



Vol. 5 No.2 Tahun 2025
ISSN: 2809-1485

Menstruasi Sehat di Balik Jeruji melalui Media Booklet tentang Personal Hygiene bagi Narapidana Wanita

Mustika Hana Harahap^{*1}, Rena Afri Ningsih², Violitha Dianatha Puteri³, Desi Nindya Kirana⁴, Siti Zakiah Zulfa⁵

¹⁻⁵Institusi Kesehatan Payung Negeri Pekanbaru

e-mail: ^{*1}harahapmustiakahana@gmail.com, ²afirirenaa@gmail.com, ³viodianatha@gmail.com, ⁴desinindyakirana@gmail.com, ⁵zakiahzlf@gmail.com

Article History

Received: 1 Juli 2025

Revised: 3 Juli 2025

Accepted: 14 Juli 2025

DOI : <https://doi.org/10.58794/jdt.v5i2.1572>

Kata Kunci – Pengetahuan, Personal Hygiene, Menstruasi, Narapidana Perempuan.

Abstract – Personal hygiene during menstruation plays an important role in maintaining women's reproductive health, but women of childbearing age in prisons face limited information and education, so they are at risk of experiencing disorders such as vaginal discharge and infection. This community service was carried out with the aim of improving the knowledge of prisoners towards Personal Hygiene during menstruation in the Correctional Institution Pekanbaru City Women's Prison. The method used was a quasi-experiment with a one-group pre-test and post-test approach, involving 70 respondents selected by simple random sampling. Prisoners' knowledge was assessed using a questionnaire to compare the results before and after the intervention using a Booklet. The results of the prisoners' knowledge showed that out of 70 women of childbearing age before being given a booklet media about Personal Hygiene, the level of respondent knowledge was relatively low, namely 48 people (68.6%). However, after the intervention, the level of knowledge increased significantly to 67 people (95.7%). In conclusion, the use of booklets has proven effective in improving knowledge and attitudes regarding Personal Hygiene during menstruation in women of childbearing age in the Correctional Institution Pekanbaru City Women's Prison. It is expected that the Management of Correctional Institution Pekanbaru City Women's Prison will cooperate with the nearest health authorities so that prisoners receive up-to-date health information on an ongoing basis.

Abstrak – Kebersihan pribadi (*Personal Hygiene*) saat menstruasi berperan penting dalam menjaga kesehatan reproduksi wanita, namun wanita usia subur yang berada di Lapas menghadapi keterbatasan informasi dan edukasi, sehingga berisiko mengalami gangguan seperti keputihan dan infeksi. Pengabdian ini dilaksanakan dengan tujuan untuk meningkatkan pengetahuan narapidana terhadap *Personal Hygiene* saat menstruasi di Lapas Wanita Kota Pekanbaru. Media Booklet diberikan setelah dilakukan Pre test melalui kuesioner untuk menilai pengetahuan narapidana, dan setelah diberikan booklet dilakukan Post test melalui kuesioner. Responden berjumlah 70 Orang. Hasil Pengetahuan narapidana menunjukkan bahwa dari 70 wanita usia subur sebelum diberikan media *booklet* tentang *Personal Hygiene* tingkat pengetahuan responden tergolong rendah, yaitu sebanyak 48 orang (68,6%). Namun, setelah intervensi, tingkat pengetahuan meningkat signifikan menjadi 67 orang (95,7%). Kesimpulannya, penggunaan media *booklet* terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan tentang *Personal Hygiene* saat menstruasi pada wanita usia subur di Lapas Wanita Kota Pekanbaru. Diharapkan kepada pihak Pengelola Lapas Wanita Kota Pekanbaru untuk bekerja sama dengan pihak kesehatan terdekat agar narapidana mendapatkan informasi kesehatan yang aktual secara berkelanjutan.

1. PENDAHULUAN

Personal Hygiene atau kebersihan pribadi merupakan salah satu cara untuk menjaga kesehatan reproduksi. Kesehatan reproduksi mencakup kondisi fisik, mental, dan sosial yang sejahtera secara menyeluruh, bukan sekadar terbebas dari penyakit yang berkaitan dengan sistem, fungsi, dan proses reproduksi. Berdasarkan data WHO (2021), sebanyak 75% wanita di Indonesia mengalami keputihan, di mana mayoritas dari mereka pernah mengalaminya setidaknya sekali seumur hidup. Selain itu, 45% perempuan di Indonesia mengalami keputihan berulang kali. Angka ini jauh lebih tinggi dibandingkan dengan tingkat kejadian keputihan pada wanita di Eropa, yang hanya sekitar 25% [1] Sementara itu, data dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2020) menunjukkan bahwa 70% perempuan muda di Indonesia memiliki kebiasaan *Personal Hygiene* saat menstruasi yang kurang baik, terutama karena jarang mengganti pembalut dan pakaian dalam. Sekitar 90% perempuan di Indonesia berisiko mengalami keputihan akibat kondisi iklim tropis di negara ini. Iklim tropis menciptakan lingkungan yang mendukung pertumbuhan jamur, sehingga meningkatkan jumlah kasus keputihan pada wanita. Kejadian keputihan di Indonesia terus mengalami peningkatan setiap tahun.[2] Wanita usia subur (WUS) merupakan perempuan dalam rentang usia reproduktif, yakni antara 15 hingga 49 tahun, baik yang belum menikah, sudah menikah, maupun janda, yang masih memiliki kemungkinan untuk memiliki keturunan.[3]

Wanita usia subur pada umumnya memiliki hak-hak reproduksi, begitu juga wanita usia subur yang berada di lapas. Berdasarkan data direktorat jendral 2023, jumlah total penghuni lembaga pemasyarakatan (lapas) perempuan di Indonesia 4,7% atau sekitar 12.578. Dari hasil penelitian yang di lakukan oleh Furwasyih et al. 2024 narapidana wanita usia subur (WUS) tidak menerima edukasi rutin mengenai kesehatan reproduksi, terutama terkait kebersihan pribadi. Kurangnya *Personal Hygiene* selama menstruasi dapat menimbulkan berbagai masalah kesehatan reproduksi, seperti keputihan, infeksi saluran kemih, serta infeksi pada area reproduksi seperti vulva, vagina, serviks, hingga meningkatkan risiko HIV.[4] Di dalam lapas semua narapidana di perlakukan layaknya masyarakat pada umumnya yang memiliki hak asasi sesuai dengan prinsip-prinsip demokrasi dan anti diskriminasi. Lapas menyediakan fasilitas-fasilitas untuk memenuhi kebutuhan narapidana yaitu kebebasan beribadah, fasilitas kesehatan dan kebutuhan utama lainnya.

Kota pekanbaru merupakan salah satu kota yang mewakili provinsi riau untuk menerima titipan khusus narapidana wanita. Data yang telah kami dapatkan dari Sistem Database Pemasyarakatan Publik (SDP Publik) pada tahun 2025 didapatkan jumlah narapidana wanita 249 di antaranya berusia 20-40 tahun berjumlah 234 orang . Dari hasil penelitian di lapas provinsi riau penyakit-penyakit kesehatan reproduksi para narapidana perempuan yaitu keputihan.[5] Penyebab keputihan itu terjadi karna kurangnya pengetahuan dan akses kesehatan yang terdiri dari faktor sanitasi,kebersihan pakaian dalam dan perawatan ketika saat haid. Pendidikan kesehatan tentang kebersihan *Personal Hygiene* pada wanita usia subur bertujuan untuk mencegah terjadinya infeksi,ada berbagai cara narapidana wanita untuk mendapatkan informasi mengenai kebersihan *Personal Hygiene* salah satunya yaitu melalui media edukasi. Salah satu media yang paling efektif untuk menyampaikan informasi adalah *Booklet*.

Booklet adalah media pendidikan kesehatan yang berupa buku kecil yang menggabungkan teks dan gambar untuk menyampaikan pesan serta informasi terkait kesehatan. *Booklet* memiliki berbagai keunggulan, seperti dapat diakses oleh siapa saja, mudah dibawa, praktis dipelajari kapan saja, tahan lama, dan menarik karena menggabungkan teks dengan gambar. Poin-poin penting yang di sampaikan dalam *booklet* meliputi penjelasan singkat tentang *personal hygien*,dampak buruk ketika tidak menjaga kebersihan *Personal Hygiene* dan manfaatnya. Menurut (Hidayati 2021), penggunaan *booklet* sebagai media informasi dalam pendidikan kesehatan terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan, sikap,dan perilaku seseorang.[6] Dari penelitian yang sudah dilakukan oleh Yulfiria, 2021 menemukan bahwa setelah menggunakan media *booklet*, pengetahuan dan sikap responden meningkat sebesar 75% dan 82% dengan nilai $p=0,000$. Hal ini menunjukkan bahwa media *booklet* dapat secara signifikan meningkatkan pengetahuan dan sikap responden.[7]

Berdasarkan latar belakang diatas maka penulis tertarik melakukan pengabdian dengan judul Menstruasi Sehat di Balik Jeruji dengan peningkatan pengetahuan personal hygiene bagi Narapidana Wanita di Lembaga Pemasyarakatan (Lapas) Wanita Kota Pekanbaru.

2. METODE PENGABDIAN

Pelaksanaan Kegiatan pengabdian dilakukan sebagai memenuhi tri darma perguruan tinggi sebagai dosen, kegiatan ini dimulai dari koordinasi dan pengenalan kegiatan pengabdian pada Ka Lapas di lapangan, sosialisasi, pemberian kuesioner sebelum diberikan intervensi penyuluhan berupa pemberian pendidikan kesehatan tentang personal hygiene pada saat menstruasi kepada narapidana wanita, setelah 15 menit maka

semua kuesioner dikumpulkan, kemudian narapidana diberikan booklet dan diberikan penyuluhan berupa Pendidikan kesehatan tentang personal hygiene pada saat menstruasi selama 60 menit, kemudian kuesioner diberikan kembali untuk menilai pengetahuan setelah diberikan intervensi dan dikumpulkan kembali setelah 15 menit. Kuesioner pre dan post telah dikumpulkan dan dinilai untuk melihat pengetahuan narapidana wanita, dan menilai keefektifan booklet tentang personal hygiene saat menstruasi terhadap pengetahuan wanita. Kuesioner yang diberikan kuesioner yang sudah di uji validitas dan reliabilitas.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Efektivitas Media *Booklet* dengan Pengetahuan *Personal Hygiene* Saat Menstruasi pada Narapidana Wanita di Lapas Wanita Kota Pekanbaru

Berdasarkan tabel dibawah ini menunjukkan bahwa pengetahuan responden umumnya tinggi setelah diberikan media *booklet* tentang *Personal Hygiene* saat menstruasi dibandingkan sebelum diberikan media *booklet* tentang *Personal Hygiene* saat menstruasi. Hasil uji statistik menggunakan *Wilcoxon Signed Ranks Test* didapatkan nilai $p\text{-value} = 0,000$ ($p < 0,05$). Artinya terdapat hubungan yang bermakna antara pemberian media *booklet* tentang *Personal Hygiene* saat menstruasi terhadap pengetahuan *Personal Hygiene* saat menstruasi pada wanita usia subur di lapas wanita kota pekanbaru.

Tabel 1. Tabel Pengetahuan Pre – Post Pengetahuan Narapidana Tentang Personal Hygiene Saat Menstruasi

Pengetahuan	Tingkat Pengetahuan						<i>P value</i>
	Rendah		Tinggi		Total		
	<i>F</i>	%	<i>F</i>	%	<i>f</i>	%	
<i>Pre-Test</i>	48	68,6	22	31,4	70	100	0,000
<i>Post-Test</i>	3	4,3	67	95,7	70	100	
Total	51	36,4	89	63,6	140	100	

Berdasarkan hasil tabel diatas didapatkan bahwa skor rata-rata pengetahuan responden sebelum diperkenalkan dengan media *booklet* adalah 31,4%, sedangkan setelahnya menjadi 95,7%. Dengan analisis data menggunakan uji *Wilcoxon Signed Ranks Test*, didapatkan nilai $p\text{ value}$ sebesar 0. 000 $< 0,05$). Temuan ini menunjukkan bahwa penggunaan media *booklet* tentang *Personal Hygiene* saat menstruasi memiliki pengaruh terhadap pengetahuan tentang hal tersebut di lembaga pemasyarakatan perempuan kelas II A di Pekanbaru.

Dalam penelitian oleh Mahdi (2022), disebutkan bahwa terdapat peningkatan dalam pengetahuan siswa dari sebelum (8,19) hingga setelah (16,19) mengikuti kegiatan edukasi yang menggunakan media *booklet*. [8]Hal ini sejalan dengan temuan Noviyanti Harahap (2024) yang menunjukkan bahwa skor rata-rata pengetahuan responden sebelum mereka mendapatkan pendidikan kesehatan adalah 31,70, sedangkan setelahnya meningkat menjadi 33,89. Dengan demikian, selisih skor rata-rata sebelum dan sesudah pendidikan kesehatan adalah 2,19, yang berarti ada pengaruh dari pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan.[9] Rendahnya pemahaman sebelum pendidikan kesehatan bisa dipicu oleh beberapa faktor, salah satunya adalah pengalaman pribadi.

Dalam studi ini, responden disuguhkan dengan media *booklet* tentang *Personal Hygiene* saat menstruasi. Media *booklet* adalah alat cetak yang dirancang untuk menyajikan informasi secara ringkas, sistematis, dan menarik. Biasanya, *booklet* berisi teks pendek, gambar relevan, dan poin-poin penting yang mudah dipahami. Oleh karena itu, media ini sangat cocok untuk keperluan edukasi, termasuk untuk penyuluhan atau mengubah perilaku.



Gambar 1. Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat

Peningkatan pengetahuan responden setelah menerima media *booklet* muncul karena media *booklet* ini dapat digunakan kapan saja dan informasinya bisa dibaca berulang kali. Terbukti setelah diberikan media *booklet*, beberapa responden membaca dan menyimak isi dari *booklet* tersebut. Temuan ini mendukung teori Notoatmodjo yang menyatakan bahwa memilih dan menggunakan alat bantu media memiliki peran penting dalam penelitian, dengan tujuan untuk memaksimalkan kemampuan indra agar responden bisa membaca dan memahami isi secara lebih mendalam.[10] Menurut asumsi penulis, memberikan edukasi dengan menggunakan media *booklet* adalah cara yang efektif untuk meningkatkan pengetahuan. Ini karena informasi yang tertulis dapat berfungsi sebagai salah satu sumber referensi yang mudah diakses dan dipelajari oleh wanita yang berada di lapas. Di samping itu, pemahaman yang lebih baik tentang kebersihan pribadi selama menstruasi diharapkan dapat meningkatkan sikap dalam menjalankan *Personal Hygiene* pada saat menstruasi. Diharapkan tingkat pengetahuan yang didapat oleh para responden dapat membawa dampak positif pada perilaku mereka.



Gambar 2. Pengisian Kuesioner

4. SIMPULAN

Sebelum diberikan media *booklet* mayoritas responden di lapas wanita Pekanbaru memiliki pengetahuan rendah yaitu sebanyak 48 orang (68,6%) dan sikap negatif sebanyak 50 orang (71,4%) tentang *Personal Hygiene* saat menstruasi. Terdapat ke efektifitasan tentang penggunaan media *booklet* terhadap pengetahuan dan sikap tentang *Personal Hygiene* saat menstruasi pada wanita usia subur di lapas wanita kota Pekanbaru dengan $p \text{ value} = 0,000 < 0,05$.

5. SARAN

Saran kepada lokasi penulis selanjutnya untuk memperhatikan elemen-elemen yang dapat mendukung keberhasilan pemberian media *booklet*, seperti pemilihan waktu yang tepat, kondisi tempat yang nyaman, dan pendekatan yang sesuai dengan karakteristik target. Selain itu, sangat penting untuk menyiapkan dokumen administrasi secara lengkap dan lebih awal agar proses perizinan berjalan lancar, khususnya jika penelitian dilaksanakan di lokasi terbatas seperti lembaga pemasyarakatan. Keterlibatan pihak internal, seperti petugas lapas atau pendamping, juga sangat dianjurkan untuk meningkatkan efektivitas pelaksanaan intervensi dan pengisian angket.

Diharapkan pihak Lapas dapat memberikan dukungan yang lebih baik terhadap penelitian dan pendidikan kesehatan yang bertujuan meningkatkan kesejahteraan warga binaan. Mempermudah urusan administrasi, seperti pemberian izin dan surat-surat, serta fleksibilitas dalam penjadwalan kunjungan narapidana yang tetap mengikuti protokol keamanan, akan sangat membantu kelancaran pelaksanaan kegiatan. Di samping itu, penyediaan ruang edukasi yang baik dan keterlibatan aktif petugas dalam mendampingi kegiatan juga dapat menciptakan lingkungan yang lebih mendukung dan mendorong keberhasilan program pendidikan kesehatan di lapas.

6. UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terimakasih kepada rektor institut kesehatan payung negeri, Dekan Fakultas kesehatan dan informatika institut kesehatan payung negeri, Kaprodi D III Kebidanan Fakultas kesehatan dan informatika institut kesehatan payung negeri telah memberikan waktu dan kesempatan untuk melakukan

pengabdian keluar demi melaksanakan tridarma perguruan tinggi. Penulis juga mengucapkan terimakasih kepada Kepala Lembaga Pemasaryakatan Wanita Kota Pekanbaru telah memberikan kesempatan kepada penluis untuk melakukan pengabdian masyarakat demi memeuhi tri darma perguruan tinggi.

7. DAFTAR PUSTAKA

- [1] Arsyad, Asrini, Zulfahmidah, L. Yuniati, and Yani Sodiqah, "Hubungan Perilaku Vaginal hygiene dengan Kejadian Keputihan pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran UMI," *Fakumi Med. J. J. Mhs. Kedokt.*, vol. 3, no. 9, pp. 695–701, 2023, doi: 10.33096/fmj.v3i9.288.
- [2] N. M. Fitria Melina, "Gambaran Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Keputihan Di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Yogyakarta ," *Sekol. Tinggi Ilmu Kesehat. Yogyakarta*, vol. 12, pp. 1–12, 2021.
- [3] Y. Paratmanitya, H. Hadi, and S. Susetyowati, "Citra tubuh, asupan makan, dan status gizi wanita usia subur pranikah," *J. Gizi Klin. Indones.*, vol. 8, no. 3, p. 126, 2021, doi: 10.22146/ijcn.18208.
- [4] D. Furwasyih, G. Muthia, and S. L. Putri, "Pelatihan Kemandirian Berkarya Personal Hygiene Menstrual Kit Pada Warga Binaan Lapas Perempuan," vol. 5, no. 6, pp. 11554–11559, 2024.
- [5] A. Hidir and R. S. Kartikowati, "Pemenuhan Hak Kesehatan Reproduksi Napi Perempuan Di Lembaga Pemasaryakatan (Lapas) Provinsi Riau," *Marwah J. Perempuan, Agama dan Jender*, vol. 11, no. 1, p. 1, 2021, doi: 10.24014/marwah.v11i1.501.
- [6] N. Y. Hidayati, "Personal Hygiene Selama Menstruasi Pada Remaja Putri dengan Media Booklet," *Progr. Stud. Sarj. Keperawatan Fak. Ilmu Kesehat. Univ. Aisyiyah Surakarta*, pp. 46–56, 2021.
- [7] F. Yulfitria, S. Fitriana, H. Hamidah, and K. Karningsih, "Booklet Menstrual Hygiene Dapat Meningkatkan Pengetahuan Dan Sikap Remaja," *J. Kebidanan Malahayati*, vol. 6, no. 3, pp. 282–288, 2020, doi: 10.33024/jkm.v6i3.2748.
- [8] A. N. Mahdi, Usman, and T. S. Hasiu, "Pengaruh Pendidikan Kesehatan Menggunakan Media Leaflet Terhadap Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Pentingnya Konsumsi Tablet Fe," *J. Keperawatan Trop. Papua*, vol. 6, no. 1, pp. 13–18, 2023, doi: 10.47539/jktp.v6i1.343.
- [9] R. Noviyanti Harahap, "Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Pencegahan Fluor Albus Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Di SMK Kesehatan Haji Sumatera Utara," *JINTAN J. Ilmu Keperawatan*, vol. 4, no. 1, pp. 118–124, 2024, doi: 10.51771/jintan.v4i1.858.
- [10] S. Notoadmojo, *Promosi Kesehatan Teori dan Aplikasinya*. Jakarta: Rineka Cipta, 2018.