

SKRIPSI

**GAMBARAN PENGETAHUAN REMAJA PUTRI TENTANG
MANAJEMEN KEBERSIHAN MENSTRUASI
DI SEKOLAH MENENGAH PERTAMA
NEGERI 3 PUPUAN**

**Studi di lakukan di Sekolah Menengah Pertama
Negeri 3 Pupuan, Kabupaten Tabanan**



**OLEH :
NI PUTU CANDRA INDRIANI
NIM : P07124222033**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR
JURUSAN KEBIDANAN
PRODI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN
DENPASAR
2026**

SKRIPSI

GAMBARAN PENGETAHUAN REMAJA PUTRI TENTANG MANAJEMEN KEBERSIHAN MENSTRUASI DI SEKOLAH MENENGAH PERTAMA NEGERI 3 PUPUAN

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Menyelesaikan Mata Kuliah Skripsi
Jurusan Kebidanan
Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan**

**Oleh :
NI PUTU CANDRA INDRIANI
NIM : P07124222033**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR
JURUSAN KEBIDANAN
PRODI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN
DENPASAR
2026**

LEMBAR PERSETUJUAN

SKRIPSI

GAMBARAN PENGETAHUAN REMAJA PUTRI TENTANG MANAJEMEN KEBERSIHAN MENSTRUASI DI SEKOLAH MENENGAH PERTAMA NEGERI 3 PUPUAN

Studi di lakukan di Sekolah Menengah Pertama
Negeri 3 Pupuan, Kabupaten Tabanan

Oleh:

NI PUTU CANDRA INDRIANI

NIM : P07124222033

TELAH MENDAPATKAN PERSETUJUAN

Pembimbing Utama:



I Nyoman Wirata, SKM., M.Kes
NIP. 197305221993031001

Pembimbing Pendamping:



Dr. Bdn. Ni Komang Yuni Rahyani, S.SiT., M.Kes
NIP. 197306261992032001

MENGETAHUI
KETUA JURUSAN KEBIDANAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR



Bdn. Ni Ketut Somoyani, S.ST., M. Biomed
NIP.196904211989032001

LEMBAR PENGESAHAN

SKRIPSI

GAMBARAN PENGETAHUAN REMAJA PUTRI TENTANG MANAJEMEN KEBERSIHAN MENSTRUASI DI SEKOLAH MENENGAH PERTAMA NEGERI 3 PUPUAN

Studi di lakukan di Sekolah Menengah Pertama
Negeri 3 Pupuan, Kabupaten Tabanan

Oleh:

NI PUTU CANDRA INDRIANI

NIM : P07124222033

TELAH DIUJI DI HADAPAN TIM PENGUJI

PADA HARI : Jumat

TANGGAL : 8 Mei 2026

TIM PENGUJI :

- | | | |
|--|--------------|---------|
| 1. Ni Komang Erny Astiti, SKM.M.Keb | (Ketua) | (.....) |
| 2. I Nyoman Wirata, SKM., M.Kes | (Sekretaris) | (.....) |
| 3. Bdn. Gusti Ayu Eka Utarini, S.ST.,M.Kes | (Anggota) | (.....) |

MENGETAHUI
KETUA JURUSAN KEBIDANAN
POITEKKES KEMENKES DENPASAR

Bdn. Ni Ketut Somayani, S.ST., M. Biomed

NIP:196904211989032001

**GAMBARAN PENGETAHUAN REMAJA PUTRI TENTANG
MANAJEMEN KEBERSIHAN MENSTRUASI
DI SEKOLAH MENENGAH PERTAMA
NEGERI 3 PUPUAN**

ABSTRAK

Manajemen Kebersihan Menstruasi (MKM) merupakan aspek penting dalam menjaga kesehatan reproduksi remaja putri, karena praktik kebersihan menstruasi yang tidak tepat dapat meningkatkan risiko gangguan kesehatan reproduksi. Rendahnya pengetahuan dan praktik kebersihan yang tidak tepat selama menstruasi dapat meningkatkan risiko gangguan kesehatan. Berdasarkan observasi awal di SMP Negeri 3 Pupuan, masih terdapat remaja yang belum memahami personal hygiene saat menstruasi dan belum pernah mendapatkan edukasi khusus. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran pengetahuan remaja putri tentang MKM. Penelitian ini menggunakan desain deskriptif dengan pendekatan *cross-sectional*, dilakukan dengan total populasi 68 remaja putri dengan teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Analisis data dilakukan secara univariat. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada pada usia remaja tengah (14–16 tahun) dan mayoritas mengalami *menarche* pada usia 12 tahun. Tingkat pengetahuan responden sebagian besar berada pada kategori baik (72,3%), diikuti cukup (20,0%) dan kurang (7,7%). Pengetahuan tertinggi terdapat pada aspek aktivitas fisik (76,9%), sedangkan terendah pada aspek penggunaan dan pemilihan pembalut (29,2%). Disimpulkan bahwa pengetahuan remaja putri tentang MKM tergolong baik, namun masih diperlukan peningkatan edukasi pada aspek tertentu.

Kata kunci: remaja putri, pengetahuan, manajemen kebersihan menstruasi

**AN OVERVIEW OF ADOLESCENT GIRLS' KNOWLEDGE OF
MENSTRUAL HYGIENE MANAGEMENT AT STATE JUNIOR HIGH
SCHOOL 3 PUPUAN**

ABSTRACT

Menstrual Hygiene Management (MHM) is an important aspect of maintaining adolescent girls' reproductive health, as improper menstrual hygiene practices can increase the risk of reproductive health problems. Low levels of knowledge and improper hygiene practices during menstruation can increase the risk of health problems. Based on a preliminary observation at SMP Negeri 3 Pupuan, there are still adolescents who do not understand personal hygiene during menstruation and have never received specific education on this topic. This study aims to describe the level of knowledge of adolescent girls regarding MHM. The research used a descriptive design with a cross-sectional approach and was conducted on a total population of 68 adolescent girls. Data were collected using a questionnaire that had been tested for validity and reliability. Data analysis was performed using univariate analysis. The results showed that most respondents were in the middle adolescence age group (14–16 years), and the majority experienced menarche at the age of 12. The level of knowledge of respondents was mostly in the good category (72.3%), followed by moderate (20.0%) and poor (7.7%). The highest level of knowledge was found in the physical activity aspect (76.9%), while the lowest was in the use and selection of sanitary pads (29.2%). In conclusion, the knowledge of adolescent girls regarding MHM is generally good; however, further education is still needed, particularly in certain aspects.

Keywords: *adolescent girls, knowledge, menstrual hygiene management*

RINGKASAN PENELITIAN

GAMBARAN PENGETAHUAN REMAJA PUTRI TENTANG MANAJEMEN KEBERSIHAN MENSTRUASI DI SEKOLAH MENENGAH PERTAMA NEGERI 3 PUPUAN

Masa remaja sebagai periode transisi usia 10–19 tahun menurut WHO ditandai oleh percepatan kematangan reproduksi yang tidak selalu diikuti peningkatan pengetahuan kesehatan yang memadai, tercermin dari tingkat pengetahuan kesehatan reproduksi di Asia Tenggara yang masih di bawah 40%. Di Indonesia, kelompok remaja yang mencapai sekitar 20% populasi menghadapi risiko tinggi masalah kesehatan reproduksi, terutama pada remaja putri dengan prevalensi infeksi saluran reproduksi global sebesar 35–42% dan sekitar 30% remaja putri Indonesia pernah mengalami gangguan dalam satu tahun terakhir. Kondisi ini diperparah oleh faktor lingkungan tropis yang meningkatkan pertumbuhan *Candida albicans* hingga berkontribusi pada 77% kasus infeksi, serta perilaku personal hygiene menstruasi yang belum optimal. Data nasional menunjukkan angka infeksi saluran reproduksi masih berkisar 90–100 kasus per 100.000 penduduk per tahun, dengan perilaku kebersihan diri sebagai faktor penting. Studi sebelumnya juga menemukan sekitar 30–37% remaja putri memiliki perilaku hygiene menstruasi yang buruk dan berisiko 2,72 kali lebih tinggi jika pengetahuannya rendah. Secara lokal, di wilayah kerja UPTD Puskesmas Pupuan I dengan sasaran 29.012 jiwa, hasil observasi di SMP Negeri 3 Pupuan menunjukkan sebagian siswi belum memahami personal hygiene dan belum pernah mendapat edukasi khusus terkait menstruasi. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui gambaran pengetahuan remaja putri terhadap manajemen kebersihan menstruasi.

Penelitian ini menggunakan desain deskriptif yang bertujuan menggambarkan secara sistematis dan faktual tingkat pengetahuan remaja putri tentang manajemen kebersihan menstruasi di SMP Negeri 3 Pupuan. Penelitian dilaksanakan di SMP Negeri 3 Pupuan, Desa Belatungan, Kecamatan Pupuan, Kabupaten Tabanan pada bulan Maret–April 2026 dengan populasi seluruh remaja putri berjumlah 68 orang,

yang seluruhnya dijadikan sampel menggunakan teknik total sampling. Kriteria inklusi meliputi siswi yang telah menstruasi, berusia 12–16 tahun, terdaftar aktif, dan bersedia menjadi responden, sedangkan eksklusi mencakup ketidakhadiran dan pengisian kuesioner yang tidak lengkap. Data yang digunakan terdiri dari data primer melalui kuesioner dan data sekunder dari pihak sekolah. Prosedur penelitian meliputi perizinan, penjelasan kepada responden, pengisian kuesioner, hingga pengolahan data melalui tahap editing, *coding*, *scoring*, dan *tabulating*. Analisis data dilakukan secara deskriptif dengan penyajian dalam bentuk distribusi frekuensi dan persentase untuk mengkategorikan tingkat pengetahuan responden menjadi baik, cukup, dan kurang. Penelitian ini juga memperhatikan prinsip etika penelitian berupa *beneficience*, *respect for human dignity*, dan *justice* untuk menjamin keamanan serta hak responden.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada pada rentang usia 14–16 tahun dengan usia menarche terbanyak pada usia 12 tahun. Secara umum, tingkat pengetahuan remaja putri tentang Manajemen Kebersihan Menstruasi (MKM) berada pada kategori baik (72,3%), yang menunjukkan bahwa mayoritas responden telah memiliki pemahaman yang memadai terkait cara menjaga kebersihan selama menstruasi. Pengetahuan tersebut mencakup berbagai aspek, seperti penggunaan dan pemilihan pembalut, frekuensi dan cara penggantian pembalut, pembuangan pembalut, fasilitas sanitasi, aktivitas fisik, serta pemenuhan gizi (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018). Jika ditinjau berdasarkan sub-indikator, sebagian besar aspek menunjukkan dominasi kategori baik, terutama pada aktivitas fisik, pembuangan pembalut, dan fasilitas sanitasi, yang mencerminkan bahwa responden telah memahami praktik dasar kebersihan menstruasi. Namun demikian, masih terdapat kesenjangan pengetahuan pada aspek penggunaan dan pemilihan pembalut serta pemenuhan gizi, yang ditunjukkan oleh masih adanya responden dalam kategori pengetahuan kurang. Kondisi ini menunjukkan bahwa pemahaman remaja belum merata pada seluruh aspek MKM.

Dapat disimpulkan bahwa pengetahuan remaja putri tentang Manajemen Kebersihan Menstruasi secara umum berada pada kategori baik, namun belum merata pada seluruh sub-indikator, terutama pada aspek penggunaan dan pemilihan

pembalut serta pemenuhan gizi. Oleh karena itu, disarankan agar institusi pendidikan meningkatkan edukasi kesehatan reproduksi serta menyediakan fasilitas sanitasi yang memadai, tenaga kesehatan memberikan edukasi yang lebih aplikatif khususnya pada aspek yang masih kurang dipahami, dan peneliti selanjutnya melakukan penelitian yang lebih mendalam untuk melengkapi temuan yang telah diperoleh.

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kehadirat Ida Sang Hyang Widhi Wasa, karena atas berkat dan rahmat-Nya peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Tentang Manajemen Kebersihan Menstruasi di Sekolah Menengah Pertama Negeri 3 Pupuan” tepat pada waktunya. Skripsi ini disusun dalam memenuhi salah satu syarat untuk menyelesaikan Mata Kuliah skripsi di Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan di Politeknik Kesehatan Denpasar Jurusan Kebidanan. Dalam penyusunan skripsi ini, peneliti mendapat banyak bimbingan dan bantuan sejak awal sampai terselesaikan nya skripsi ini. Peneliti menyampaikan ucapan terimakasih kepada yang terhormat:

1. Dr. Sri Rahayu, S.Tr.Keb., S.Kep.,Ners, M.Kes selaku Direktur Politeknik Kesehatan Denpasar ini.
2. Bdn. Ni Ketut Somoyani, SST., M.Biomed, selaku Ketua Jurusan Kebidanan Politeknik Kesehatan Denpasar.
3. Ni Wayan Armini, SST., M.Keb, selaku Ketua Prodi Sarjana Terapan Kebidanan Politeknik Kesehatan Denpasar.
4. I Nyoman Wirata, SKM., M.Kes selaku pembimbing utama yang telah banyak memberikan masukan dan skripsi ini.
5. Dr. Bdn. Ni Komang Yuni Rahyani, S.SiT., M.Kes selaku pembimbing pendamping yang telah memberikan bimbingan dalam menyelesaikan skripsi.
6. Kepala Sekolah SMP Negeri 3 Pupuan yang telah memberikan ijin untuk melakukan penelitian.
7. Keluarga tercinta, teman-teman dan orang terdekat yang selalu memberikan doa dan dukungan dalam menyelesaikan penelitian ini.

Penulis menyadari skripsi ini masih memiliki keterbatasan. Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun sangat diharapkan. Semoga skripsi ini bermanfaat dan menjadi referensi dalam upaya dalam menjaga kesehatan reproduksi.

Denpasar, 2 Mei 2026

Penulis

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Ni Putu Candra Indriani

Nim : P07124222033

Program Studi : Sarjana Terapan

Jurusan : Kebidanan

Tahun Akademik : 2026

Alamat : Br. Dinas Yeh Sibuh, Desa Belatungan, Kec. Pupuan,
Kab. Tabanan

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Skripsi dengan judul Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Tentang Manajemen Kebersihan Menstruasi di Sekolah Menengah Pertama Negeri 3 Pupuan adalah benar **karya sendiri atau bukan plagiat hasil karya orang lain.**
2. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa Tugas Akhir bukan karya saya sendiri atau plagiat hasil karya orang lain, maka saya sendiri bersedia menerima sanksi sesuai Peraturan Mendiknas RI No.17 Tahun 2010 dan ketentuan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya

Denpasar, 2 Mei 2026

Yang membuat pernyataan



Ni Putu Candra Indriani

NIM. P07124222033

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN JUDUL	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
ABSTRAK	v
<i>ABSTRACT</i>	vi
RINGKASAN PENELITIAN	vii
KATA PENGANTAR	x
SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT	xi
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan Penelitian	6
D. Manfaat Penelitian	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	8
A. Konsep Dasar Menstruasi	8
B. Manajemen Kebersihan Menstruasi (MKM)	12
C. Komponen Manajemen Kebersihan Menstruasi	14
D. Dampak Kurangnya Menjaga <i>Personal Hygiene</i>	19
E. Literatur <i>Review</i>	21
BAB III KERANGKA KONSEP	26
A. Kerangka Konsep	26
B. Variabel	26
C. Definisi Operasional	27
BAB IV METODE PENELITIAN	28

A. Jenis Penelitian.....	28
B. Alur Penelitian	28
C. Tempat dan Waktu Penelitian.....	29
D. Populasi dan Sampel	29
E. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data	30
F. Etika Penelitian	33
G. Pengelolaan dan Analisis Data.....	34
BAB V HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	37
A. Hasil	37
B. Pembahasan.....	45
C. Keterbatasan Penelitian.....	52
BAB VI SIMPULAN DAN SARAN.....	53
A. Simpulan	53
B. Saran.....	54
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. <i>Literatur Riview</i>	21
Tabel 2. Definisi Operasional	27
Tabel 3. Karakteristik Responden	38
Tabel 4. Tingkat Pengetahuan Remaja Putri tentang MKM	40
Tabel 5. Pengetahuan Remaja Putri Berdasarkan Sub-Indikator MKM	40
Tabel 6. Distribusi Pengetahuan Remaja Putri Berdasarkan Usia	44

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Kerangka Konsep	26
Gambar 2. Alur Penelitian.....	28

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Jadwal Pelaksanaan Kegiatan.....	59
Lampiran 2. Rencana Anggaran Penelitian.....	60
Lampiran 3. Lembar Permohonan Menjadi Responden	61
Lampiran 4. Persetujuan (Inform Consent).....	62
Lampiran 5. Lembar Kuesioner	66
Lampiran 6. Kunci Jawaban Kuesioner	69
Lampiran 7. Hasil Uji Validitas dan Reliabel Kuesioner.....	70
Lampiran 8. Surat Izin Uji Validitas Kuesioner Penelitian.....	72
Lampiran 9. Surat Pengantar Izin Penelitian Poltekkes Kemenkes Denpasar	74
Lampiran 10. Surat Izin Penelitian dari SMP Negeri 3 Pupuan	75
Lampiran 11. Ethical Clearance	76
Lampiran 12. Karakteristik Responden.....	78
Lampiran 13. Master Tabel	80
Lampiran 14. Hasil Analisis Data	83
Lampiran 15. Dokumentasi Penelitian	86
Lampiran 16. Hasil Pengecekan Turnitin.....	89
Lampiran 17. Surat Pernyataan Persetujuan Publikasi	91
Lampiran 18. Kartu Bimbingan	92