Baik | 35 | 48,6 |
| Total | 72 | 100.0 |

(Sumber: Data Primer, 2025)

Berdasarkan data pada Tabel 4., sebanyak 51,4% responden menunjukkan perilaku kebersihan vulva yang buruk selama menstruasi, sedangkan 48,6% memiliki perilaku yang baik.

Tabel 5. Analisis Bivariat Dukungan Keluarga Dengan Perilaku *Vulva Hygiene* Saat Menstruasi Siswa Mts 8 Kampiri

| Dukungan Keluarga | Perilaku <i>Vulva Hygiene</i> | | | | Total | | P Value |
|----------------------|-------------------------------|------|------|------|-------|-------|------------|
| | Buruk | | Baik | | | | |
| | F | % | F | % | F | % | |
| Kurang | 25 | 34,7 | 11 | 30,6 | 36 | 50,0 | 0,005 |
| Baik | 12 | 33,3 | 24 | 66,7 | 36 | 50,0 | |
| Total | 37 | 50 | 35 | 50 | 72 | 100,0 | |

(Sumber: Data Primer, 2025)

Berdasarkan hasil analisis bivariate pada tabel 4.5 yang dilakukan terhadap 72 responden, diketahui bahwa dari 36 responden (50,0%) yang memiliki dukungan keluarga yang kurang sebanyak 25 orang (34,7%) dan menunjukkan dukungan keluarga yang baik, sebanyak 11 orang (30,6%). Sedangkan dari 36 responden (50,0%) dengan perilaku *vulva hygiene* yang baik sebanyak 24 (66,7%) dan 12 orang (33,3%) menunjukkan perilaku yang buruk. Hasil Uji *Continuity Correction* memperoleh nilai $p = 0,005$, sehingga dapat disimpulkan adanya hubungan signifikan antara dukungan keluarga dengan perilaku kebersihan vulva.

4. Pembahasan

Penelitian ini membuktikan bahwa dukungan keluarga berperan penting terhadap perilaku kebersihan vulva remaja putri selama menstruasi. Hasil ini konsisten dengan temuan Julianti dan Wartini (2024), yang menyatakan bahwa remaja dengan dukungan keluarga baik memiliki peluang lebih besar untuk menerapkan kebersihan menstruasi yang benar¹⁵. Penelitian lain oleh Tassa et al. (2024) dan Mara et al. (2022) juga menegaskan adanya hubungan signifikan antara dukungan keluarga dan kebersihan organ reproduksi¹⁵⁻¹⁷.

Mayoritas remaja yang tidak memperoleh dukungan memadai cenderung memperlihatkan perilaku kebersihan yang lebih buruk. Minimnya bimbingan dan perhatian keluarga membuat remaja kurang memahami cara menjaga kebersihan dengan benar selama menstruasi. Sebaliknya, dukungan informasional dan penyediaan fasilitas seperti pembalut serta akses kebersihan terbukti membantu praktik *vulva hygiene* yang lebih baik¹⁸.

Secara teori, keluarga merupakan agen utama yang menyediakan informasi dan motivasi mengenai kesehatan reproduksi⁸. Dukungan informasional dan instrumental terbukti memiliki pengaruh besar¹⁸. Perilaku sederhana seperti mengganti pembalut secara teratur dan mencuci area genital dengan benar biasanya dipengaruhi oleh arahan keluarga, terutama ibu¹⁹. Namun beberapa penelitian, seperti Windesi dan Sabatini (2024), menunjukkan bahwa faktor teman sebaya atau lingkungan juga dapat menjadi faktor yang lebih dominan²⁰.

Selain dukungan keluarga, pengetahuan individu dan ketersediaan fasilitas juga berperan besar dalam membentuk perilaku kebersihan remaja^{15,21-22}. Oleh karena itu, langkah pencegahan perlu dilakukan melalui kolaborasi antara keluarga, sekolah, dan tenaga kesehatan.

5. Kesimpulan

Dukungan keluarga terbukti memiliki hubungan yang signifikan terhadap perilaku kebersihan vulva saat menstruasi pada remaja putri di MTS As'adiyah No. 8 Kampiri. Dukungan yang baik membantu remaja dalam membentuk kebiasaan menjaga kebersihan selama menstruasi. Pihak sekolah diharapkan dapat memperkuat edukasi kesehatan reproduksi melalui kerja sama dengan tenaga kesehatan, sedangkan keluarga disarankan lebih aktif memberikan bimbingan dan pendampingan.

6. Ucapan Terima Kasih

Peneliti menyampaikan apresiasi kepada seluruh pihak yang telah memberikan bantuan, dukungan, dan fasilitas selama proses penelitian berlangsung, terutama pihak MTS As'adiyah No. 8 Kampiri yang telah mengizinkan dan memfasilitasi kegiatan penelitian.

7. Referensi

1. Adriani, M., Wulandari, R., & Sari, N. (2022). *Psikologi perkembangan remaja: Karakteristik dan tantangan masa remaja*. Jakarta: Pustaka Medika.
2. Wawan, E. (2019). *Pencegahan infeksi saluran reproduksi pada remaja*. Pustaka Sehat.
3. Rikerdess. (2020). *Laporan nasional: Perilaku kebersihan dan kesehatan reproduksi remaja di Indonesia*. Riset Kesehatan Daerah Sekitar.
4. Diyah, R. (2021). *Peran keluarga dalam kehidupan individu: Perspektif psikologi keluarga*. Deepublish.
5. Ni Made. (2020). *Psikologi kesehatan*. CV Bali Medika.
6. Ahmad, R. (2022). *Pengaruh dukungan sosial terhadap kesehatan mental*. Pustaka Mandiri.
7. Yunita, A., Nurhalima, S., & Thia, M. (2024). *Edukasi kesehatan reproduksi remaja putri melalui pendekatan perilaku hidup bersih dan sehat*. Pustaka Remaja.

8. World Health Organization. (2019). *Menstrual hygiene management*. World Health Organization.
9. Henaulu, S. (2021). Pencegahan Infeksi dan Pemeliharaan Kebersihan Selama Menstruasi. Jakarta: Penerbit Kesehatan Sehat
10. Dinas Kesehatan Sulawesi Selatan. (2022). Laporan Survei Pengetahuan Remaja Putri tentang Penggunaan Pembalut Selama Menstruasi. Makassar: Dinas Kesehatan Sulawesi Selatan.
11. Swarjana, I. K. (2016). *Metodologi penelitian kesehatan*. Andi Offset.
12. Sugiyono. (2019). *Metodologi penelitian kuantitatif dan kualitatif dan R&D*. Alfabeta.
13. Febrianti, A. (2017). *Hubungan pengetahuan dan dukungan keluarga dengan perilaku vulva hygiene pada remaja putri* (Skripsi, Universitas, Kota).
14. Hutagalung, D. M., Damanik, B., & F. K. Sibero, A. (2024). Pelatihan penggunaan tabel pivot pada tabel Ms. Excel di Lembaga Swadaya Masyarakat CDRM & CDS Universitas HKBP Nommensen. *Jurnal ABDIMAS Mutiara*, 5(2), 1–5.
15. Julianti, N., & Wartini. (2024). Faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku vulva hygiene saat menstruasi pada remaja putri di Madrasah Tsanawiyah (MTs) Mathla'ul Anwar Karawang tahun 2023. *Journal of Health Sciences*, 3(1), 1–10.
16. Tassa, M., Suminar, M., & Kartikasari, R. F. (2024). Hubungan dukungan keluarga dengan perilaku vulva hygiene pada remaja putri. *Jurnal Kesehatan STIKes IMC Bintaro*, 7(1), 91–98.
17. Mara, K., Adesta, R. O., & Meo, M. Y. (2022). Hubungan dukungan keluarga dengan perilaku personal hygiene remaja putri pada saat menstruasi di SMP Yapenthom 2 Maumere. *Jurnal Keperawatan dan Kesehatan Masyarakat*, 9(2), 54–65.
18. Mulyati, D., Putri, S., & Jannah, R. (2025). Relationship between family support and personal hygiene behavior during menstrual in adolescents. *Indonesian Journal of Global Health Research*, 8(2), 123–130.
19. Oktaviani, N., & Tasiam, R. (2022). Hubungan dukungan keluarga dengan perilaku menjaga kebersihan organ reproduksi (vulva hygiene) pada remaja putri saat menstruasi. *Jurnal Kesehatan dan Keperawatan*, 5(3), 112–120.
20. Windesi, S., & Sabatini, A. (2024). Pengaruh lingkungan sosial dan dukungan keluarga terhadap perilaku kebersihan pribadi remaja. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 12(1), 45–56.
21. Mesquita, A. R. (2020). *Menstrual health and hygiene management among adolescent girls*. Springer.
22. Notoatmodjo, S. (2014). *Promosi kesehatan dan perilaku kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.