

SKRIPSI
**GAMBARAN PRAKTIK *MENSTRUAL HYGIENE* PADA
REMAJA PUTRI DI SEKOLAH MENENGAH PERTAMA
NEGERI 6 KINTAMANI**



Oleh:
ANAK AGUNG ISTRI INDAH PRASETYA
NIM. P07124224236

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR
JURUSAN KEBIDANAN
PRODI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN
DENPASAR
2025**

SKRIPSI

**GAMBARAN PRAKTIK *MENSTRUAL HYGIENE* PADA
REMAJA PUTRI DI SEKOLAH MENENGAH PERTAMA
NEGERI 6 KINTAMANI**

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Menyelesaikan Pendidikan Sarjana Terapan Kebidanan
Jurusan Kebidanan**

Oleh:

**ANAK AGUNG ISTRI INDAH PRASETYA
NIM. P07124224236**

**KEMENTRIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR
JURUSAN KEBIDANAN
PRODI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN
DENPASAR
2025**

LEMBAR PERSETUJUAN

SKRIPSI
GAMBARAN PRAKTIK *MENSTRUAL HYGIENE* PADA
REMAJA PUTRI DI SEKOLAH MENENGAH PERTAMA
NEGERI 6 KINTAMANI

Oleh:

ANAK AGUNG ISTRI INDAH PRASETYA
NIM. P07124224236

TELAH MENDAPATKAN PERSETUJUAN

Pembimbing Utama

Pembimbing Pendamping



Ni Made Dwi Purnamayanti, S.Si.T.,M.Keb
NIP. 198002012008122001



Listina Ade Widya Ningtyas, S.ST.,MPH
NIP. 199002232020122008

MENGETAHUI
KETUA JURUSAN KEBIDANAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR



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

**LEMBAR PENGESAHAN
SKRIPSI**

**GAMBARAN PRAKTIK *MENSTRUAL HYGIENE* PADA
REMAJA PUTRI DI SEKOLAH MENENGAH PERTAMA
NEGERI 6 KINTAMANI**

Oleh:

ANAK AGUNG ISTRI INDAH PRASETYA
NIM. P07124224236

TELAH DIUJI DI HADAPAN TIM PENGUJI

PADA HARI : Jumat
TANGGAL : 14 November 2025

TIM PENGUJI

1. drg. Regina Tedjasulaksana, M.Biomed (Ketua)
2. Ni Made Dwi Purnamayanti, S.Si.T.,M.Keb (Sekretaris)
3. Gusti Ayu Eka Utarini, SST.,M.Kes (Anggota)

Regina
.....
Dwi
.....
Gusti
.....

**MENGETAHUI
KETUA JURUSAN KEBIDANAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR**



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

GAMBARAN PRAKTIK *MENSTRUAL HYGIENE* PADA REMAJA PUTRI DI SEKOLAH MENENGAH PERTAMA NEGERI 6 KINTAMANI

ABSTRAK

Menstrual Hygiene Management (MHM) merupakan bagian terpenting dari kesehatan perempuan, yang merupakan pengelolaan kebersihan dan kesehatan pada saat perempuan mengalami menstruasi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran praktik *menstrual hygiene* pada remaja putri di sekolah menengah pertama negeri 6 Kintamani. *Design* penelitian ini adalah deskriptif dengan menggunakan rancangan penelitian *cross sectional*. Jumlah sampel pada penelitian ini adalah 230 responden dengan menggunakan teknik sampling yaitu *propotional random sampling*. Data penelitian ini merupakan data primer menggunakan instrumen kuesioner praktik *menstrual hygiene*. Penelitian dilakukan mulai bulan Agustus sampai Oktober 2025. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis univariat. Hasil penelitian ini menunjukkan sebanyak 69,6% responden memiliki praktik *menstrual hygiene* yang cukup, 55,2% responden memiliki praktik cukup tentang pemilihan pembalut, 73,0% responden memiliki praktik cukup tentang mengganti pembalut, sebanyak 46,1% memiliki praktik cukup tentang membuang pembalut, dan sebanyak 71,3 % memiliki praktik yang cukup tentang kebersihan daerah kewanitaan. Kesimpulan hasil penelitian menunjukkan sebagian besar responden memiliki praktik yang cukup tentang *menstrual hygiene*. Para guru diharapkan memberikan pendidikan kesehatan tentang kesehatan reproduksi khususnya *menstrual hygiene*.

Kata Kunci: Praktik; *Menstrual Hygiene*; Remaja Putri

**OVERVIEW OF MENSTRUAL HYGIENE PRACTICES AMONG
ADOLESCENT GIRLS AT STATE JUNIOR HIGH SCHOOL 6 KINTAMANI**

ABSTRACT

Menstrual Hygiene Management (MHM) is an important part of women's health, which is the management of hygiene and health during menstruation. This study aims to determine the description of menstrual hygiene practices among adolescent girls in Kintamani 6 public junior high school. The design of this study is descriptive using a cross-sectional research design. The sample size for this study was 230 respondents, using proportional random sampling. The research data was primary data collected using a questionnaire on menstrual hygiene practices. The study was conducted from August to October 2025. The data analysis used in this study was univariate analysis. The results of this study show that 69.6% of respondents have adequate menstrual hygiene practices, 55.2% of respondents have adequate practices regarding the selection of sanitary napkins, 73.0% of respondents have adequate practices regarding changing sanitary napkins, 46.1% have adequate practices regarding disposing of sanitary napkins, and 71.3% have adequate practices regarding female genital hygiene. The conclusion of the research results shows that most respondents have adequate practices regarding menstrual hygiene. Teachers are expected to provide health education on reproductive health, especially menstrual hygiene.

Keywords: Practices; Menstrual Hygiene; Young Women

GAMBARAN PRAKTIK *MENSTRUAL HYGIENE* PADA REMAJA PUTRI DI SEKOLAH MENENGAH PERTAMA NEGERI 6 KINTAMANI

RINGKASAN PENELITIAN

Oleh: Anak Agung Istri Indah Prasetya (NIM. P07124224236)

Menstrual Hygiene Management (MHM) merupakan bagian terpenting dari kesehatan perempuan, yang merupakan pengelolaan kebersihan dan kesehatan pada saat perempuan mengalami menstruasi. Perempuan harus dapat menggunakan pembalut yang bersih, pembalut yang digunakan diganti sesering mungkin selama periode menstruasi, dan memiliki akses untuk pembuangannya, serta dapat mengakses toilet, sabun, dan air untuk membersihkan diri dalam kondisi nyaman dengan privasi yang terjaga. Praktik *menstrual hygiene* remaja putri bertujuan untuk menjaga kebersihan vagina dan mencegah risiko timbulnya penyakit organ reproduksi seperti iritasi, keputihan hingga kanker serviks.

Penelitian ini dilakukan di SMP Negeri 6 Kintamani yang berlokasi di Jalan Yudistira, Desa Bayung Gede, Kecamatan Kintamani, Kabupaten Bangli. SMP Negeri 6 Kintamani merupakan Sekolah Menengah Pertama yang didirikan pada tahun 2005 yang terdiri dari siswa putra dan putri kelas VII, VIII, dan IX dengan berbagai kegiatan yang dilaksanakan baik akademik maupun non akademik. Lokasi ini dipilih sebagai lokasi penelitian berdasarkan hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan bahwa siswi di SMP Negeri 6 Kintamani, menunjukkan kurangnya praktik *menstrual hygiene* yang dilakukan. Tujuan khusus dari penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran praktik *menstrual hygiene* di SMP Negeri 6 Kintamani, mengetahui gambaran cara memilih pembalut, mengetahui gambaran cara mengganti pembalut, mengetahui gambaran cara membuang pembalut, serta untuk mengetahui gambaran cara membersihkan daerah kewanitaan pada saat menstruasi.

Desain penelitian ini adalah deskriptif yang termasuk penelitian kuantitatif dengan menggunakan rancangan penelitian *cross sectional*. Kriteria inklusi pada penelitian ini adalah siswi yang sudah menstruasi dan siswi yang bersedia menjadi responden, sedangkan kriteria eksklusi yaitu siswi yang tidak hadir saat dilakukan

penelitian dan siswi yang mengundurkan diri saat dilakukan penelitian. Jumlah sampel 230 orang remaja putri yang memenuhi kriteria inklusi. Teknik sampling yang digunakan adalah *prpotional random sampling*. Penelitian ini menggunakan jenis data primer yaitu data yang diperoleh secara langsung dari responden melalui pembagian kuesioner. Pengumpulan data dilakukan tanggal 18 Oktober 2025 menjelaskan tujuan dan meminta persetujuan responden atau wali untuk menandatangani *informed consent*. Remaja putri yang telah menandatangani *informed consent* diberikan lembar kuesioner. Instrumen pengumpulan data menggunakan kuesioner yang telah dilakukan uji validitas dan reliabilitas *person product moment*. Langkah-langkah pengolahan data dalam penelitian ini yaitu *editing, coding, scoring, entering, cleaning, dan tabulating*. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis univariat untuk menganalisis distribusi frekuensi praktik remaja putri mengenai *menstrual hygiene*.

Hasil dalam penelitian ini menunjukkan bahwa dari 230 responden sebanyak 69,6% responden memiliki kategori cukup tentang praktik *menstrual hygiene*. Hasil yang didapat pada setiap variabelnya adalah praktik *menstrual hygiene* tentang pemilihan pembalut sebagian besar responden memiliki praktik yang cukup yaitu sebanyak 55,2 %, praktik *menstrual hygiene* tentang mengganti pembalut sebanyak 73,0% responden, sebanyak 46,1% memiliki praktik yang cukup dalam membuang pembalut, dan sebanyak 71,3% memiliki praktik yang cukup tentang kebersihan daerah kewanitaan. Hal ini disebabkan masih banyak responden yang kurang memperhatikan kenyamanan saat membeli pembalut, tidak mengganti pembalut setiap 4 jam sekali, tidak mengganti pembalut saat buang air besar atau buang air kecil, membasuh daerah kewanitaan dari belakang ke depan, serta masih banyak yang menggunakan sabun mandi saat membersihkan daerah kewanitaan. Pengetahuan, sikap dan tindakan merupakan domain yang penting yang mempengaruhi praktik *menstrual hygiene* pada remaja putri

Keterbatasan dalam penelitian ini adalah ditemukan kelemahan kelemahan terhadap penilaian sarana prasarana terhadap penilaian praktik *menstrual hygiene*. Hasil penelitian hanya diperoleh berdasarkan jawaban responden terhadap kuesioner yang dibagikan, tanpa disertai dengan observasi langsung sehingga beresiko menimbulkan bias persepsi dan menurunkan validitas temuan.

Disarankan bagi tempat penelitian yakni pihak sekolah dapat memastikan ketersediaan sarana prasarana WASH (*Water, Sanitation, and Hygiene*) dan melakukan pemantauan secara berkelanjutan terhadap kualitasnya sehingga mendukung praktik *menstrual hygiene* remaja putri. Bagi masyarakat dalam hal ini orang tua/keluarga maupun tenaga kesehatan diharapkan dapat menjadi sumber informasi langsung yang aktif memberikan edukasi kesehatan khususnya tentang praktik *menstrual hygiene*. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan melakukan analisa lebih dalam dengan mengkaji hubungan antara pengetahuan, sumber informasi dan sarana prasarana dengan praktik *menstrual hygiene* pada remaja putri

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Ida Sang Hyang Widhi Wasa peneliti panjatkan, karena atas berkat dan rahmat-Nya peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Gambaran Praktik *Menstrual Hygiene* Pada Remaja Putri di Sekolah Menengah Pertama Negeri 6 Kintamani” tepat waktu. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat menyelesaikan mata kuliah skripsi pada Program Studi Sarjana Terapan Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Denpasar. Penyusunan skripsi penulis mendapat banyak saran, masukan, dan dukungan dari berbagai pihak dalam menyusun skripsi ini. Oleh karena itu penulis menyampaikan terima kasih kepada :

1. Dr. Sri Rahayu, S.Tr.Keb.,S.Kep,Ners.,M.Kes selaku Direktur Politeknik Kesehatan Denpasar.
2. Ni Ketut Somoyani, S.ST., M.Biomed, selaku Ketua Jurusan kebidanan Politeknik Kesehatan Denpasar.
3. Ni Wayan Armini, S.ST., M.Keb, selaku Ketua Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Denpasar
4. Ni Made Dwi Purnamayanti, S.Si.T.,M.Keb, selaku pembimbing utama dalam penyusunan skripsi yang telah banyak meluangkan waktu dalam membimbing dan memberikan saran dalam penyusunan skripsi.
5. Listina Ade Widya Ningtyas, S.ST., MPH, selaku pembimbing pendamping dalam penyusunan skripsi yang telah banyak meluangkan waktu dalam membimbing dan memberikan saran dalam penyusunan skripsi.
6. Orang tua, keluarga, serta teman-teman peneliti yang selalu memberikan doa, dukungan, motivasi dan kasih sayang dalam setiap langkah peneliti

7. Seluruh pihak yang tidak dapat peneliti sebutkan satu per satu yang telah membantu dalam penyusunan skripsi

Peneliti menyadari bahwa skripsi ini jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu peneliti mengharapkan kritik dan saran agar skripsi ini menjadi lebih baik.

Denpasar, 10 November 2025

Peneliti

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Anak Agung Istri Indah Prasetya

NIM : P07124224236

Program Studi : Sarjana Terapan

Jurusan : Kebidanan

Tahun Akademik : 2024/2025

Alamat : Br. Buruan, Blahbatuh, Gianyar

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Skripsi dengan judul Gambaran Praktik *Menstrual Hygiene* Pada Remaja Putri di Sekolah Menengah Pertama Negeri 6 Kintamani adalah benar **karya** sendiri atau bukan plagiat dari hasil karya orang lain.
2. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa Tugas Akhir ini **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.

Gianyar, 10 November 2025

Yang membuat pernyataan



Anak Agung Istri Indah Prasetya
NIM. P07124224236

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMBUNG	
HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
ABSTRAK	iv
<i>ABSTRACT</i>	v
RINGKASAN PENELITIAN	vi
KATA PENGANTAR	ix
SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT.....	xi
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan.....	6
D. Manfaat Penelitian.....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	8
A. Konsep Perilaku	8
B. Konsep Remaja.....	11
C. Konsep Menstruasi	13
D. Management Menstrual Hygiene	19
BAB III KERANGKA KONSEP	26
A. Kerangka Konsep	26
B. Variabel dan Definisi Operasional Variabel.....	27
C. Pertanyaan Penelitian	31
BAB IV METODE PENELITIAN	32
A. Jenis Penelitian.....	32
B. Alur Penelitian.....	33
C. Tempat dan Waktu Penelitian	34

D. Populasi dan Sampel	34
E. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data.....	37
F. Pengolahan dan Analisis Data	43
G. Etika Penelitian	45
BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN.....	48
A. Hasil Penelitian	48
B. Pembahasan	53
C. Keterbatasan Penelitian	60
BAB VI SIMPULAN DAN SARAN.....	61
A. Simpulan	61
B. Saran	61
DAFTAR PUSTAKA	63
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Definisi Operasional	27
Tabel 2 Distribusi Besar Sampel Pada Setiap Kelas	36
Tabel 3 Kisi-Kisi Kuesioner Praktik <i>Menstrual Hygiene</i>	40
Tabel 4 Hasil Uji Validitas.....	42
Tabel 5 Hasil Uji Reliabilitas	43
Tabel 6 Karakteristik Responden	49
Tabel 7 Praktik <i>Menstrual Hygiene</i>	50
Tabel 8 Praktik <i>Menstrual Hygiene</i> Responden Tentang Pemilihan Pembalut	51
Tabel 9 Praktik <i>Menstrual Hygiene</i> Responden Tentang Mengganti Pembalut ...	51
Tabel 10 Praktik <i>Menstrual Hygiene</i> Responden Tentang Membuang Pembalut	52
Tabel 11 Praktik <i>Menstrual Hygiene</i> Responden Tentang Kebersihan Daerah Kewanitaan	53

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Konsep Penelitian	26
Gambar 2. Alur Penelitian.....	33

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Perhitungan Proporsi Besar Sampel
- Lampiran 2. Jadwal Kegiatan Penelitian
- Lampiran 3. Surat Keterangan Penelitian/Rekomendasi Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu
- Lampiran 4. Surat Persetujuan Etik
- Lampiran 5. Surat Keterangan Telah Melaksanakan Penelitian
- Lampiran 6. Persetujuan Setelah Penjelasan (*Informed Consent*)
- Lampiran 7. Kisi-Kisi Kuesioner
- Lampiran 8. Kuesioner Penelitian
- Lampiran 9. Kunci Jawaban Kuesioner
- Lampiran 10. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas SPSS
- Lampiran 11. Hasil *Random Picker*
- Lampiran 12. Hasil Analisis Data
- Lampiran 13. Realisasi Anggaran Biaya
- Lampiran 14. Dokumentasi Penelitian
- Lampiran 15. Turnitin