



SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN (STIKes)

HANG TUAH PEKANBARU

Jl. Mustafa Sari No. 5 Tangkerang Selatan Pekanbaru, Telp. (0761) 33815 Fax. (0761) 863646
Email : info.stikes@hangtuhapekanbaru.ac.id Izin Mendiknas : 226/D/O/2002 Website : www.hangtuhapekanbaru.ac.id

SURAT TUGAS

Nomor : 01/STIKes–HTP/XII/2019/1102

Yang bertanda tangan di bawah ini Ketua STIKes Hang Tuah Pekanbaru, dengan ini memberi tugas kepada :

1. Nama : Sherly Vermita Warlenda, SKM, M.Kes
NIDN : 1013098804
Jabatan : Dosen STIKes Hang Tuah Pekanbaru
2. Maksud dan Tujuan : Pemberdayaan Masyarakat Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Siswi Madrasah Tsanawiyah Pesantren Al-Munawwarah Pekanbaru
3. Tempat : Madrasah Tsanawiyah Pesantren Al-Munawwarah Pekanbaru
4. Hari/ Tanggal : Selasa, 24 Desember 2019

Demikianlah surat tugas ini dibuat untuk dapat diketahui dan dilaksanakan sebagaimana mestinya.

Dikeluarkan di : P E K A N B A R U
Pada Tanggal : 20 Desember 2019
STIKes Hang Tuah Pekanbaru

Ahmad Hafifi, SKM, M.Kes
NIDN 1006064301

LAPORAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT



**PEMBERDAYAAN MASYARAKAT PERILAKU
PERSONAL HYGIENE SAAT MENSTRUASI PADA SISWI
MADRASAH TSANAWIYAH PESANTREN AL-MUNAWWARAH
PEKANBARU**

Oleh :

Sherly Vermita W, SKM.,M,Kes.

Yessi Harnani, SKM., M.Kes

**PROGRAM STUDI S1 KESEHATAN MASYARAKAT
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN HANG TUAH**

PEKANBARU

2019

HALAMAN PENGESAHAN

1. Judul : Pemberdayaan Masyarakat Personal Hygiene saat Menstruasipada siswi Madrasah Tsanawiyah Pesantren Al-Munawwarah Pekanbaru
2. Bidang keilmuan : Kesehatan Masyarakat
3. Ketua Tim Pengusul
- a. Nama : Sherly Vermita W,SKM., M. Kes
 - b. NIDN : 1013098804
 - c. Pangkat /Golongan : IIIC
 - d. Jabatan fungsional : Lektor
 - e. Sedang melakukan pengabdian : Tidak
 - f. Program studi : Kesehatan Masyarakat
 - g. Bidang keahlian : Kesehatan Reproduksi
 - h. Nama Instansi : STIKes Hang Tuah Pekanbaru
 - i. Alamat Kantor/Telp/Fax/Email : Jln. Mustafa Sari no.05
4. Jumlah Anggota : 12 orang
- a. Anggota 1 : Yessi Harnani, SKM., M.Kes
 - b. Anggota 2 : 11 Mahasiswa
5. Jangka Waktu Kegiatan : 1 bulan
6. Bentuk program kegiatan : Penyuluhan Masyarakat
7. Lokasi Kegiatan :Pesantren Al-Munawwarah Tangkerang Timur Kecamatan Tenayan Raya KotaPekanbaru.
8. Biaya yang diperlukan : Rp.1.500.000
- Sumber dana Mandiri :Rp.1.500.000

Mengetahui
Ketua STIKes Hang Tuah Pekanbaru

Pekanbaru, 31 Desember 2019
Ketua Pelaksana

Ahmad Hanafi, S.K.M, M.Kes
Reg. 10306114265

Sherly Vermita W,SKM., M. Kes No.
NIDN : 1013098804

Menyetujui
Kepala P3M STIKes Hang Tuah Pekanbaru

Agus Alamsyah, SKM, M.Kes
No. Reg. 10306113204

RINGKASAN

Personal Hygiene merupakan suatu tindakan dalam kebersihan diri sendiri yang dilakukan seseorang guna memelihara kebersihan dan kesehatan secara fisik maupun psikisnya. Personal hygiene saat menstruasi sangat penting untuk mencegah terjadinya infeksi pada organ kewanitaan. Pengabdian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran pengetahuan para siswi tentang perilaku personal hygiene pada saat menstruasi di Madrasah Tsanawiyah Pesantren Al-Munawwarah Tangkerang Timur Kecamatan Tenayan Raya Kota Pekanbaru. Metode yang digunakan dalam pengabdian adalah dengan melakukan penyuluhan pada siswi Madrasah Tsanawiyah. Di harapkan dengan penyuluhan ini maka tingkat pengetahuan siswi Madrasah Tsanawiyah tentang perilaku personal hygiene pada saat menstruasi semakin meningkat dan membuat mereka lebih peduli terhadap kondisi kesehatan mereka. Hasil pengabdian ini akan di publikasikan didalam prosiding pengabdian masyarakat.

Kata kunci : Pengetahuan, Personal Hygiene, Menstruasi, Siswi

KATA PENGANTAR

Puji syukur senantiasa penulis ucapkan ke hadirat Allah SWT, karena atas limpahan rahmat, taufik dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan laporan pengabdian kepada masyarakat ini. Laporan ini merupakan salah satu bentuk kegiatan dalam Tri Dharma perguruan tinggi di STIKes Hang Tuah Pekanbaru.

Dalam laporan ini, banyak hambatan dan tantangan yang penulis hadapi, namun berkat bantuan dari berbagai pihak akhirnya penulisan ini dapat diselesaikan juga. Untuk itu, pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terima kasih dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada:

1. Bapak Ahmad Hanafi, SKM, M.Kes selaku Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKes) Hang Tuah Pekanbaru.
2. Agus Alamsyah, SKM, M.Kes selaku kepala Pusat Penelitian Pengabdian Masyarakat.
3. Kepala sekolah, Majelis Guru dan Siswi Madrasah Tsanawiyah Pesantren Al-Munawwarah di Tangkerang Timur Kecamatan Tenayan Raya Kota Pekanbaru.
4. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu, penulis ucapkan terima kasih atas bantuannya.

Kritik dan saran yang bersifat membangun sangat penulis harapkan agar di kemudian hari penulis mampu untuk melakukan perbaikan demi kesempurnaan laporan yang lainnya. Akhir kata semoga laporan ini dapat bermanfaat dan semoga apa yang telah dilakukan mendapat ridho dari Allah SWT, Amien.

Pekanbaru, 07 Desember 2018

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN PENGESAHAN	i
RINGKASAN	ii
KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR TABEL	v
DAFTAR GAMBAR	vi
DAFTAR LAMPIRAN	vii
BAB I PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	3
1.3 Tujuan Pengabdian Kepada Masyarakat	4
1.4 Manfaat Pengabdian Kepada Masyarakat	4
BAB II SOLUSI PERMASALAHAN	
2.1 Solusi Permasalahan	5
BAB III METODE PELAKSANAAN	
3.1 Langkah-langkah Dalam Metode Pelaksanaan	6
3.2 Partisipasi Dalam Pelaksanaan Kegiatan	6
3.3 Evaluasi Pelaksanaan Kegiatan	7
3.4 Kepakaran dan Tugas Anggota Tim Pengabdian	7
BAB IV HASIL DAN LUARAN YANG DICAPAI	
4.1 Hasil	9
4.2 Luaran Yang Dicapai	11
BAB V RENCANA TAHAPAN BERIKUTNYA	
5.1 Rencana Tahapan Berikutnya	12
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN	
6.1 Kesimpulan.....	13
6.2 Saran.....	13
DAFTAR PUSTAKA	14
LAMPIRAN	15

DAFTAR TABEL

Halaman

Tabel3.1 Kepakaran dan Tugas Anggota Tim	7
Tabel4.1 Luaran Yang Dicapai	11

DAFTAR GAMBAR

Halaman

Gambar2.1	Kerangka Pemecahan Masalah.....	5
-----------	---------------------------------	---

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Daftar Riwayat Hidup	15
Lampiran 2. Jadwal Pelaksanaan Pengabdian	19
Lampiran 3. Surat Izin Pengabdian	22
Lampiran 4. Surat Balasan	24
Lampiran 5 Materi Pengabdian Kepada Masyarakat	25
Lampiran 6. Daftar Kehadiran Siswi	35
Lampiran 7. Luaran Pengabdian Kepada Masyarakat	37
Lampiran 8. Dokumentasi	38
Lampiran 9. Laporan Penggunaan Anggaran	40

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 LatarBelakang

Remaja menurut organisasi kesehatan dunia (WHO) adalah periode usia antara 10 sampai 19 tahun. Berdasarkan teori perkembangan kognitif Piaget, kemampuan kognitif remaja berada pada tahap *formal operational*. Remaja harus mampu untuk menyelesaikan masalah dan mempertanggungjawabkannya. Menurut penelitiannya juga menyatakan bahwa tahap-tahap perkembangan intelektual seseorang serta perubahan umur sangat mempengaruhi kemampuan seseorang mengamati ilmu pengetahuan (Mutiara, dkk. 2018)

Pengetahuan merupakan hasil dari tahu, dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Pengetahuan adalah faktor terpenting dalam pembentukan perilaku dan tindakan (*practice*). Perilaku yang dipengaruhi oleh pengetahuan contohnya seperti seseorang yang memiliki pengetahuan tentang menstruasi akan mempraktikkan dengan benar yaitu memelihara kesehatan dan kebersihan daerah kewanitaan terutama selama menstruasi (Mutiara, dkk. 2018)

Menstruasi adalah kejadian alamiah yang terjadi pada wanita normal. Pada saat menstruasi, hal yang penting dilakukan adalah memelihara dan menjaga kebersihan pada daerah kewanitaan. Perawatan selama menstruasi juga perlu dilakukan karena pada saat menstruasi pembuluh darah dalam rahim sangat mudah terkena infeksi. Praktik *hygiene* sebagai salah satu upaya untuk mengurangi gangguan selama menstruasi. *Hygiene* menurut WHO merupakan kebersihan mengacu pada kondisi dan praktik yang membantu menjaga kesehatan dan mencegah penyebaran penyakit. Maka untuk mencegah infeksi yang ditimbulkan selama menstruasi harus melakukan *personal hygiene* yang baik seperti mengganti pembalut setiap 6 jam, membersihkan

area genitalia dari arah depan ke belakang, dan mencuci tangan sebelum dan setelah mengganti pembalut (Mutiara, dkk. 2018)

Remaja putri rentan terkena infeksi organ reproduksi. Hal ini terjadi karena kurangnya perilaku dalam merawat kebersihan diri terutama saat mengalami menstruasi. Remaja putri memiliki tingkat perhatian yang rendah terkait kesehatan reproduksi. Menurut hasil penelitian yang telah dilakukan oleh Wulandari tahun 2012, didapatkan bahwa pengetahuan yang diterima oleh remaja putri berusia 13 tahun hingga 16 tahun tentang perawatan alat reproduksi eksternal ketika menstruasi sebagian besar adalah cukup, yaitu 63%. Selain itu perilaku dalam melakukan perawatan terhadap organ reproduksi eksternal yang mayoritas dalam frekuensi cukup sejumlah 48%. (Sassi Mahfoudh, Bellalouna, & Horchani, 2017)

Perilaku yang kurang dari perawatan hygiene pada saat menstruasi adalah malas mengganti pembalut. (Nirwana, 2014). Salah satu penyebabnya adalah bakteri yang berkembang pada pembalut, perawatan diri yang baik saat menstruasi seperti penggunaan pembalut yang tepat adalah Pembalut tidak boleh dipakai lebih dari enam jam atau harus diganti sesering mungkin bila sudah penuh oleh darah menstruasi. (Haryono, 2016). Pengetahuan juga mempengaruhi dalam melakukan personal hygiene, siswi yang memiliki pengetahuan yang kurang baik terhadap personal hygiene, memungkinkan siswi tersebut tidak berperilaku hygiene pada saat menstruasi yang dapat membahayakan reproduksinya sendiri, salah satu dampak yang ditimbulkan apabila personal hygiene yang kurang diantaranya timbulnya infeksi vagina yang disebabkan oleh kebersihan. (Rahman & Astuti, 2014).

Menurut WHO (*World Health Organization*) tahun 2016 memperkirakan 15 dari 20 remaja putri pernah mengalami keputihan setiap tahunnya. Infeksi tersebut disebabkan karena kurangnya kebersihan diri, terutama *vulva hygiene* saat menstruasi (Agra, 2016). Hal ini selaras dengan hasil penelitian Diana (2015) yang mengungkapkan keluhan yang ditimbulkan akibat ketidaktahuan personal hygiene

adalah penyakit pruritus vulva yaitu penyakit yang ditandai dengan adanya sensasi gatal parah dari alat kelamin.

Studi tentang kebersihan menstruasi pada perempuan dan remaja putri di Mesir ditemukan bahwa antar perempuan yang pernah menikah 15,3% menggunakan pembalut sekali pakai 42,1% menggunakan kapas, dan 39,4% menggunakan pembalut kain sebagai penyerap setelah mencucinya. Sebaliknya, 25,2% dari perempuan yang belum menikah menggunakan pembalut sebesar 50,5% dan 21% menggunakan kembali penyerap yang dicuci. Hanya 3,2% dari kedua kelompok perempuan tersebut yang menggunakan potongan kain dan dibuang setelah digunakan. (Ramaiah, 2016)

Pengetahuan dan praktik *personal hygiene* remaja putri yang masih kurang seringkali akibat kurang mendapatkan informasi tentang menstruasi. Pendidikan tentang menstruasi diperlukan agar remaja putri memiliki pengetahuan yang memadai dan dapat berperilaku sehat mengenai kebersihan diri selama menstruasi dengan dilakukan penyuluhan langsung kepada remaja putri. Dengan demikian, perlu dilakukan penelitian guna mengetahui pengaruh penyuluhan *personal hygiene* terhadap tingkat pengetahuan tentang menstruasi dan praktik *personal hygiene* pada siswi MTS Pondok Pesantren Al-Munawwarah Pekanbaru. Pemilihan sekolah tersebut karena latar belakang ekonomi orang tua yang berbeda-beda, seperti: tingkat pendidikan, pendapatan orang tua, dan pekerjaan orang tua. Pendidikan dan sosial ekonomi orang tua rendah yang berpengaruh pada kemampuan orang tua dalam membiayai seluruh kebutuhan anak dan memberikan informasi pada anak, serta para siswi pondok pesantren yang hidup di asrama.

1.2 Rumusan Masalah

Personal hygiene adalah untuk memelihara kebersihan diri, menciptakan keindahan, serta meningkatkan derajat kesehatan individu sehingga dapat mencegah timbulnya penyakit pada diri sendiri maupun terhadap orang

lainnya. Masih banyak siswi yang belum mengetahui pentingnya personal hygiene dan menerapkannya di kehidupannya, maka rumusan masalah dalam pengabdian kepada masyarakat ini adalah “Bagaimana pengetahuan dan perilaku personal hygiene saat menstruasi pada siswi Madrasah Tsanawiyah Pesantren Al-Munawwarah Pekanbaru?”

1.3 Tujuan Penulisan

Tujuan Pengabdian Kepada Masyarakat ini adalah untuk:

1.3.1 Tujuan Umum

Meningkatkan perilaku siswi menerapkan personal hygiene saat menstruasi

1.3.2 Tujuan Khusus

1.3.2.1 Mengetahui ada tidaknya pengaruh penyuluhan Personal Hygiene terhadap pengetahuan dan sikap personal hygiene saat menstruasi pada Siswi Madrasah Tsanawiyah Pesantren Al-Munawwarah

1.3.2.2 Meningkatkan pengetahuan siswi tentang pentingnya personal hygiene bagi kesehatan

1.3.2.3 Meningkatkan kesadaran siswa agar mau dan mampu secara mandiri melaksanakan personal hygiene saat menstruasi

1.4 Manfaat Pengabdian Masyarakat

1.4.1 Bagi Siswi Madrasah Tsanawiyah Pesantren Al-Munawwarah

Dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan mereka dalam personal hygiene saat menstruasi

1.4.2 Bagi Madrasah Tsanawiyah Pesantren Al-Munawwarah

Sebagai bahan pertimbangan sekolah mengenai pentingnya pendidikan personal hygiene, memberi informasi kebutuhan kebersihan diri saat Menstruasi untuk meningkatkan kesehatan.

1.4.3 Bagi Institusi STIKes Hang Tuah Pekanbaru

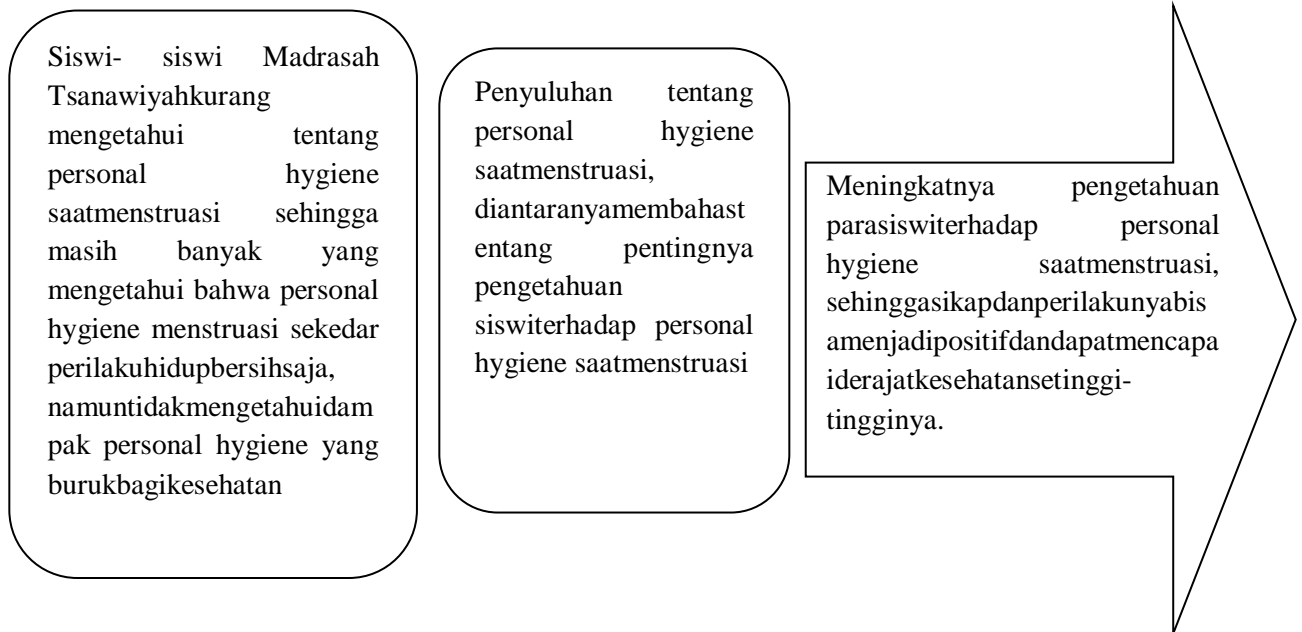
Sebagai sarana promosi dan menerapkan Tri Dharma Perguruan Tinggi dibidang pengabdian masyarakat.

BAB II SOLUSI PERMASALAHAN

Berdasarkan permasalahan di bab I di atas, maka dirumuskan solusi pemecahan permasalahan sebagai berikut:

1. Memberikan pengetahuan tentang personal hygiene menstruasi kepada siswi-siswi Madrasah Tsanawiyah Pesantren Al-Munawwarah Tangkerang Timur Kecamatan Tenayan Raya Kota Pekanbaru.
2. Memberikan pendidikan kesehatan perilaku hidup sehat kepada siswi-siswi Pesantren Madrasah Tsanawiyah Al-Munawwarah Tangkerang Timur Kecamatan Tenayan Raya Kota Pekanbaru
3. Meningkatkan perilaku hidup bersih dan sehat pada dirisaat menstruasi Pesantren Madrasah Tsanawiyah Al-Munawwarah Tangkerang Timur Kecamatan Tenayan Raya Kota Pekanbaru.

Kerangka Pemecahan masalah dalam pengabdian kepada masyarakat dapat digambarkan sebagai berikut:



Gambar 2.1 Kerangka pemecahan masalah

BAB III

METODE PELAKSANAAN

3.1 Langkah-langkah Dalam Metode Pelaksanaan

Metode pelaksanaan yang dilakukan dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini, yaitu:

1. Pertemuan dengan instansi STIKes Hang Tuah Pekanbaru dengan Pesantren Al-Munawwarah Pekanbaru
2. Identifikasi masalah yang terjadi di Pesantren Al-Munawwarah Pekanbaru
3. Persiapan pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat di Pesantren Al-Munawwarah Pekanbaru
4. Evaluasi hasil pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat di Pesantren Al-Munawwarah Pekanbaru

3.2 Partisipasi Dalam Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan Pengabdian Masyarakat ini melibatkan instansi STIKes Hang Tuah Pekanbaru dan Pesantren Al-Munawwarah Pekanbaru. Kedua instansi yang terlibat ini memperoleh keuntungan secara bersama-sama (*mutual benefit*).

1. Pesantren Al-Munawwarah Pekanbaru adalah tempat dilaksanakan kegiatan pengabdian masyarakat dengan metode penyuluhan. Materi yang disampaikan mengenai personal hygiene saat menstruasi yang melibatkan siswa-siswi dan guru Pesantren Al-Munawwarah Pekanbaru. Dalam hal ini Pesantren Al-Munawwarah Pekanbaru akan memperoleh manfaat dalam hal pengetahuan siswa-siswi dalam perilaku personal hygiene saat menstruasi.
2. STIKes Hang Tuah Pekanbaru melalui Pusat Penelitian dan Pengabdian Pada Masyarakat berperan menyediakan dana untuk dosen pengusul

sehingga mendukung pelaksanaan dharma ketiga dari Tri Dharma Perguruan Tinggi yaitu Pengabdian Masyarakat.

3.3 Evaluasi Pelaksanaan Kegiatan

1. Evaluasi Input

Evaluasi input dilakukan sebelum kegiatan dimulai. Yang dinilai dalam evaluasi input adalah sarana dan prasarana yang perlu tersedia untuk terlaksananya kegiatan pengabdian dalam rangka menghasilkan output dan tujuan pengabdian seperti, tenaga yang menguasai materi, peserta yang datang tepat waktu, tempat pelaksanaan yang kondusif, sumber dana yang mencukupi dan sebagainya.

2. Evaluasi Proses

Evaluasi proses dilakukan sewaktu kegiatan dimulai. Yang dinilai dalam evaluasi proses adalah: apakah ketika kegiatan dilaksanakan semua sasaran memperhatikan dan antusias dengan baik dan adanya umpan balik dari sasaran.

3. Evaluasi Hasil

Evaluasi hasil dilakukan setelah kegiatan selesai dilaksanakan. Setelah praktek dilaksanakan, sasaran mampu memahami dan terampil dalam mempraktekkan kegiatan tersebut.

3.4 Kepakaran dan Tugas Anggota Tim Pengabdian Kepada Masyarakat

Tabel 3.1

Kepakaran Anggota Tim Pengabdian Kepada Masyarakat

No	Nama/NIDN	Instansi Asal	Kepakaran
----	-----------	---------------	-----------

1	Sherly Vermita W, SKM., M.Kes	STIKes Hang Tuah Pekanbaru	Kesehatan Masyarakat
2	Yessi Harnani, SKM., M.Kes	STIKes Hang Tuah Pekanbaru	Kesehatan Masyarakat

Uraian tugas masing-

masing anggota pengabdian kepada masyarakat dirinci sebagai berikut:

a) Ketua

1. Mengkoordinir kegiatan studi pendahuluan dan Survey Lapangan
2. Mengkoordinir pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat
3. Menyusun laporan Pengabdian Masyarakat dan artikel publikasi
4. Melakukan seminar hasil pengabdian masyarakat

b) Anggota

1. Melakukan studi pendahuluan
2. Mengurus perizinan di Sekolah dan Puskesmas
3. Mengatur anggaran pengabdian dan peralatan yang digunakan dalam pengabdian
4. Pelaksanaan Kegiatan pengabdian masyarakat

c) Mahasiswa

1. Membantu melakukan studi pendahuluan
2. Pelaksanaan Kegiatan pengabdian masyarakat

BAB IV

HASIL DAN LUARAN YANG DICAPAI

4.1 Hasil

Kegiatan Pemberdayaan Masyarakat personal hygiene saat menstruasi pada siswi Madrasah Tsanawiyah dilaksanakan di Pesantren Al-Munawwarah Tangkerang Timur Kecamatan Tenayan Raya Kota Pekanbaru. Kegiatan diikuti oleh para siswi yang berjumlah 29 orang, kegiatan dilaksanakan pada hari Selasa tanggal 24 Desember 2019 yang dimulai pukul 14.10 WIB sampai dengan selesai.

Bentuk kegiatan pemberdayaan yang dilaksanakan adalah pendidikan berupa ceramah yang dilakukan oleh mahasiswa STIKes Hang Tuah Pekanbaru. Sebelum para peserta yakni siswi-siswi Madrasah Tsanawiyah kelas III Aisyahdi diberikan penjelasan tentang personal hygiene saat menstruasi, para siswi diberikan pertanyaan terlebih dahulu untuk mengetahui pengetahuan siswi tentang personal hygiene. Dari hasil tersebut dapat terlihat bahwa dari 29 siswi yang mengikuti kegiatan, hanya 20% siswi yang mengetahui apa itu personal hygiene. Setelah para mahasiswa memberi menyampaikan materi, para siswi diberikan pertanyaan kembali. Hasil yang dapat dilihat bahwa dari 28 siswi yang mengikuti kegiatan tersebut 80% siswi mengetahui dan dapat menyebutkan mengenai materi personal hygiene yang telah disampaikan. Kegiatan pendidikan kesehatan berupa ceramah sangat efektif dilaksanakan pada siswi sekolah dasar.

Personal hygiene berasal dari bahasa Yunani, Personal yang artinya perorangan dan Hygiene berarti sehat. Kebersihan perorangan adalah suatu tindakan untuk memelihara kebersihan dan kesehatan seseorang untuk kesejahteraan fisik dan psikis (Tarwoto & Wartonah, 2010) (Irnawati, Widayana, & Sriningsih, 2018). Tartowo dan Wartonah (2004), menjelaskan

personal hygiene adalah untuk memelihara kebersihan diri, menciptakan keindahan, serta meningkatkan derajat kesehatan individu sehingga dapat mencegah timbulnya penyakit pada diri sendiri maupun terhadap orang lainnya.

Personal hygiene adalah cara perawatan diri manusia untuk memelihara kesehatan mereka secara fisik dan psikisnya. Dalam kehidupan sehari-hari kebersihan merupakan hal yang sangat penting dan harus diperhatikan karena kebersihan akan mempengaruhi kesehatan dan psikis seseorang. Kebersihan itu sendiri sangat dipengaruhi oleh nilai individu dan kebiasaan. Jika seseorang sakit biasanya masalah kebersihan kurang diperhatikan, hal ini terjadi karena kita menganggap masalah kebersihan adalah masalah sepele, padahal jika hal tersebut dibiarkan terus dapat mempengaruhi kesehatan secara umum (Hidayat, 2008).

Melaksanakan pemberdayaan masyarakat praktek perilaku personal hygiene pada saat menstruasi pada anak sekolah menengah pertama di Pesantren Al-Munawwarah Tangkerang Timur Kecamatan Tenayan Raya Kota Pekanbaru merupakan salah satu bentuk kegiatan dalam meningkatkan pelaksanaan perilaku personal hygiene dan mencegah untuk terinfeksi penyakit-penyakit.

Penelitian Mutiara, dkk (2018) menemukan bahwa terdapat peningkatan pemberian penyuluhan dapat memberikan peningkatan praktik personal hygiene, yakni dari 10% menjadi 85%, hal ini dikarenakan di dalam proses pembentukan dan atau perubahan perilaku dipengaruhi oleh beberapa faktor yang berasal dari dalam diri individu itu sendiri. Faktor-faktor tersebut antara lain persepsi, motivasi, dan belajar. Persepsi adalah pengalaman yang dihasilkan melalui indra penglihatan, pendengaran dan sebagainya. Setiap orang memiliki persepsi yang berbeda. Motivasi diartikan sebagai dorongan untuk bertindak. Uji hipotesis untuk

pengaruh penyuluhan terhadap praktik *personal hygiene* dilakukan pada kelompok yang diberi penyuluhan didapatkan sebelum dan setelah penyuluhan dengan uji *paired t-Test* didapatkan nilai $p=0,001$ ($p<0,05$), kemudian setelah penyuluhan dan 1 bulan setelah penyuluhan dengan uji *Wilcoxon* didapatkan nilai $p=0,006$ ($p<0,05$), yang menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan, sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh penyuluhan terhadap tingkat pengetahuan tentang menstruasi dan praktik *personal hygiene* pada kelompok yang diberi penyuluhan.

Hasil penelitian diatas tidak jauh berbeda dengan penelitian Widyaningrum (2015) yang dilakukan di MTS Negeri Gubuk Rubuh Gunung Kidul Yogyakarta dengan hasil penyuluhan berpengaruh terhadap praktik *personal hygiene*. Hasil penelitian didapatkan sebelum dilakukan penyuluhan sebanyak 83,33% perilaku responden baik dan mengalami peningkatan setelah dilakukan penyuluhan sebanyak 94,44% perilaku responden baik.

4.2 Luaran yang Dicapai

NO	Jenis Luaran	Indikator Capaian
1	Drafartikel	

BAB V
RENCANA TAHAPAN BERIKUTNYA

Pengabdiankepadamasyarakatinitelahberlangsungpada November 2019-
Januari 2020 dantahapberikutnyayaknikerjasama yang kontinuantarainstansiSTIKes
Hang TuahPekanbarudenganPesantren Al-MunawwarahPekanbaru.

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

1.1 Kesimpulan

1. Kegiatan pengabdian masyarakat ini meningkatkan perilaku siswi menerapkan personal hygiene saat menstruasi
2. Penyuluhan personal hygiene yang diberikan berpengaruh terhadap pengetahuan dan sikap personal hygiene saat menstruasi pada Siswi Madrasah Tsanawiyah Pesantren Al-Munawwarah
3. Kegiatan pengabdian masyarakat ini meningkatkan kesadaran siswi agar mau dan mampu secara mandiri melaksanakan personal hygiene saat menstruasi.

5.2 Saran

1. Kepada pihak Pesantren Al-Munawwarah Pekanbaru agar dapat memberikan pengetahuan kepada parasiswa untuk menerapkan perilaku personal hygiene yang baik.
2. Kepada pihak Pesantren Al-Munawwarah Pekanbaru agar melaksanakan program mengenai penerapan perilaku personal hygiene saat menstruasi pada parasiswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Mutiara, N., Santoso, B., & Irfannudin. (2018). *Pengaruh Penyuluhan Personal Hygiene terhadap Tingkat Pengetahuan tentang Menstruasi dan Praktik Personal Hygiene pada Siswi Kelas IX di SMP Negeri 24 Palembang dan SMP Negeri 45 Palembang*. *Majalah Kedokteran Sriwijaya* 2018 : 2, 65-73.
- Pemiliana, P. D., Agustina, W., & Verayanti, D. (2019). *Perilaku Remaja Putri dengan Personal Hygiene saat Menstruasi di SMA ETIDLANDIA Medan Tahun 2018*. *Jurnal GASTER* 2019: 17(1), 62-76. DOI : <https://doi.org/10.30787/gaster.v17i1.341>
- Sassi Mahfoudh, S., Bellalouna, M., & Horchani, L. (2017). *Solving CSS-Sprite Packing Problem Using a Transformation to the Probabilistic Non-oriented Bin Packing Problem*. *Jurnal Promkes* 2017:5, 561–573. DOI : https://doi.org/10.1007/978-3-319-93701-4_44

LAMPIRAN 1

RIWAYAT HIDUP KETUA DAN ANGGOTA PENELITI

1. Ketua

Nama : Sherly Vermita W, SKM., M.Kes
Tempat/Tgl : Pekanbaru, 13 September 1988
Jenis Kelamin : Perempuan
Program Studi : S1 Kesehatan Masyarakat
NIDN : 1013098804
Bidang Keahlian : Kesehatan Reproduksi
Alamat Kantor : Jl.Mustafa Sari.No.5 Tangkerang Selatan
Email : Sherlyvermita130988@gmail.com
Alamat Rumah : Jl. Pemuda Gg.Repelita 3 No.7
Telepon : 085271331565
Mata Kuliah yang diampu : Kesehatan Reproduksi
Pengalaman dalam Bidang Penelitian dalam 5 tahun Terakhir :

2. Anggota I

Nama : Yessi Harnani, SKM, M. Kes
Tempat/Tgl Lahir : Dumai, 21 November 1979
Jenis Kelamin : Perempuan
Program Studi : S1 Kesehatan Masyarakat
NIDN : 1021117901
Bidang Keahlian : Kesehatan Reproduksi
Alamat Kantor : Jl. Mustafa Sari. No. 5 Tangkerang Selatan
Email : yessiharnani@gmail.com
Alamat Rumah : Jl. Parit Indah Perumahan Maharaja Residence
Telepon : 081378271217
Mata Kuliah yang diampu : Kespro Lansia, KHPA, Residensi, Metodologi Penelitian, Biostatistik
Riwayat Pendidikan : SI Universitas Sumatera Utara
STIKes Hang Tuah Pekanbaru
Pengalaman dalam Bidang Penelitian dalam 5 tahun Terakhir :

No.	Tahun	Judul Penelitian	Pendanaan	
			Sumber	Jml (Juta Rp)
1	2012	Partisipasi pria dalam keluarga berencana di Kecamatan Rumbai Pesisir Tahun 2012	Pribadi	
2	2012	Faktor-Faktor Yang Berhubungan dengan Kejadian Pre eklampsia Berat pada ibu hamil di RSUD Arifin Achmad Propinsi Riau	Pribadi	
3	2013	Analisa Peran Suami Terhadap Perawatan Baru Lahir di RB Taman Sari Wilayah Kerja Puskesmas Harapan	Pribadi	

		Raya		
4	2014	Faktor-Faktor Yang Berhubungan dengan Kontrasepsi Jangka Panjang	Pribadi	
5	2015	<i>Factor Related To Domestic Violence Incident (Domestic Violence) Sub In Peace Marpoyan Pekanbaru 2015</i>	Pribadi	
6	2016	Seks Pranikah Pada Remaja Anak Jalanan Kota Pekanbaru	Dikti	Rp.25.000.000

Pengalaman dalam bidang Pengabdian dalam 5 Tahun Terakhir :

No.	Tahun	Judul Penelitian	Pendanaan	
			Sumber	Jml (Juta Rp)
1	2015	Peer conselor	Pribadi	
2	2015	Penyuluhan Kesehatan Reproduksi Remaja	Pribadi	
3	2015	Penyuluhan Deteksi Dini Kanker Serviks	Pribadi	
4	2015	Penyuluhan Metoda Kontrasepsi Efektif	Pribadi	
5	2015	<i>Penyuluhan Kesehatan Reproduksi Lansia Hipertensi dan Stroke di</i>	Pribadi	

		<i>Panti Sosial Tresna Werdha</i>		
6	2015	Sosialisasi pembuatan tong sampah di desa sidomukti kecamatan pangkalan Kuras	Pribadi dan Masyarakat	
7	2015	Penyuluhan Personal hygiene di SDN 012 Kecamatan Pangkalan Kuras	Pribadi	
8	2016	Penyuluhan Akibat Makan dan Minum Sembarangan di SD Madrasayah Ibtidaiyah Darul Ulum Pekanbaru	Pribadi	

Pengalaman Publikasi Ilmiah dalam 5 tahun Terakhir.

1	2016	Seksual Pranikah pada Remaja di Kota Pekanbaru	IMOPh	
2	2017	Pemilihan penolong Persalinan	International Conference ADRI	

3. Anggota II : 11 orang Mahasiswa

LAMPIRAN II

JADWAL PELAKSANAAN PENGABDIAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan pada hari Selasa, tanggal 14 Desember di Pesantren Al-Munawwarah Pekanbaru yang dimulai pada pukul 14.10 WIB sampai dengan selesai. Jadwal kegiatannya dapat dilihat pada tabel 1.

Tabel 1

Jadwal Kegiatan Pengabdian Masyarakat

No	Kegiatan	Bulan		
		Nov	Des	Jan
1	Studi Pendahuluan	■		
2	Studi Kepustakaan	■		
3	Pengurusan Izin		■	
4	Pendidikan Kesehatan		■	
5	Penyuluhan Kesehatan		■	
6	Evaluasi Post test		■	
7	Pembuatan Laporan			■
8	Penyerahan Laporan			■

Tabel 2

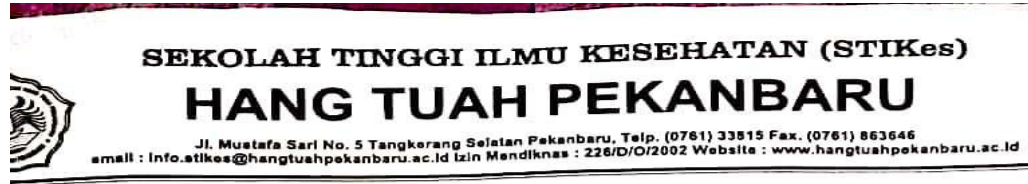
Rundown Acara Kegiatan Pengabdian Masyarakat

No	Kegiatan Penyuluhan	Metode	Media	Waktu
1.	<u>Pembukaan</u> 1. Memberikan salam 2. Memperkenalkan diri	Ceramah	Banner	5 menit

	<p>3. Menjelaskan tujuan pendidikan kesehatan</p> <p>4. Menyebutkan materi bahasa yang akan disampaikan</p>			
2.	<p><u>Pelaksanaan</u></p> <p>1. Memberikan pretest dalam bentuk lisan</p> <p>2. Menjelaskan materi pendidikan kesehatan, dimana materinya adalah:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Pengertian Menstruasi - Pengertian Personal Hygiene - Pengertian Personal Hygiene Menstruasi - Faktor-faktor yang mempengaruhi personal hygiene saat menstruasi - Perilaku Personal Hygiene saat menstruasi - Beberapa jenis penyakit kewanita akibat personal hygiene yang buruk. <p>3. Tanya Jawab tentang personal hygiene</p>	<p>Lisan</p> <p>Ceramah</p>	<p>Banner</p>	<p>40 menit</p>
3	<p><u>Evaluasi</u></p> <p>1. Menyimpulkan inti pendidikan kesehatan</p> <p>2. Memberikan kesempatan ke</p>	<p>Ceramah</p> <p>Tanya jawab</p>	<p>Banner</p>	<p>10 menit</p>

	<p>padapesertauntukbertanya</p> <p>3. Memberikanpostestberupapertanyaansecaralisan.</p>	Lisan		
4.	<p><u>Penutup</u></p> <p>1. Menyimpulkankeseluruhanmateripendidikankesehatan</p> <p>2. Menyampaikanucapanterim akasih</p> <p>3. Mengucapkansalam</p> <p>4. Fotobersama</p>	Ceramah	Banner dan spanduk	5 menit

LAMPIRAN III
SURAT IZIN PENGABDIAN



Pekanbaru, 23 Desember 2019

Nomor : 0994/Prodi-Kesmas/STIKes-HTP/XII/2019
Lampiran : 1 (satu) lembar
Perihal : **Permohonan Izin Penyuluhan**

Kepada Yth.
Bapak/Ibu Pesantren al-munawwarah tengkerang timur . Kec. Tenayan raya.
Pekanbaru
di
Pekanbaru

Dengan Hormat,

Bersama ini kami sampaikan bahwa dalam rangka menyelesaikan tugas Kelompok mata kuliah *Metodologi Penelitian* dengan Dosen Pengampu yesi harmani SKM. M.Kes Program Studi Kesehatan Masyarakat (Prodi-Kesmas) maka kami mohon kiranya Bapak/Ibu dapat memberikan izin kepada mahasiswa kami untuk melaksanakan kegiatan belajar lapangan sebagai berikut :

Hari/Tanggal : Selasa, 24 Desember 2019
Waktu : 13:00 WIB s/d Selesai
Tema : Personal hygiene saat menstruasi

Demikian dapat kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasama yang baik kami ucapkan terimakasih.

Hormat Kami,
Ketua
Program Studi Kesehatan Masyarakat
STIKes Hang Tuah Pekanbaru

(Ahmad Satria Efendi, SKM, M.Kes)
No. Reg 10306110164



SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN (STIKes)
HANG TUAH PEKANBARU

Jl. Mustafa Sari No. 5 Tangkerang Selatan Pekanbaru, Telp. (0761) 33815 Fax (0761) 883848
email : info.stikes@hangtuahpekanbaru.ac.id Izin Mendiknas : 226/D/O/2002 Website : www.hangtuahpekanbaru.ac.id

Lampiran : Surat No.0994/Prodi-Kemas/STIKes-HTP/XII/2019
Perihal : Permohonan Izin Penyuluhan

DAFTAR NAMA MAHASISWA

No.	Nama	NIM
1.	KAMARIAH	18011014
2.	BIMA HAGI PUTRA	18011040
3.	ANJALIKA MAUDINA	18011039
4.	RESKY RINDA SAVIRA	18011029
5.	ACHMAD RIZA BAYHAQI	18011006
6.	GENDIS MAHANTI	18011007
7.	JUWITA OKTAVIA	18011008
8.	TIKA HIDAYATI	18011011
9.	LUSIANA DEVI ANJANY	18011012
10.	MERI DESRAWATI	18011015
11.	TRI WULANDARI	18011022

Hormat Kami,
Ketua

Program Studi Kesehatan Masyarakat
STIKes Hang Tuah Pekanbaru


(Ahmad Satria Efendi, SKM, M.Kes)
NIDN. 1013098701

LAMPIRAN IV
SURAT BALASAN



YAYASAN SYEKH BURHANUDDIN
MADRASAH TSANAWIYAH AL-MUNAWWARAH

Akreditasi : A

NSM : 121214710007, NPSN : 10404158

Jl. Pesantren No.42 Tlp.0761-8408707 Pematang Kapau - Pekanbaru, email : mts.almunawwarah@gmail.com

Nomor : 1234/MTs.AI/YASBU/XII/2019
Lamp. : -
Hal : Balasan Izin Penyuluhan

Kepada Yth.

Ka. Prodi Kesehatan Masyarakat
STIKes Hang Tuah
Di-
Pekanbaru

Assalamu 'alaikum Wr. Wb.

Sehubungan dengan surat Bapak/Ibu Ka. Prodi Kesehatan Masyarakat dengan nomor 0994/Prodi-Kemas/STIKes-HTP/XII/2019 perihal permohonan izin penyuluhan, maka dengan ini kami *memberikan izin* untuk melakukan penyuluhan sebagaimana yang dimaksud.

Demikian surat ini kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya kami ucapakan terima kasih.



Pekanbaru, 25 Desember 2019
Kepala Madrasah,

Khairisadi
KHAIRISADI, S.Pd.I

LAMPIRAN V
MATERI PENGABDIAN



APA SIH YANG KAMU KETAHUI TENTANG MENSTRUASI?



Pengertian Menstruasi

keluarnya darah dari kemaluan setiap bulan akibat meluruhnya dinding rahim (*endometrium*) yang mengandung pembuluh darah karena sel telur (*ovum*) tidak dibuahi.



Planner
— 2020 —

NEXT...

- Menstruasi pertama biasanya mulai terjadi pada usia 10-16 tahun
- umumnya lamanya menstruasi terjadi 3-7 hari dalam setiap bulannya



APA YANG DI MAKSUD DENGAN PERSONAL HYGIENE?



Planner
- 2020 -

Pengertian *Personal Hygiene*

Personal hygiene atau kebersihan perorangan adalah suatu usaha memelihara kebersihan seseorang untuk menjaga kesehatan fisik dan psikis.



*Planner
- 2020 -*

Pengertian *personal hygiene* Menstruasi

Personal hygiene menstruasi adalah perilaku yang berkaitan dengan tindakan untuk memelihara kesehatan dan upaya menjaga kebersihan pada daerah kewanitaan saat menstruasi.



*Planner
- 2020 -*

Faktor-faktor yang mempengaruhi personal hygiene saat menstruasi

1. Citra tubuh
2. Praktik sosial
3. Tingkat ekonomi
4. Pengetahuan tentang menstruasi
5. Budaya



Planner
- 2020 -

PERAWATAN KEBERSIHAN MENSTRUASI



1

Bersihkan alat kelamin dan sekitarnya



Planner
- 2020 -

2

Cuci tangan



Planner
- 2020 -

4

Ganti pembalut 2-3 kali / 4 jam sekali



Planner
— 2020 —

5

Mengganti celana dalam minimal 2 kali sehari



Planner
— 2020 —

6

Menggunakan celana dalam berbahan katun



Beberapa jenis penyakit kewanitaannya

KEPUTIHAN

Cairan yang keluar dari vagina yang bukan berupa darah



NEXT...

INFEKSI JAMUR VAGINA

memiliki gejala seperti gatal, rasa terbakar, iritasi, bau tidak sedap, dan keputihan



NEXT...

KANKER SERVIKS

Kanker yang disebabkan oleh virus Human Pappiloma Virus (HPV) yang menyerang leher rahim wanita



RA PLANNER

NEXT...

VAGINITIS

infeksi atau peradangan pada lapisan vagina

VectorStock®

www.vectorstock.com/24347932

A Better Mom is Coming

RA PLANNER

THANK YOU 😊😊

*Love the life you live
Live the life you love*

Planner 2020

*Planner
— 2020 —*

LAMPIRAN VI

DAFTAR KEHADIRAN PESERTA PENGABDIAN

BERITA ACARA

Kegiatan : Penyuluhan berjudul "Personal Hygiene saat Menstruasi"
Mata Kuliah : Metodologi Penelitian
Dosen Pembimbing : Yessi Harnani, SKM., M.Kes.
Hari, Tanggal : Selasa, 29 Desember 2019.
Waktu : 19.10 - selesai.
Peserta : 29 orang.

DAFTAR HADIR PESERTA

No	Nama	TTD
1	Maimunah	
2	Nafiana nur alya	
3	Karina HELMUDA Putri kisworo	
4	Lisuryana	
5	Lia anqai apriyanti	
6	DIFIRA sesilia .F	
7	Nabila Nasyywa	
8	Fadiyah Septia Melza	
9	Mueul Azwa	
10	Elis supriyanti	
11	Hunafa Arya Aulia	
12	Angelly	
13	Putri Attahira	
14	Lailatil Qodariah	
15	Amirah nurul	
16	Alya Imerda Jafri	
17	Mutia sabetini	
18	Melbria Cahyathia	
19	Kesrina Rarnani	
20	Mesa Tri Muliani	



Scanned with
CamScanner

21	Astria dwi lestari	<i>[Signature]</i>
22	Fidya aulia febriyana	<i>[Signature]</i>
23	Indah Murchayati	<i>[Signature]</i>
24	Mawidina zahwa.A	<i>[Signature]</i>
25	Maita Haryani	<i>[Signature]</i>
26	AMELIA Satri	<i>[Signature]</i>
27	OLIVIA SONAMIA	<i>[Signature]</i>
28	Meilani Susanti	<i>[Signature]</i>
29	lulfrana dwiyanti	<i>[Signature]</i>
30		

Mengetahui

Kepala Sekolah MTS

Pondok Pesantren Al-Munawwarah
 MADRASAH TSANAWWIYAH
 AL-MUNAWWARAH
 ANGGRETTAS
[Signature]
 (.....)

LAMPIRAN VIII

DOKUMENTASI



PROSES PEMBERIAN MATERI MENGENAI PERSONAL HYGIENE SAAT MENSTRUASI



FOTO BERSAMA RESPONDEN

LAMPIRAN IX

Penggunaan Anggaran

Anggaran Biaya Kegiatan

1. Honor				
Honor	Honor/ Jam	Waktu (jam/minggu)	Minggu	Honor
Pelaksana 1	6000	2 jam/mg	10	Rp 120.000
Pelaksana 2& 3	4000	2 jam/mg	10	Rp 80.000
Subtotal				Rp. 200.000
2. Pembelian bahan habis pakai				
Material	Justifikasi Pemakaian	Kuantitas	Harga satuan (Rp)	Harga Peralatan Penunjang
Kertas A4	Media cetak proposal dan laporan	1 Rim	50.000	50.000
Foto Copy	Proposal	25 lbr x 5 rkp	200	25.000
Foto Copy	Laporan	50 lbr x 5 rkp	200	50.000
Penjilidan	Laporan	10	5000	50.000
Spanduk	Penyuluhan	2	60.000	120.000
Leaflet	Penyuluhan	70	1.000	70.000
Kue Kotak	Penyuluhan	51	5000	255.000
Foto Copy Soal	Pre Test dan Post Test	150	200	30.000
Sub Total				Rp. 650.000
3. Transportasi				
Material	Justifikasi Perjalanan	Kuantitita s	Harga satuan (Rp)	Biaya
Perjalanan ke Pesantren	survey	1	100.000	50.000
Perjalanan ke Pesantren	Pelaksanaanpenga bmas	1	100.000	50.000
Sub Total				Rp. 100.000
4. Lain-lain				
Material	Justifikasi	Kuantitita s	Harga satuan (Rp)	Biaya
Publikasi di Jurnal Ilmiah Nasional	Publikasi	1	300.000	300.000
Oral Presentasi	Seminar	1	250.000	250.000
Sub Total				Rp. 550.000
Total Anggaran Yang Diperlukan				Rp 1.500.000

