



## EDUKASI TENTANG MENSTRUASI PADA REMAJA PUTRI DI PANTI ASUHAN AISYIYAH

<sup>1\*)</sup>Rantih Fadhlya Adri <sup>2)</sup> Liza Andriyani <sup>3)</sup> Chyka Febria <sup>4)</sup> Pagdya Haninda <sup>5)</sup> Kartika Maryona <sup>6)</sup> Mega Ade Nugrahmi <sup>7)</sup> Yuliza Anggraini <sup>8)</sup> Lisa Ernita

<sup>1,2,3,4,5,6,7,8)</sup>Program Studi D-III Kebidanan Fakultas Kesehatan  
Universitas Muhammadiyah Sumatera Barat  
\*Email: rantih.adri@gmail.com

### ABSTRAK

Menstruasi semakin diakui sebagai isu dalam kesehatan masyarakat domestik dan global. Selain itu hal terkait menstruasi masih dianggap sebagai hal yang tabu dan memiliki stigma negatif dan seringkali sulit untuk mempraktikkan kebersihan menstruasi yang optimal bagi remaja dan orang dewasa di berbagai negara dan wilayah (WHO, 2018). Banyak anak perempuan tidak memiliki pemahaman yang tepat bahwa menstruasi adalah proses biologis yang normal. Mereka justru baru mengenalnya pada saat menarke alias saat pertama kali mengalami menstruasi. (Kemenkes, 2017). Remaja putri sebagai anak asuh di panti asuhan merupakan salah satu bagian dari remaja putri yang kurang mendapatkan penyuluhan tentang menstruasi, selain tidak adanya orangtua kemampuan ibu asuh yang terbatas mengingat jumlah anak asuh yang cukup banyak. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di panti asuhan putri aisyiyah koto tuo kabupaten agam sumatera Barat, dengan jumlah anak asuh sebanyak 25 remaja putri pada tanggal 31 Oktober 2021 dengan metode penyuluhan berupa ceramah. Dari Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini disimpulkan bahwa pelaksanaan edukasi menstruasi pada remaja putri di panti asuhan Aisyiyah Koto Tuo Agam Sumatra Barat berjalan dengan baik, sebanyak 25 anak asuh mengikuti kegiatan ini dengan penuh antusias yang terlihat dari respon anak asuh yang memperhatikan dengan baik dan turut bertanya pada saat sesi tanya jawab dilakukan.

**Kata Kunci:** Edukasi, Menstruasi, Remaja Putri

### ABSTRACT

*Menstruation is increasingly recognized as an issue in domestic and global public health. In addition, issues related to menstruation are still considered taboo and have a negative stigma and it is often difficult to practice optimal menstrual hygiene for adolescents and adults in various countries and regions (WHO, 2018). Many girls do not have a proper understanding that menstruation is a normal biological process. They actually only knew him at the time of menarche (he first time they had their period). (Kemenkes RI, 2017). Adolescent girls as foster children in orphanages are one part of young women who do not get counseling about menstruation, in addition to the absence of parents, the ability of foster mothers is limited considering the number of foster children is quite large. This community service activity was carried out at the Aisyiyah Koto Tuo Women's Orphanage, Agam Regency, West Sumatra, with the number of foster children as many as 25 young women on October 31, 2021 with the counseling method in the form of lectures. From this Community Service Activity, it was concluded that the implementation of menstrual education for young women at the Aisyiyah Koto Tuo Agam orphanage, West Sumatra was going well, as many as 25 foster children participated in this activity with great enthusiasm as seen from the response of the foster children who paid close attention and also asked questions during the question and answer session*

**Key Word:** Education, Menstruation, Adolescent girl

## **PENDAHULUAN**

Menstruasi merupakan indikator kematangan seksual pada remaja putri dan merupakan hal yang unik bagi wanita, dimana perdarahan vagina secara teratur dan berkala yang merupakan tanda-tanda penting pubertas. Menstruasi dihubungkan dengan beberapa kesalahan pemahaman praktik kebersihan diri selama menstruasi yang dapat merugikan kesehatan bagi remaja (Citrawathi, 2014). Intervensi kesehatan dan kebersihan menstruasi dapat menjadi masukan untuk program pendidikan kesehatan reproduksi (UNICEF, 2019).

Menurut Sommer, dkk (2020) Menstruasi semakin diakui sebagai isu dalam kesehatan masyarakat domestik dan global. Selain itu hal terkait menstruasi masih dianggap sebagai hal yang tabu dan memiliki stigma negatif dan seringkali sulit untuk mempraktikkan kebersihan menstruasi yang optimal bagi remaja dan orang dewasa di berbagai negara dan wilayah (WHO, 2018).

Banyak anak perempuan tidak memiliki pemahaman yang tepat bahwa menstruasi adalah proses biologis yang normal. Mereka justru baru mengenalnya pada saat menarke alias saat pertama kali mengalami menstruasi. Hal ini diperparah dengan fakta bahwa anak perempuan sering kesulitan membeli atau mendapatkan pembalut saat diperlukan (Kemenkes, 2017).

Remaja putri sebagai anak asuh di panti asuhan merupakan salah satu bagian dari remaja putri yang kurang mendapatkan penyuluhan tentang menstruasi, selain tidak adanya orangtua kemampuan ibu asuh yang terbatas mengingat jumlah anak asuh yang cukup banyak.

Dari latar belakang tersebut tim tertarik melakukan pengabdian masyarakat dengan judul edukasi menstruasi pada remaja putri di panti asuhan Aisyiyah Koto Tuo Agam Sumbar.

## **METODE**

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di panti asuhan putri aisyiyah koto tuo kabupaten agam sumatera Barat,

dengan jumlah anak asuh sebanyak 25 remaja putri pada tanggal 31 Oktober 2021.

Bentuk kegiatan yang dilakukan yaitu penyuluhan kesehatan berupa ceramah dengan menggunakan slide power point. Materi yang diberikan yaitu pemberian informasi tentang konsep menstruasi, gangguan menstruasi dan kebersihan saat menstruasi. Kemudian setelah penyampaian materi, siswa diminta untuk mengajukan tanya jawab guna mengetahui pemahaman terhadap materi yang diberikan.

## **HASIL**

Penyuluhan dilakukan dengan metode ceramah yang dimulai dengan mengumpulkan para anak asuh remaja putri Panti Asuhan Aiyiyah Koto Tuo Agam Sumatera Barat dalam satu ruangan. Penyuluhan ini diikuti oleh sekitar 25 remaja putri (Gambar 1).



Gambar 1. Pemberian penyuluhan dengan metode ceramah.

Kegiatan yang dilaksanakan ini diterima antusias oleh anak asuh yang terlihat dari beberapa anak asuh yang turut bertanya tentang keluhan yang dialaminya pada sesi tanya jawab. Kegiatan ini berjalan dengan lancar (Gambar 2)



Gambar 2. Antusias remaja dan ikut berpartisipasi

Dari pengurus panti asuhan diketahui bahwa anak asuh pada panti asuhan putri aisyiyah koto tuo kabupaten agam Sumatera Barat sebelumnya belum pernah mendapat penyuluhan tentang menstruasi sehingga banyak anak asuh yang tidak memperhatikan kebersihan, hal itupun terlihat dari pertanyaan anak asuh yang banyak berhubungan dengan kebersihan seperti waktu penggantian pembalut, cara membersihkan pembalut dan pertanyaan tentang mitos mitos yang melarang mencuci rambut dan memotong kuku saat menstruasi. Menurut Solehati et al., (2018) yang menyatakan bahwa mitos-mitos yang ada di masyarakat kebanyakan juga memiliki implikasi yang negatif pada kesehatan perempuan, salah satunya pada kebersihan menstruasi mereka.

Kurangnya pengetahuan tentang kesehatan reproduksi sering berpengaruh terhadap masalah kesehatan reproduksi yang dihadapi remaja putri. Salah satu metode yang dapat meningkatkan pengetahuan remaja serta mengubah perilaku remaja untuk meningkatkan derajat kesehatannya secara mandiri yaitu penyuluhan dengan metode ceramah. Menurut Batubara dan Siregar (2021) Penyuluhan kesehatan merupakan salah satu metode yang digunakan untuk menambah pengetahuan dan kemampuan seseorang melalui teknik praktik belajar atau instruksi dengan tujuan mengubah atau mempengaruhi perilaku manusia secara individu, kelompok, maupun masyarakat untuk dapat lebih mandiri dalam mencapai tujuan hidup sehat.



Gambar 3. Foto bersama  
**PEMBAHASAN**

Dari hasil penyuluhan diketahui bahwa penyuluhan dengan metode ceramah dan diskusi berupa tanya jawab dapat memberikan informasi yang baik bagi anak asuh, metode ceramah juga cukup efektif untuk menambah pengetahuan dari anak asuh pada tahap remaja, yang terlihat dari antusias remaja saat mengikuti kegiatan. Hal ini senada dengan pengabdian masyarakat yang dilakukan oleh Batubara dan Siregar (2021) yang melakukan edukasi menstruasi di SMAN 5 Padang Sidempuan Medan yang menyatakan bahwa Salah satu metode yang dapat meningkatkan pengetahuan remaja serta mengubah perilaku remaja untuk meningkatkan derajat kesehatannya secara mandiri yaitu penyuluhan dengan metode ceramah. Penyuluhan kesehatan merupakan salah satu metode yang digunakan untuk menambah pengetahuan dan kemampuan seseorang melalui teknik praktik belajar atau instruksi dengan tujuan mengubah atau mempengaruhi perilaku manusia secara individu, kelompok, maupun masyarakat untuk dapat lebih mandiri dalam mencapai tujuan hidup sehat.

Dari pertanyaan yang diberikan tentang kebersihan saat menstruasi dengan pertanyaan apakah boleh mencuci rambut dan memotong kuku saat menstruasi diketahui bahwa masih ada mitos mitos yang mempengaruhi perilaku hidup sehat dan bersih anak asuh saat menstruasi.hal ini sesuai dengan pernyataan Solehati et al., (2018) yang menyatakan bahwa mitos-mitos yang ada di masyarakat kebanyakan juga memiliki implikasi yang negatif pada

kesehatan perempuan, salah satunya pada kebersihan menstruasi mereka.

Kurangnya pengetahuan tentang kesehatan reproduksi sering berpengaruh terhadap masalah kesehatan reproduksi yang dihadapi remaja putri. Dengan mendapatkan penyuluhan remaja putri mendapatkan informasi tentang hal hal yang harus diperhatikan saat menstruasi.

#### **KESIMPULAN**

Dari Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini disimpulkan bahwa pelaksanaan edukasi menstruasi pada remaja putri di panti asuhan Aisyiyah Koto Tuo Agam Sumatra Barat berjalan dengan baik, sebanyak 25 anak asuh mengikuti kegiatan ini dengan penuh antusias yang terlihat dari respon anak asuh yang memperhatikan dengan baik dan turut bertanya pada saat sesi tanya jawab dilakukan.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

Batubara, RA dan Siregar, H.R (2021). Edukasi Kesehatan Tentang Menstruasi dan Permasalahannya Di SMA N 5 Padangsidempuan. Jurnal Pengabdian Masyarakat Aufa (JPMA) Vol. 3 No. 3 Desember 2021

Citrawathi D M. (2014) System reproduksi remaja: Yogyakarta: Pustaka Reka Cipta

Kemenkes. (2017). Manajemen kebersihan menstruasi perlu dipahami. <https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/>

Solehati, T., Trisyani, M., & Kosasih, C. E. (2018). Gambaran Pengetahuan, Sikap, Dan Keluhan Tentang Menstruasi Diantara Remaja Putri. Jurnal Keperawatan Komprehensif, 4(2), 86. <https://doi.org/10.33755/jkk.v4i2.110>

Sommer, M., Lee, C., Liu, D., & Gruer, C. (2020). The Extent to Which Menstruation-Related Issues Are Included in Graduate-Level Public Health Curricula. *Frontiers in Public Health*, 8(August), 1–8. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2020.0044>

UNICEF. (2019). Menstrual Health and Hygiene. 93.. Rabu, 6 Januari 2015/ 18:21