

**GAMBARAN PERILAKU *PERSONAL HYGIENE* SAAT MENSTRUASI
PADA REMAJA PUTRI DI SEKOLAH MENENGAH ATAS**

SKRIPSI

Disusun untuk Memenuhi Salah Satu Tugas Mata Kuliah Skripsi



Oleh :

RISNI NURJANNAH LESTARI

NIM 22020121140141

DEPARTEMEN S1 ILMU KEPERAWATAN

FAKULTAS KEDOKTERAN

UNIVERSITAS DIPONEGORO

SEMARANG, MEI 2025

**GAMBARAN PERILAKU *PERSONAL HYGIENE* SAAT MENSTRUASI
PADA REMAJA PUTRI DI SMA NEGERI 4 SEMARANG
SKRIPSI**

Disusun untuk Memenuhi Salah Satu Tugas Mata Kuliah Skripsi



Dosen Pengampu :

Ns. Nurullya Rachma, S.Kep.M.Kep.Sp.Kep.Kom

Disusun Oleh :

Risni Nurjannah Lestari

22020121140141

DEPARTEMEN S1 ILMU KEPERAWATAN

FAKULTAS KEDOKTERAN

UNIVERSITAS DIPONEGORO

SEMARANG, MEI 2025

LEMBAR PERSETUJUAN

Yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan bahwa **Skripsi** yang berjudul:

**GAMBARAN PERILAKU *PERSONAL HYGIENE* SAAT MENSTRUASI
PADA REMAJA PUTRI DI SMA NEGERI 4 SEMARANG**

Dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : Risni Nurjannah Lestari

NIM : 22020121140141

Telah disetujui sebagai laporan penelitian dan
dinyatakan telah memenuhi syarat untuk direview

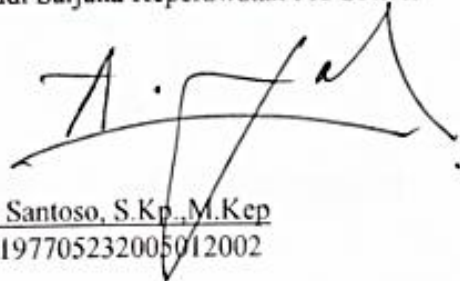
Pembimbing,



Ns. Nurullya Rachma, S.Kep.M.Kep.Sp.Kep.Kom
NIP 197705232005012002

Mengetahui,

Ketua Program Studi Sarjana Keperawatan FK UNDIP



Agus Santoso, S.Kp.,M.Kep
NIP 197705232005012002

LEMBAR PENGESAHAN

Yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan bahwa **Proposal** yang Berjudul:

**GAMBARAN PERILAKU *PERSONAL HYGIENE* SAAT MENSTRUASI
PADA REMAJA PUTRI DI SMA NEGERI 4 SEMARANG**

Dipersiapkan dan disusun oleh : Risni Nurjannah Lestari

NIM : 22020121140141

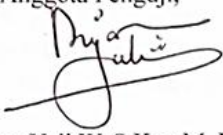
Telah diuji pada 26 Mei 2025 dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk
mendapatkan gelar Sarjana Keperawatan

Ketua Penguji,



Dr. Anggorowati, S.Kp., M.Kep., Sp.Mat.
NIP 199708302001122001

Anggota Penguji,



Ns. Diyan Yuli W., S.Kep M. Kep
NIP 197607162002122002

Pembimbing,



Ns. Nurullya Rachma, S.Kep.M.Kep.Sp.Kep.Kom
NIP 197705232005012002

Mengetahui,

Ketua Departemen Ilmu Keperawatan FK Undip



Dr. Anggorowati, S.Kp., M.Kep., Sp.Mat
NIP 197708302001122001

SURAT PERNYATAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH

Yang bertanda tangan dibawah ini,saya:

Nama : Risni Nurjannah Lestari
NIM : 22020121140141
Fakultas/Departemen : Kedokteran/Keperawatan
Jenis : Skripsi
Judul : Gambaran Perilaku *Personal Hygiene* Saat Menstruasi Pada Remaja Putri Di Sma Negeri 4 Semarang

Dengan ini menyatakan bahwa saya menyetujui untuk:

1. Memberikan hak bebas royalti kepada Perpustakaan Departemen Ilmu Keperawatan UNDIP atas penulisan karya ilmiah saya, demi pengembangan ilmu pengetahuan.
2. Memberikan hak menyimpan, mengalih mediakan/mengalih formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*data base*), mendistribusikannya, serta menampilkan dalam bentuk soft copy untuk kepentingan akademis kepada Perpustakaan Departemen Ilmu Keperawatan UNDIP, tanpa perlu meminta izin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/ pencipta.
3. Bersedia dan menjamin untuk menanggung secara pribadi tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Departemen Ilmu Keperawatan UNDIP dari semua bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran hak cipta dalam karya ilmiah ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan semoga dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Semarang,19 Mei 2025

Yang Menyatakan



Risni Nurjannah Lestari

22020121140141

PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME

Yang bertanda tangan dibawah ini,saya:

Nama : Risni Nurjannah Lestari
Tempat/Tanggal Lahir : Semarang, 22 Agustus 2003
Alamat Rumah : Jl. Gondang Timur III No.29 RT 02 RW 02
Bulusan, Kecamatan Tembalang Kota Semarang
No.Telp : 085867659414
Email : Risninlestari@gmail.com

Dengan ini menyatakan dengan sesungguhnya bahwa penelitian saya yang berjudul “Gambaran Perilaku *Personal Hygiene* Saat Menstruasi Pada Remaja Putri Di Sma Negeri 4 Semarang” bebas dari plagiarisme dengan similarity index 22% dan bukan hasil karya orang lain.

Apabila di kemudian hari ditemukan sebagian atau seluruh bagian dari penelitian dan karya ilmiah dari hasil-hasil penelitian tersebut terdapat indikasi plagiarisme, saya bersedia menerima sanksi sesuai dengan peraturan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian pernyataan ini dibuat dalam keadaan sadar tanpa unsur paksaan dari siapapun..

Semarang,19 Mei 2025

Yang Menyatakan



Risni Nurjannah Lestari

22020121140141

KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada Allah Yang Maha Esa yang telah melimpahkan berkat serta Nikmat-Nya sehingga penulis peroleh kemudahan dan kelancaran dalam penyusunan skripsi dengan judul “Gambaran *Personal Hygiene* saat Menstruasi Pada Remaja Putri di SMA Negeri 4 Semarang”. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan di Departemen Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro Semarang.

Penyusunan skripsi ini, penulis banyak mendapat bimbingan, pengarahan, dan bantuan dari semua pihak sehingga skripsi ini bisa diselesaikan tepat pada waktunya. Untuk itu, penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Ibu Dr. Anggorowati, S.Kp.,M.Kep.Sp.Mat selaku Ketua Departemen Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro.
2. Bapak Agus Santoso, S.Kep., M.Kep selaku Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro.
3. Ibu Ns. Nurullya Rachma, S.Kep.M.Kep.Sp.Kep.Kom selaku dosen pembimbing yang telah memberikan banyak arahan, bimbingan, ilmu serta motivasi dalam penyusunan skripsi ini
4. Ibu Dr. Anggorowati, S.Kp.,M.Kep.Sp.Mat selaku dosen penguji 1 yang telah bersedia meluangkan waktu, memberikan masukan dan memberikan penilaian objektif.
5. Ibu Ns. Diyan Yuli W.,S.Kep M. Kep selaku dosen penguji 2 yang bersedia meluangkan waktu, memberikan masukan dan saran dalam penyusunan skripsi ini.

6. Kedua orang tua tercinta saya, Alm. Bapak Saniwarto dan Ibu Retno Widuri, Kakak Perempuan saya, serta seluruh keluarga dan kerabat dekat yang selalu memberikan dukungan, semangat, motivasi, serta doa tiada henti dalam proses penyusunan skripsi ini.
7. Kana, Ghaitsa, Syabina, Dieni, Sabil, Belinda. Selaku sahabat yang selalu memberi masukan dan semangat dalam penyusunan skripsi ini sehingga kuat sampai akhir
8. Kepala Sekolah, Guru-guru dan Siswi-siswi SMA Negeri 4 Semarang yang telah bersedia membantu peneliti dalam mendapatkan data dalam penelitian ini

Peneliti menyadari bahwa dalam penyusunan proposal ini masih jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu, peneliti mengharapkan saran dan kritik yang membangun demi kelancaran penelitian yang akan datang.

Penulis,



Risni Nurjannah

Lestari

22020121140141

Daftar Isi

Halaman Judul	i
LEMBAR PERSETUJUAN	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
SURAT PERNYATAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH	iv
PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME	v
KATA PENGANTAR.....	vi
Daftar Isi	viii
Daftar Tabel	xi
Daftar Gambar	xii
Daftar Lampiran	xiii
Daftar Singkatan	xiv
ABSTRAK	xv
<i>ABSTRACT</i>	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah.....	5
1.3 Tujuan penelitian.....	6
1.3.1 Tujuan Umum	6
1.3.2 Tujuan Khusus	6
1.4 Manfaat Penelitian	7
1.4.1 Bagi Institusi Pendidikan	7
1.4.2 Bagi Institusi Kesehatan.....	7
1.4.3 Bagi Masyarakat	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	9
2.1 Menstruasi.....	9
2.1.1 Definisi Menstruasi	9
2.1.2 Siklus Menstruasi	10
2.1.3 Fisiologis Menstruasi	13
2.1.4 Hal-hal yang perlu Diperhatikan saat Menstruasi	15
2.2 <i>Personal Hygiene</i>	15

2.2.1	Definisi <i>Personal Hygiene</i>	15
2.2.2	Jenis <i>Personal Hygiene</i>	16
2.2.3	Faktor yang Mempengaruhi <i>Personal Hygiene</i>	19
2.3	Remaja	21
2.3.1	Definisi Remaja.....	21
2.3.2	Klasifikasi Remaja	22
2.3.3	Perubahan Fisik pada Remaja Putri	24
2.4	Perilaku <i>Personal Hygiene</i> saat Menstruasi	25
2.4.1	Perilaku	25
2.4.2	Perilaku <i>Personal Hygiene</i> saat Menstruasi.....	27
2.4.3	Faktor-Faktor yang Mempengaruhi <i>Personal Hygiene</i> saat Menstruasi	28
2.4.4	Perilaku <i>Personal Hygiene</i> saat Menstruasi pada Remaja Putri	30
2.5	Kerangka Teori.....	34
2.6	Kerangka Konsep.....	34
BAB III METODE PENELITIAN		35
3.1	Jenis dan Rancangan Penelitian	35
3.2	Populasi dan Sampel Penelitian	35
3.2.1	Populasi Penelitian	36
3.2.2	Sampel Penelitian.....	36
3.3	Tempat dan Waktu Penelitian	38
3.3.1	Tempat Penelitian.....	38
3.3.2	Waktu Penelitian	38
3.4	Variabel Penelitian, Definisi Operasional dan Skala Pengukuran	39
3.5	Instrumen Penelitian dan Cara Pengumpulan Data	40
3.5.1	Instrumen Penelitian	40
3.5.2	Cara Pengumpulan Data.....	42
3.6	Teknik Pengolahan dan Analisa Data	44
3.6.1	Pengolahan Data	44
3.6.2	Analisis Data.....	46
3.7	Etika Penelitian.....	47
3.7.1	<i>Autonomy</i>	47

3.7.2	<i>Justice</i>	47
3.7.3	<i>Benefience</i> dan <i>Non maleficence</i>	48
3.7.4	<i>Anonymity</i>	48
3.7.5	<i>Confidentially</i>	48
BAB IV HASIL PENELITIAN		50
4.1	Gambaran Umum Penelitian	50
4.2	Analisis Univariat.....	50
4.2.1	Karakteristik Data Demografi Responden	50
4.2.2	Perilaku <i>Personal Hygiene</i> saat menstruasi Pada Remaja Putri	51
BAB V PEMBAHASAN		52
5.1	Karakteristik Responden Gambaran Perilaku <i>Personal Hygiene</i> saat menstruasi pada Remaja Putri di SMA Negeri 4 Semarang	52
5.1.1	Karakteristik Responden berdasarkan Usia	52
5.1.2	Karakteristik Responden berdasarkan Agama	53
5.1.3	Karakteristik Responden berdasarkan Suku	54
5.2	Analisis Gambaran Perilaku <i>Personal Hygiene</i> saat menstruasi pada Remaja Putri di SMA Negeri 4 Semarang	54
5.2.1	Perilaku <i>Personal Hygiene</i> Baik	55
5.2.2	Perilaku <i>Personal Hygiene</i> Cukup	57
5.2.3	Perilaku <i>Personal Hygiene</i> Kurang	60
BAB VI SIMPULAN DAN SARAN		63
6.1	Simpulan	63
6.2	Saran.....	64
DAFTAR PUSTAKA		66
LAMPIRAN.....		xvii

Daftar Tabel

Nomor	Judul Tabel	Halaman
1	Variabel Penelitian, Definisi Oprasional dan Skala Pengukuran	39
2	Hasil Uji Reliabelitas Kuesioner Perilaku ²⁷	42
3	Coding Katagori Variabel Penelitian	44
4	Karakteristik responden Remaja Putri di SMA Negeri 4 Semarang Tahun 2025 (n==288)	50
5	Distribusi Frekuensi dan Presentase Perilaku Personal Hygiene saat menstruasi pada Remaja Putri di SMA Negeri 4 Semarang	51

Daftar Gambar

Nomor	Judul Tabel	Halaman
1	Kerangka Teori	34
2	Kerangka Konsep	34

Daftar Lampiran

Nomor	Judul Tabel	Halaman
1	Surat Izin Pengambilan Data Awal	xvii
2	Perizinan Penggunaan Kuesioner Penelitian	xviii
3	Kuesioner Penelitian	xix
4	Lembar Konsultasi dan Logbook Konsultasi	xxi
5	Surat Izin Penelitian	xxvii
6	Surat Izin Penelitian Dinas Pendidikan dan Kebudayaan Cabang Dinas Pendidikan Wilayah I	xxviii
7	Ethical Clearance Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro	xxix
8	Lembar Persetujuan menjadi Responden (Informed Consent)	xxx
9	Hasil Analisis uji Statistik	xxxi
10	Sebaran Jawaban Responden	xxxii
11	Bukti Turnitin analisis plagiarisme	xxxv

Daftar Singkatan

Nomor	Singkatan	Keterangan	Halaman
1	FSH	<i>Follicle Stimulating Hormone</i>	9,11
2	LH	<i>luteinizing hormone</i>	9,11
3	PIH	<i>prolactin-inhibiting hormone</i>	11
4	LH-RH	<i>luteinizing hormone releasing hormone</i>	11

Departemen Ilmu Keperawatan
Fakultas Kedokteran
Universitas Diponegoro
Mei,2025

ABSTRAK

Risni Nurjannah Lestari

Gambaran Perilaku Personal Hygiene saat Menstruasi pada Remaja Putri di SMA Negeri 4 Semarang

xvi+ 48 Halaman + 8 Tabel + 2 Gambar + 11 Lampiran

Perilaku *Personal Hygiene* saat menstruasi pada remaja putri masih belum optimal, terutama dalam hal penggunaan bahan pembalut dan frekuensi penggantian pembalut. Apabila remaja putri tidak memperhatikan *Personal Hygiene* saat menstruasi, dapat meningkatkan risiko infeksi. *Pruritus vulvae* merupakan salah satu contoh infeksi yang disebabkan karena kurangnya perilaku *Personal Hygiene* saat menstruasi. Tujuan dari penelitian ini adalah mengetahui Gambaran perilaku *Personal Hygiene* saat menstruasi pada remaja putri di SMA Negeri 4 Semarang. Penelitian ini menggunakan desain deskriptif kuantitatif. Teknik *Proportionate stratified random sampling* dipilih sebagai metode pengambilan 288 siswi sebagai responden penelitian. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner dan dianalisis secara deskriptif univariat. Mayoritas responden menunjukkan perilaku *Personal Hygiene* saat menstruasi dalam katagori cukup (75,7%), namun masih ada responden yang berperilaku kurang (6,9%). Hal ini menunjukkan pentingnya pemberian edukasi kesehatan reproduksi, khususnya mengenai kebersihan diri saat menstruasi terutama pada pemilihan bahan pembalut.

Kata kunci : Perilaku, *Personal Hygiene*, Menstruasi, Remaja Putri
Daftar Pustaka: 59 (2019-2025)

Department of Nursing Science

Faculty of Medicine

Diponegoro University

May, 2025

ABSTRACT

Risni Nurjannah Lestari

A Descriptive Study of Personal Hygiene Practices During Menstruation Among Female Adolescents at SMA Negeri 4 Semarang

xvi+ 48 page + 8 Table + 2 Figures + 11 Attachments

Personal Hygiene behavior during menstruation among adolescent girls is still not optimal, especially in terms of the use of sanitary napkin materials and the frequency of changing pads. If adolescent girls do not pay attention to Personal Hygiene during menstruation, it can increase the risk of infection. Pruritus vulvae is one example of an infection caused by a lack of Personal Hygiene behavior during menstruation. The purpose of this study was to determine the description of Personal Hygiene behavior during menstruation among adolescent girls at SMA Negeri 4 Semarang. This study used a quantitative descriptive design. Proportionate stratified random sampling technique was chosen as a method of taking 288 female students as research respondents. Data was collected using a questionnaire and analyzed descriptively univariate. The majority of respondents showed sufficient personal hygiene behavior during menstruation (75.7%), while respondents who behaved poorly (6.9%). This shows the importance of providing reproductive health education, especially regarding personal hygiene during menstruation, especially in the selection of sanitary napkin materials.

Keywords : Practices, Personal Hygiene, Menstruation, Adolescent Girls

Bibliography : 59 (2019-2025)