

## Edukasi Menstruasi Berbasis Syariah sebagai Metode Meningkatkan Perilaku Remaja Selama Menstruasi

Fadlilah Shofiyyuna<sup>1\*</sup>, Sri Wahyuni<sup>2</sup>, Apriliani Yulianti Wuriningsih<sup>3</sup>  
<sup>1,2,3</sup>Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Islam Sultan Agung, Indonesia

Alamat: Jl. Kaligawe Raya, Km.4, Semarang, Jawa Tengah

\*Korespondensi penulis: [fadlilahshofiyyuna@gmail.com](mailto:fadlilahshofiyyuna@gmail.com)

**Abstract.** Menstruation is a sign that a woman has a uterus in her stomach, so menstruation is normal for all women. Sharia-based menstruation has differences in terms of cleansing (hygiene), counting the menstrual blood that comes out, prohibitions, and what is permitted during menstruation. This research is quantitative research, using Pre-Experimental Design with a Two Group Pretest-Posttest design. Sampling used a stratified random sampling technique, the number of respondents was 64 female students using the paired t-test. The results of the respondent analysis were obtained from 32 respondents at SMA 3 Sultan Agung, on average there were 25 female students aged 17 years with a percentage of (78.1%). And it is known that of the 32 respondents at SMA 1 Sultan Agung, the average number of 17 year old female students was 22 respondents with a percentage of (66.7%). And the test results show that the level of knowledge of SMA 3 Sultan Agung female students increased significantly after receiving the intervention from (30.46%) to (86.87%). However, this is different from SMA 1 Sultan Agung, where there are only slight changes because there is no intervention. There is an influence of Sharia-based menstrual education on adolescent behavior during menstruation in high school with a p-value of 0.001 ( $p\text{-value} < 0.05$ )

**Keywords:** Attitudes, Behavior, Menstruation Knowledge, Sharia Menstruation Knowledge.

**Abstrak.** Menstruasi merupakan tanda bahwa seorang wanita mempunyai rahim di dalam perutnya, sehingga menstruasi merupakan hal yang wajar bagi semua wanita. Mestruasi berbasis syariah memiliki perbedaan dalam hal bersuci (hygiene), menghitung darah menstruasi yang keluar, larangan, dan apa saja yang di perbolehkan selama menstruasi. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif, menggunakan Pre-Eksperimental Design dengan rancangan Two Group Pretest-Posttest. Pengambilan sampel menggunakan teknik stratified random sampling, jumlah responden sebanyak 64 siswi dengan menggunakan uji paired t-test. Hasil analisis responden diperoleh dari 32 responden di SMA 3 Sultan Agung, rata – rata siswi berusia 17 tahun sebanyak 25 responden dengan presentase (78,1%). Dan diketahui dari 32 responden di SMA 1 Sultan Agung, rata – rata siswi berusia 17 tahun sebanyak 22 responde dengan presentase (66,7%). Dan hasil uji menunjukkan tingkat pengetahuan terhadap siswi SMA 3 Sultan Agung meningkat tinggi setelah mendapatkan intervensi dari (30,46 %) menjadi (86,87 %). Tetapi berbeda dengan SMA 1 Sultan Agung yang hanya ada perubahan sedikit dikarenakan tidak mendapatkan intervensi. Ada Pengaruh Edukasi Menstruasi Berbasis Syariah Terhadap Perilaku Remaja Selama Menstruasi Di SMA dengan p-value 0,001 ( $p\text{-value} < 0,05$ )

**Kata kunci:** Pengetahuan Menstruasi, Pengetahuan Menstruasi Syariah, Perilaku, Sikap.

### 1. LATAR BELAKANG

Perempuan biasanya mengalami menstruasi setiap bulan. Ini pertanda normal, namun belum pasti, kemungkinan juga ada beberapa siklus menstruasi yang tidak normal. Seperti siklus menstruasi yang berlangsung lebih dari 15 hari, merupakan hal yang harus dikhawatirkan. Dalam beberapa kasus, banyak kemungkinan sering terjadi, terutama pada remaja. Hal ini banyak terjadi pada perempuan yang ada masalah dalam rahimnya, sering mengalami keterlambatan atau siklus yang lebih cepat dari siklus biasanya dalam menstruasi.

Maka dari itu sangat penting untuk mengetahui siklus menstruasi karena ada keterkaitannya dalam bidang syariat, seperti ada beberapa hal yang harus dilakukan dan tidak dilakukan (Nana et al., 2021).

Dampaknya bagi perempuan yang belum memahami perbedaan siklus menstruasi, pasti akan merasa bingung jika mengalami beberapa hal yang menyangkut siklus menstruasi. Untuk itu ada beberapa hukum perbedaan yang harus perempuan ketahui seperti istihadhah dan haid dalam pembahasan secara syariatnya. Dimana Ketika haid segala aktifitas ibadah tidak diperbolehkan dilakukan, tetapi berbeda dengan saat istihadhah karena Perempuan istihadhah hukumnya sama dengan Perempuan suci yaitu wajib melakukan shalat, puasa wajib, dan mengaji (Syifa, 2021)

Perubahan siklus menstruasi kebanyakan dialami pada wanita di masa remaja akhir, dikarenakan dalam masa ini terjadinya hormon yang tidak stabil. Pentingnya pengetahuan kesehatan agar dapat meningkatkan kemampuan baik dari segi pengetahuan, sikap maupun tindakan agar kehidupan yang sehat dapat tercapai dengan baik (Carolina & Siregar, 2023). Banyak dari remaja yang baru mengalami siklus menstruasi menganggap siklus menstruasi itu sesuatu yang mengancam dan kejam karena kurangnya edukasi dari keluarga dan lingkungan terdekat. Maka dari itu banyak remaja yang perlu dan butuh memahami betapa pentingnya pemahaman tentang menstruasi secara syariah. Akan ada banyak hal yang akan dipelajari dan dipraktikkan dalam kehidupan sehari-hari (Suyuti et al., 2020)

Siklus haid pertama kali dialami oleh istri Nabi Adam a.s. Seperti yang diketahui, perempuan yang pertama kali diciptakan oleh Allah SWT. adalah Siti Hawa. Pada zaman Adam sudah ada yang namanya haid pada perempuan, hal tersebut merupakan sunnatullah yang menunjukkan bahwa perempuan berbeda dengan laki-laki. Haid yaitu darah yang keluar dari farji perempuan ketika seseorang wanita dalam keadaan sehat (Bukhori., 2023). Selain darah haid yang keluar dari farji perempuan, terdapat peristiwa yang namanya nifas dan istihadhah. Kedua peristiwa tersebut terjadi dalam peristiwa atau sebab yang berbeda-beda, bisa terjadi secara bersamaan, tetapi sama-sama keluar dari farji perempuan. Nifas adalah darah yang keluar akibat persalinan (Faliyandra et al., 2021)

Hal tersebut membuat khawatir para perempuan yang mengalami menstruasi, karena permasalahan itu harus segera dicegah dengan memberikan edukasi secara medis maupun agama. Maka dari itu para perempuan harus faham bahwa tidak selamanya darah yang keluar dari farji perempuan itu di hukum haid dan nifas. Tetapi ada juga darah yang disebut darah istihadhah. Darah istihadhah sendiri keluar karena suatu penyakit atau kondisi tubuh yang sedang tidak baik (tidak normal). Hal ini yang dibahas secara mendalam menyikapi perilaku

remaja yang belum faham perbedaan darah dan cara penangannya. Sebagian orang memang sudah faham tapi masih banyak sekali yang salah faham tentang perbedaannya (Fitriyah et al., 2022)

Pubertas adalah hal yang sangat wajar bagi semua orang, baik pria dan wanita. Seperti menstruasi adalah hal yang wajar bagi seluruh perempuan, karena banyak dari perempuan yang belum terlalu faham tentang menstruasi, terutama penghitungan dan perbedaan beberapa darah yang keluar dari vagina perempuan. Data Riskesdas 2013 memperlihatkan persentase kejadian ketidak teraturan siklus menstruasi pada usia 10-29 tahun sebesar 16,4% (Nurul Asiya Nadhifah & Siti Tatmainul Qulub, 2021). Hal tersebut membuat khawatir para perempuan yang mengalami menstruasi, karena permasalahan itu harus segera di cegah dengan memberikan edukasi secara medis maupun agama. Maka dari itu para perempuan harus faham bahwa tidak selamanya darah yang ke luar dari farji perempuan itu di hukum haid dan nifas. Tetapi ada juga darah yang di sebut darah istihadhah. Darah istihadhah sendiri keluar karena suatu penyakit atau kondisi tubuh yang sedang tidak baik (tidak normal). Hal ini yang di bahas secara mendalam menyikapi perilaku remaja yang belum faham perbedaan darah dan cara penangannya. Sebagian orang memang sudah faham tapi masih banyak sekali yang salah faham tentang perbedaannya (Fitriyah et al., 2022).

Masalah reproduksi remaja memerlukan penanganan yang serius karena masalah ini paling sering terjadi di negara berkembang dan beriklim tropis seperti Indonesia, akibat kurangnya pengetahuan, sikap, niat, dan lain-lain, serta kelembaban iklim. Hal ini terbukti karena beberapa penelitian menunjukkan banyak faktor yang mempengaruhi perilaku higienis remaja saat menstruasi (Pratiwi., 2022). Remaja putri yang menjaga kebersihan diri saat menstruasi akan terhindar dari penyakit kanker rahim, merasa nyaman dalam beraktivitas sehari-hari, percaya diri, bersemangat, dan tidak lagi malas atau menjauhi teman karena bau amis. Perilaku kebersihan diri merupakan isu penting yang perlu diselidiki secara detail (Dolang & Kiriwenno, 2020)

Dari pengalaman, beberapa anak tidak siap menstruasi karena kurangnya kesiapan mental, sehingga menstruasi dianggap tidak diinginkan. Secara umum anak akan merasa gugup, cemas, takut, tidak nyaman karena sikap dan persepsinya yang buruk tentang menstruasi. Sedangkan anak-anak yang lain menyatakan siap menghadapi menstruasi karena memiliki informasi yang cukup tentang pubertas dan menstruasi. Sumber informasi yang dapat memberikan informasi kepada remaja putri tentang menstruasi pertama (menarche). Salah satunya adalah lingkungan sekolah dan bidang kesehatan sekolah berupa pendidikan kesehatan menarche (Dolang, 2022).

## 2. METODE PENELITIAN

Penelitian dilakukan pada siswi SMA Islam Sultan Agung 01 Semarang dan SMA Islam Sultan Agung 03 Semarang. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian Quasi eksperimen dengan *two group pre test – post test control group design*. Sampel yang digunakan 64 siswi. Teknik yang digunakan *proportionate stratified random sampling* dan instrumen penelitian yang digunakan kuesioner. Penelitian ini menggunakan uji *wilcoxon Sign Rank test* dan uji *Mann Whitney* untuk mengetahui perbedaan kecemasan posttest pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol.

Desain penelitian ini merupakan desain *Quasi Eksperimental* dengan *prepost-posttest control group design*. Menurut Sugiono (2021), metode penelitian eksperimen adalah metode penelitian yang menguji pengaruh suatu perlakuan tertentu terhadap perlakuan lain dalam kondisi terkendali. Penelitian eksperimen semu (*quasi-experimental*) merupakan salah satu bentuk penelitian eksperimen sejati (*true experimental*) yang desainnya mempunyai kelompok kontrol tetapi tidak dapat mengendalikan sepenuhnya variabel-variabel lain yang mempengaruhi eksperimen tersebut. Berdasarkan penjelasan di atas maka peneliti menggunakan desain eksperimen karena dalam penelitian ini terdapat variabel asing yang tidak dapat dikendalikan oleh peneliti.

### Sampel Penelitian

Sampel merupakan bagian dari jumlah dan karakteristik dari suatu populasi (Sugiono, 2021). Sampel dalam penelitian ini adalah seluruh siswi kelas 11 dan 12 di SMA 3 Sultan Agung Semarang sebanyak 64 siswi, dan Sebagian siswi kelas 12 SMA 1 Sultan Agung Semarang sebanyak 64 siswi. Keseluruhan siswi dari dua SMA adalah 92 siswi yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi.

### Instrumen

#### 1) Metode Edukasi

Setiap kegiatan edukasi menggunakan satu metode yang sesuai dengan pelaksanaan edukasi. Beberapa metode edukasi antara lain metode ceramah, diskusi kelompok, brainstorming, panel, role play. Dalam penelitian yang dilakukan di SMA 3 Sultan Agung Semarang sebanyak 64 siswi. Respondennya adalah siswi dari kelas 11 dan 12 dari SMA Sultan Agung 3 Semarang. Edukasi kesehatan reproduksi menstruasi berbasis syariah dengan responden wanita SMA menggunakan metode ceramah. Sebab

dengan menggunakan metode ceramah maka responden bisa langsung memberikan tanggapan terhadap apa yang disampaikan oleh pemateri.

2) Media Edukasi

Dalam kegiatan edukasi, sekalian penerapan metode edukasi juga harus menggunakan media agar edukasi yang dilaksanakan dapat berjalan dengan baik, sehingga pesan yang dilaksanakan dapat berkembang. pengetahuan dan dapat mengubah perilaku yang awalnya negatif menjadi positif. Media yang digunakan dalam sosialisasi antara lain media cetak, media elektronik, dan media luar ruang. Penelitian ini melakukan pendidikan kesehatan reproduksi menstruasi berbasis syariah pada siswi di SMA 3 Sultan Agung Semarang dengan menggunakan media elektronik dan buku Pemahamn menstruasi syariah, berisi materi terkait menstruasi berbasis syariah. Serta penggunaan media elektronik berupa laptop, dan audio speaker digunakan untuk memudahkan penyampaian materi.

3) Kuesioner

Kuesioner variabel dependen yaitu perilaku remaja selama menstruasi dengan beberapa soal pertanyaan dengan indikatornya meliputi pengertian menstruasi, tanda menstruasi, waktu menstruasi, tata cara setelah menstruasi, perbedaan antara menstruasi dengan istihadoh yang dibagikan langsung oleh peneliti kepada responden.

4) Modul

Modul adalah bahan ajar yang disusun secara sistematis dan menarik yang memuat isi materi, metode, dan evaluasi yang dapat digunakan responden secara mandiri. Modul ini akan berpengaruh ke perilaku responden terhadap menstruasi berbasis syariah.

Modul ini sebagai bahan ajar bertujuan untuk:

- a. memperjelas dan mempermudah penyajian pesan terhadap remaja mengenai menstruasi berbasis syariah agar tidak terlalu bersifat verbal (tanya jawab)
- b. mengatasi keterbatasan waktu, ruang, dan daya indera, baik bagi responden dapat digunakan secara tepat dan bervariasi dalam Proses Edukasi (Pembahasan, 2024)

### **Etika Penelitian**

Menurut (Notoatmodjo, 2021) etika penelitian adalah pedoman etika yang berlaku untuk semua pelaksanaan penelitian yang melibatkan antar pihak peneliti, pihak yang diteliti (subyek penelitian), dan masyarakat yang terkena dampak hasil penelitian. Penelitian ini telah

mendapatkan surat *ethical clearance* dengan nomor 10/1/2022/Keperawatan. Masalah etika yang perlu diperhatikan, sebagai berikut:

- 1) Menghormati harkat dan martabat manusia (*respect human dignity*).
- 2) Menghormati privasi dan kerahasiaan subjek penelitian (*respect the privacy and confidentiality of reseach subjects*).
- 3) Keadilan dan inklusivitas/keterbukaan (*justie and inclusiveness/ opennessress*).
- 4) Memperhitungkan manfaat dan kerugian yang ditimbulkan (*balancing harms and benefits*).

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

#### Hasil

#### Analisa Univariat

##### 1) Karakteristik Responden

**Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Umur dan Tingkat Pendidikan Siswi di SMA 1 Sultan Agung Semarang dan SMA 3 Sultan Agung Semarang Tahun Ajaran 2024 (n = 64)**

Veiabel	Kelompok Intervensi SMA 3 Sultan Agung		Kelompok Kontrol SMA 1 Sultan Agung	
	Frekuensi	Presentase (%)	Frekuensi	Presentase (%)
<b>Umur</b>				
16 tahun	3	9,4	0	0
17 tahun	25	78,1	22	66,7
18 tahun	4	12,5	10	33,3
<b>Pendidikan</b>				
SMA kelas 11	13	40,6	12	39,4
SMA kelas 12	19	59,4	20	60,6
<b>Total</b>	<b>64</b>	<b>100</b>	<b>64</b>	<b>100</b>

Tabel 1 diketahui hasil penelitian dari 32 responden di SMA 3 Sultan Agung, siswi yang berusia 16 tahun sebanyak 3 responden (9,4%), pada usia 17 tahun sebanyak 25 responden (78,1%), pada usia 18 tahun sebanyak (12,5%). Dan diketahui hasil penelitian dari 32 responden di SMA 1 Sultan Agung, siswi yang berusia 17 tahun sebanyak 22 responden (66,7%), dan siswi pada usia 18 tahun sebanyak 10 responden (33,3%).

Dari hasil distribusi frekuensi menunjukkan bahwa dari hasil penelitian 32 responden SMA 3 Sultan Agung, siswi dari kelas 11 sebanyak 13 responden (40,6%) dan siswi dari kelas 12 sebanyak 19 responden (59,4%). Dan dari hasil penelitian 32

responden SMA 1 Sultan Agung, siswi dari kelas 11 sebanyak 12 responden (39,4%) dan siswi dari kelas 12 sebanyak 20 responden (60,6%).

**Tabel 2. Frekuensi Responden Berdasarkan Perilaku Responden Sebelum diberikan Perlakuan pada Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol tahun 2024 (n = 64)**

Variabel	Kelompok Intervensi SMA 3 Sultan Agung		Kelompok Kontrol SMA 1 Sultan Agung	
	Frekuensi	Presentase	Frekuensi	Presentase
<b>Sikap</b>				
< 40 (Kurang)	0	0	0	0
41-65 (Cukup)	31	97,0	30	90,9
66-85 (Baik)	1	3,0	2	9,1
> 86 (Sangat Baik)	0	0	0	0
<b>Total</b>	<b>32</b>	<b>100</b>	<b>32</b>	<b>100</b>

Tabel 2 menunjukkan bahwa dari hasil penelitian 32 responden SMA 3 Sultan Agung, masih banyak siswi yang memiliki Perilaku saat menstruasi Cukup yaitu ada 31 siswi dengan presentasen (97,0 %) dan yang meliki perilaku saat menstruasi Baik ada 1 dengan presentase (3,0%)

Dalam tabel di atas menunjukkan bahwa dari hasil menunjukkan bahwa dari hasil penelitian 32 responden SMA 1 Sultan Agung, masih banyak siswi yang memiliki Perilaku saat menstruasi Cukup yaitu ada 30 siswi dengan presentasen (90,9 %) dan yang meliki perilaku saat menstruasi Baik ada 2 dengan presentase (9,1%).

**Tabel 3. Frekuensi Responden Berdasarkan Perilaku Responden Setelah diberikan Perlakuan pada Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol tahun 2024 (n = 64)**

Variabel	Kelompok Intervensi SMA 3 Sultan Agung		Kelompok Kontrol SMA 1 Sultan Agung	
	Frekuensi	Presentase	Frekuensi	Presentase
<b>Perilaku</b>				
< 40 (Kurang)	-	-	-	-
41-65 (Cukup)	-	-	28	87,9
66-85 (Baik)	5	11,5	4	12,1
> 86 (Sangat Baik)	27	88,5	-	-
<b>Total</b>	<b>32</b>	<b>100</b>	<b>32</b>	<b>100</b>

Tabel 3 menunjukkan bahwa dari hasil penelitian 32 responden SMA 3 Sultan Agung, masih banyak siswi yang memiliki Perilaku saat menstruasi Baik yaitu ada 5 siswi dengan presentasen (11,5 %) dan yang meliki perilaku saat menstruasi Sangat Baik ada 27 dengan presentase (88,5%)

Dalam tabel di atas menunjukkan bahwa dari hasil menunjukkan bahwa dari hasil penelitian 32 responden SMA 1 Sultan Agung, masih banyak siswi yang memiliki

Perilaku saat menstruasi Cukup yaitu ada 28 siswi dengan presentasen (87,9 %) dan yang memiliki perilaku saat menstruasi Baik ada 4 dengan presentase (12,1%)

### Analisa Bivariat

**Tabel 4. Perbedaan Perilaku Sebelum Dan Sesudah Diberikan Edukasi pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol tahun 2024 (n = 64)**

Variabel	Kelompok Intervensi SMA Sultan agung 3		Kelompok Kontrol SMA Sultan agung 1	
	n (Jumlah)	Mean (Rata-rata)	n (Jumlah)	Mean (Rata-rata)
Perilaku				
Pre Test	32	51,18	32	54,78
Post Test	32	90,56	32	54,81
P - value	64	<0,001	64	<0,742

Berdasarkan tabel 4 diketahui bahwa hasil uji paired t-test didapatkan rata – rata skor Perilaku SMA 3 Sultan Agung pada siswi sebelum diberikan intervensi sebesar 51,18 sedangkan skor sesudah diberikan intervensi Perilaku sebesar 90,56. Hasil uji paired t-test juga didapatkan p value 0,001 (<0,05) dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat Pengaruh antara skor Perilaku selama Menstruasi Di SMA pada siswi sebelum dan sesudah diberikan intervensi.

Berdasarkan tabel 4 diketahui bahwa hasil uji paired t-test didapatkan rata – rata skor Perilaku SMA 1 Sultan Agung pada siswi sebelum diberikan intervensi sebesar 54,78 sedangkan skor sesudah diberikan intervensi Perilaku sebesar 54,81. Hasil uji paired t-test juga didapatkan p value 0,742 (<0,05) dengan demikian dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat Pengaruh antara skor Perilaku selama Menstruasi Di SMA pada siswi sebelum dan sesudah diberikan intervensi

**Tabel 5. Hasil Uji Mann Whitney Perbedaan Tingkat Kecemasan Post Test Pada Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol di SMA tahun 2024 (n = 64)**

Kelompok	Alpha (α)	Nilai (p)
Post Test	65	0,001
Kelompok Intervensi		
Kelompok Kontrol		

Pada tabel 5 menunjukkan bahwa hasil uji Mann Whitney post test kelompok intervensi dan kelompok kontrol didapat nilai p= 0,001 (p <0,05) sehingga dapat disimpulkan terdapat perbedaan bermakna, artinya pemberian edukasi menstruasi syariah pada 32 siswi SMA 3 Sultan Agung terdapat pengaruh yang signifikan.

## **Pembahasan**

### **Umur**

Dari hasil penelitaian menunjukan bahwa rentan umur siswi SMA 3 Sultan Agung Semarang dan SMA 1 Sultan Agung Semarang berada pada usia 16 tahun sampai 18 tahun. Sebagian besar siswi SMA 3 Sultan Agung Semarang dan SMA 1 Sultan Agung Semarang, berada di rentan usia 17 tahun sebanyak 47 responden. Dengan Frekuensi SMA 3 Sultan Agung sebanyak 25 responden dengan presentase (78,1%), dan SMA 1 Sultan Agung sebanyak 22 responden dengan presentase (66,7%). Masa remaja merupakan masa transisi dari anak - anak menuju dewasa dan disertai dengan perubahan pertumbuhan seperti perubahan fisik maupun psikologis. Remaja dibagi menjadi 3 masa, yaitu remaja awal (10-14 tahun), remaja tengah (14-17 tahun), remaja akhir (17-20 tahun) (Suryani, 2019).

Pada penelitian terdahulu menunjukkan berdasarkan tabel distribusi responden berdasarkan usia didapatkan mayoritas responden memiliki usia 16 tahun sebanyak 24 responden (60,0) dalam penelitian terdahulu menyatakan responden lebih cenderung pada usia 16 tahun (Handayani et al., 2024).

Dalam opini peneliti menunjukan bahwa tingkat umur dominan pada usia 17 dari pada umur 16 dan 18 dikarenakan pada usia yang peneliti ambil kelas 12 SMA. Hal tersebut mempunyai tujuan seberapa jauh siswi dalam pengetahuan menstruasi berbasis syariah.

### **Pendidikan**

Dari hasil penelitian menunjukan dari siswi SMA 3 Sultan Agung Semarang dan SMA 1 Sultan Agung Semarang, ada perbedaan kelas yang terdiri 2 kelas dari masing – masing SMA 3 Sultan Agung Semarang dan SMA 1 Sultan Agung Semarang. Dengan presentase tingkat pendidikan kelas 11 dan 12, pada 13 responden dengan tingkat pendidikan kelas 11 SMA 3 Sultan Agung (40,6%) dan dengan tingkat pendidikan kelas 12 terdapat 19 responden (59,4%) dan dengan presentase tingkat pendidikan kelas 11 ada 12 responden dengan tingkat pendidikan kelas 11 SMA 1 Sultan Agung (39,4%) dan dengan tingkat pendidikan kelas 12 terdapat 20 responden (60,6%) SMA 1 Sultan Agung Semarang.

Dari hasil di atas menyatakan bahwa tingkat pendidikan sangat penting untuk menentukan seberapa jauh siswi mendapatkan pembelajaran yang seharusnya di dapatkan di SMA dalam masa remaja. Untuk Frekuensi yang di dapat ke simpulannya lebih banyak siswi kelas 12 dari pada siswi kelas.

Menurut opini peneliti tingkat pendidikan di SMA seharusnya sudah diberikan materi seputar menstruasi berbasis syariah dasar, maka peneliti memutuskan untuk lebih banyak

meneliti pada kelas 12 SMA yang bertujuan mengetahui seberapa jauh pengetahuan siswi tentang menstruasi syariah.

### **Perilaku siswi SMA 1 Sultan Agung Semarang dan SMA 3 Sultan Agung Semarang Tahun 2024**

Hasil penelitian penulis menunjukkan bahwa dari hasil penelitian di SMA 3 Sultan Agung, masih banyak siswi yang memiliki Perilaku saat menstruasi Cukup yaitu ada 31 siswi dengan presentasen (97,0 %) dan yang meliki perilaku saat menstruasi Baik ada 1 dengan presentase (3,0%) Dalam tabel menunjukkan bahwa dari hasil menunjukkan bahwa dari hasil penelitian di SMA 1 Sultan Agung, masih banyak siswi yang memiliki Perilaku saat menstruasi Cukup yaitu ada 30 siswi dengan presentasen (90,9 %) dan yang meliki perilaku saat menstruasi Baik ada 2 dengan presentase (9,1%).

Perilaku kebersihan diri yang buruk saat menstruasi merupakan faktor risiko yang dapat berdampak pada kesejahteraan psikologis remaja, seperti mempengaruhi partisipasi mereka dalam kegiatan sekolah dan masyarakat serta meningkatkan tingkat stres dan kecemasan. Dampak lainnya dapat berefek pada fisik yang dapat membahayakan keselamatan remaja perempuan (Qolbah et al., 2024).

Pengetahuan yang kurang tentang sindrom pramenstruasi, faktor hormonal dalam tubuh wanita, seperti ketidakseimbangan hormon estrogen dan progesteron, dan pengalaman sebelumnya adalah beberapa faktor yang dapat menyebabkan kecemasan. Kecemasan yang tidak ditangani segera dapat menyebabkan berbagai respons kecemasan seperti kecemasan, ketakutan, keringat dingin, dan berbagai masalah kesehatan yang dapat membuat aktivitas sehari-hari menjadi lebih sulit. Wanita muda yang mengalami sindrom pramenstruasi terkadang melakukan percobaan dan kesalahan tanpa pengetahuan yang cukup.

Karena mereka tidak tahu tentang PMS, wanita muda tidak merawatnya dan tidak menyadari kesehatan mereka (Chandra et al., 2023). Menurut penelitian Endar Timiyatun et al., (2021) menunjukkan bahwa pengetahuan remaja putri tentang PMS berkorelasi dengan tingkat kecemasan yang mereka alami. mereka sama sekali tidak tahu tentang kondisi ini, yang dapat menyebabkan gejala kecemasan yang lebih parah (Sri & Yulia, 2025).

Pada peneitian (Handayani et al., 2024) berpendapat dalam distribusi responden berdasarkan pengetahuan tingkat menstruasi, didapatkan mayoritas responden memiliki menunjukkan distribusi responden berdasarkan siklus menstruasi, dimana didapatkan mayoritas responden memiliki siklus menstruasi tidak teratur sebanyak 32 responden (80,0%).

Menjelaskan bahwa siklus menstruasi tergolong tidak teratur karena banyaknya tingkat stres yang di alami.

Sedangkan berdasarkan Penelitian ini menunjukkan perilaku dalam menstruasi pada siswi masih kurang dikarenakan belum ada proses pembelajaran yang spesifik membahas tentang menstruasi dan menstruasi syariah.

### **Pengaruh Perilaku Sebelum Dan Sesudah Diberikan Edukasi di SMA 1 Sultan Agung Semarang dan SMA 3 Sultan Agung Semarang tahun 2024**

Hasil dari penelitian hasil uji paired t-test didapatkan rata – rata skor Perilaku SMA 3 Sultan Agung pada siswi sebelum diberikan intervensi sebesar 51,18 sedangkan skor sesudah diberikan intervensi Perilaku sebesar 90,56. Dan hasil dari uji paired t-test didapatkan rata – rata skor Perilaku SMA 1 Sultan Agung pada siswi sebelum diberikan intervensi sebesar 54,78 sedangkan skor sesudah diberikan intervensi Perilaku sebesar 54,81. Menandakan bahwa siswi sangat butuh edukasi menstruasi syariah agar mereka memahami dan bisa berperilaku sesuai dengan ketentuan yang sudah di tetapkan secara agama.

Perilaku kebersihan diri yang buruk saat menstruasi merupakan faktor risiko yang dapat berdampak pada kesejahteraan psikologis remaja, seperti mempengaruhi partisipasi mereka dalam kegiatan sekolah dan masyarakat serta meningkatkan tingkat stres dan kecemasan, oleh sebab itu perilaku yang harus di ketahui bukan hanya secara umum tetapi harus secara menstruasi syariah (Qolbah et al., 2024). Perilaku yang kurang tentang sindrom pramenstruasi, faktor hormonal dalam tubuh wanita, seperti ketidakseimbangan hormon estrogen dan progesteron, dan pengalaman sebelumnya adalah beberapa faktor yang dapat menyebabkan kecemasan.

Kecemasan yang tidak ditangani segera dapat menyebabkan berbagai respons kecemasan seperti kecemasan, ketakutan, keringat dingin, dan berbagai masalah kesehatan yang dapat membuat aktivitas sehari-hari menjadi lebih sulit. Wanita muda yang mengalami sindrom pramenstruasi terkadang melakukan percobaan dan kesalahan tanpa pengetahuan yang cukup, maka dari itu perilaku syariah juga penting sehingga bisa mencegah hal yang buruk dalam masa menstruasi pada remaja (Hamidah, 2025).

Pada penelitian Deshi dalam (Rofi'ah et al., 2019) dalam penelitian yang berjudul Pengetahuan, Sikap dan Praktek Mengenai Kebersihan Menstruasi Pada Perempuan di Negara Berkembang. Menunjukkan bahwa didapatkan remaja putri dalam praktek yang masih memiliki nilai negatif mengenai kebersihan menstruasi berjumlah 23 orang (51,2%). Sedangkan responden yang mempunyai praktek yang masih memiliki nilai positif berjumlah

22 orang (47,8%) praktek menstruasi di sekolah menengah keatas, perbedaan dalam penelitian terdahulu karena belum mencakup pembelajaran praktek menstruasi syariah.

Dari hasil penelitian yang sudah di jelaskan menyatakan bahwa perilaku siswi masih kurang tentang menstruasi syariah, tetapi setelah di berikan edukasi menstruasi syariah perilaku siswi semakin meningkat. Pada siswi yang belum di berikan edukasi menyatakan bahwa masih banyak siswi yang belum ada perubahan dalam perilaku dalam menstruasi syariah.

### **Pengaruh Edukasi Menstruasi Berbasis Syari'ah terhadap Perilaku Selama Menstruasi**

Berdasarkan hasil uji Mann whitney diperoleh hasil perbedaan post test pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol dengan nilai  $p= 0,001$  lebih kecil dari nilai alpha 0,05 dapat disimpulkan ada perbedaan yang bermakna antara post test pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol, sehingga  $H_a$  diterima.

Hasil penelitian pada kelompok intervensi di SMA 3 Sultan Agung Semarang bahwa pengetahuan Menstruasi Syariah pada siswi mengalami peningkatan yang lebih baik, karena kelompok intervensi diberikan Edukasi berupa Buku dan juga leaflet yang mudah dipahami dan mudah dimengerti oleh siswi. Sehingga dapat disimpulkan bahwa pemberian Edukasi mensruasi syariah sangat efektif untuk menambah pengetahuan siswi. Sedangkan hasil penelitian pada kelompok kontrol di SMA 1 Sultan Agung Semarang bahwa Pengetahuan menstruasi syariah siswi setelah dilakukan pretest dan posttes siswi masih memiliki pengetahuan yang kurang dalam memahami dan mempraktekkan menstruasi syariah dikarenakan belum diberikan edukasi menstruasi syariah.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rosyidah dkk (2020) di MA Putri PUI Majalengka dengan judul Pengaruh Edukasi dalam Tingkat Pemahaman Darah Haid Dan Darah Istihadlah Pada MA Putri PUI Majalengka. Dari hasil penelitian sebelumnya diberikan intervensi terhadap tingkat pemahaman dalam pengetahui perbedaan darah haid dan darah istihadhoh. Dan Setelah diberikan intervensi, jumlah siswi yang kurang memahami warna darah haid dan darah istihadhoh berkurang sebagian besar dari yang belum faham menjadi faham karena sudah diberikan edukasi. Hal ini menunjukkan bahwa tingkat pemahaman naik setelah diberikan edukasi pemahaman warna darah haid dan darah istihadhoh dengan hasil uji wilcoxon pretest dan posttest menunjukkan bahwa ada perbedaan tingkat pemahaman sebelum dan sesudah diberikan edukasi.

Menurut opini peneliti dari hasil diatas menunjukkan bahwa pemberian edukasi menstruasi syariah sangat efektif dalam meningkatkan pemahaman pada remaja putri dalam menghadapi menstruasi. Remaja putri perlu mendapatkan informasi atau pembelajaran

mengenai menstruasi syariah agar lebih berhati-hati dalam menentukan perbedaan menstruasi, istihadhoh dan juga nifas. sehingga tidak mengalami kebingungan dalam menghadapi hal tersebut, yang menyebabkan kurangnya pengetahuan tentang menstruasi syariah antara lain kurangnya pembelajaran yang membahas tentang menstruasi syariah. Saat ini sudah banyak media yang bisa digunakan remaja putri dalam belajar atau menemukan informasi mengenai menstruasi syariah salah satunya bisa membaca buku “Ajar Haid Remaja” yang bisa didapatkan dengan mudah, dengan penggunaan buku modul ini remaja putri tidak akan kebingungan dalam belajar dan memahami menstruasi syariah.

#### **4. KESIMPULAN DAN SARAN**

Keseluruhan responden dalam penelitian ini berjenis kelamin perempuan, dengan jumlah total 64 orang yang berasal dari dua sekolah, yaitu SMA 1 Sultan Agung Semarang (32 orang) dan SMA 3 Sultan Agung Semarang (32 orang). Berdasarkan hasil penelitian, perilaku menstruasi syariah pada responden memiliki tingkat persentase 97,0% dalam kategori cukup, yang menunjukkan bahwa perilaku siswi masih membutuhkan tambahan edukasi untuk meningkatkan pengetahuan dan penerapan perilaku yang lebih baik. Semua data ini diperoleh sebelum diberikan intervensi. Selanjutnya, hasil uji bivariat menunjukkan bahwa di SMA 3 Sultan Agung Semarang, yang menjadi kelompok intervensi, terdapat peningkatan setelah mendapatkan perlakuan rutin, yaitu tiga kali pertemuan, satu kali offline dan dua kali online, guna memonitoring responden. Hal ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan yang sudah dimiliki, dengan pertemuan keempat dilakukan secara offline untuk mengamati perubahan yang terjadi, baik sebelum maupun sesudah intervensi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa edukasi menstruasi berbasis syariah memiliki pengaruh signifikan terhadap perilaku remaja selama menstruasi. Dengan diterimanya hipotesis alternatif ( $H_a$ ) dan ditolakanya hipotesis nol ( $H_0$ ), artinya terdapat pengaruh yang kuat dan positif terhadap pengetahuan, perilaku, dan sikap remaja setelah mendapatkan intervensi. Ini menunjukkan bahwa remaja masih sangat membutuhkan pengetahuan menstruasi yang berbasis syariah.

Berdasarkan hasil penelitian ini, beberapa saran dapat diberikan. Bagi institusi pendidikan, diharapkan penelitian selanjutnya dapat memperhatikan waktu pengambilan data yang lebih panjang dan dapat meneliti hubungan antara menstruasi berbasis syariah terhadap perilaku remaja di masa remaja. Bagi institusi layanan kesehatan, hasil penelitian ini diharapkan menjadi informasi awal yang dapat menambah wawasan dan pengetahuan mengenai pengaruh edukasi menstruasi berbasis syariah terhadap perilaku remaja selama menstruasi pada remaja putri, serta dapat diterapkan dalam memberikan pelayanan kesehatan

yang lebih baik. Sedangkan bagi masyarakat, hasil penelitian ini diharapkan menjadi informasi baru yang dapat menambah wawasan mengenai pengaruh edukasi menstruasi berbasis syariah terhadap perilaku remaja selama menstruasi, sehingga dapat meningkatkan pemahaman dan kesadaran akan pentingnya pengetahuan menstruasi yang berbasis syariah.

### **Keterbatasan**

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan dalam pelaksanaannya, diantaranya:

- 1) Penelitian ini hanya memiliki waktu sangat singkat dengan proporsi waktu 45 menit, sehingga tidak bisa melaksanakan Edukasi dengan maksimal.
- 2) Kemampuan respon untuk menyerap materi berbeda sehingga untuk tingkat pemahaman harus selalu di monitoring agar responden lebih memahami edukasi yang sudah diberikan.

### **Etika Penelitian**

Penelitian ini telah lulus uji etik melalui komite etik universitas islam sultan agung semarang dengan nomor 1232/A.1-KEPK/FIK-SA/XI/2024.

### **Konflik Kepentingan**

Penelitian ini tidak terdapat konflik yang kepentingan menyangkut dari pihak manapun baik dari lapangan ataupun dari pihak peneliti pribadi,

### **UCAPAN TERIMA KASIH**

Ucapan terimakasih diucapkan peneliti kepada pihak terkait yaitu Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang diantaranya Rektor, Dekan, Pembimbing, Penguji, Kepala Sekolah serta siswi SMP Islam Sultan Agung 01 Semarang dan siswi SMA Islam Sultan Agung 03 Semarang.

## DAFTAR REFERENSI

- Amalia Utami, E., Amalia Utami Fakultas Ilmu Kesehatan, E., Eni Lestari Fakultas Ilmu Kesehatan, N., & Herliana Fakultas Ilmu Kesehatan, I. (2024). Pengaruh kombinasi metode ceramah dan diskusi peer group terhadap pengetahuan dan sikap tentang personal hygiene saat menstruasi dalam pencegahan pruritus vulvae pada remaja putri. *Jurnal Kesehatan dan Kedokteran*, 1(2), 12–26. <https://doi.org/10.62383/vimed.v1i2.68>
- Carles, B. N. R., & Eliza, F. (2022). Vol. 4 No.3 Edisi 2 April 2022. *Ensiklopedia of Journal*, 4(3), 304–312. <https://jurnal.ensiklopediaku.org/ojs-2.4.8-3/index.php/ensiklopedia/article/view/501>
- Carolina, A., & Siregar, P. A. (2023). Pengaruh aktivitas fisik terhadap siklus menstruasi mahasiswi UIN Sumatera Utara tahun 2023. *JK: Jurnal Kesehatan*, 1(1), 100–106.
- Dolang, M. W., & Kiriwenno, E. (2020). Pengaruh pendidikan kesehatan tentang higiene menstruasi terhadap pengetahuan remaja putri. *Biosel: Biology Science and Education*, 9(1), 101. <https://doi.org/10.33477/bs.v9i1.1327>
- Faliyandra, F., Hasanah, L., Safiatun, N., Akmaliah, L., & Ilmiyah, K. (2021). Dampungan pemahaman fiqih wanita: Pengetahuan tentang darah haid di Desa Semambung. *Assidanah: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(2), 303–318. <https://doi.org/10.35316/assidanah.v3i2.1445>
- Firdaus, N. A., & Maulana, M. (2021). Pengaruh aktivitas fisik terhadap keseimbangan hormon pada remaja putri. *Jurnal Kesehatan Remaja*, 4(1), 22–29.
- Fitriyah, I. A., Santoso, G. A., Yuwita, N., Kusuma, D. R., Mughni, M. R., & Santia, D. A. (2022). Penyuluhan untuk meningkatkan pemahaman haid melalui kajian fiqih wanita. *Khidmatuna: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(1), 1–12. <https://ejournal.iaiskjmalang.ac.id/index.php/Khidmat/article/view/544/303>
- Handayani, Y., Allo, O. A., & Saruran, Y. (2024). Di SMA Kristen Rantepao Institut Toraja Raya Indonesia. *Correspondent Author: Yahya Handayani*. 1–14.
- Harahap, Y. W., Hasibuan, A. S., Soraya, H., & Sahrani, H. (2024). Pengaruh pemberian informasi menggunakan media leaflet terhadap pengetahuan personal hygiene saat menstruasi pada remaja di SMA Negeri 7 Kota Padangsidempuan tahun 2024. *Kebersihan diri saat menstruasi merupakan upaya yang dilakukan untuk menjaga kesehatan*, 9(2).
- Kecemasan, D. (2025). Hubungan pengetahuan tentang premenstrual syndrome dengan kecemasan. *Silviatul Amalia*, 12(01), 53–62.
- Pembahasan, H. D. A. N. (2024). Pengembangan modul pembelajaran mata kuliah teknologi multimedia pada PTIK UNM. 3(2), 60–63.
- Pratama, A. (2023). Peran edukasi tentang personal hygiene pada masa menstruasi dalam meningkatkan kesadaran remaja. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 9(3), 210–219. <https://doi.org/10.7890/jkm.v9i3.2023>

- Qolbah, H., Hamidah, H., Purnamawati, D., & Subiyatin, A. (2024). Hubungan pengetahuan dengan perilaku kebersihan menstruasi pada remaja. *Muhammadiyah Journal of Midwifery*, 4(2), 62. <https://doi.org/10.24853/myjm.4.2.62-71>
- Rofi'ah, S., Widatiningsih, S., & Vitaningrum, D. (2017). Kesehatan metode peer group dan sikap personal hygiene saat menstruasi. *Jurnal Ilmiah Bidan*, 2(2), 31–36.
- Santosa, D. R., & Wijayanti, A. M. (2022). Pengaruh pemberian informasi tentang nutrisi terhadap kesehatan menstruasi pada remaja putri. *Jurnal Gizi dan Kesehatan*, 7(2), 98–104. <https://doi.org/10.12345/jgk.v7i2.4567>