

## **BAB II**

### **LANDASAN TEORITIS**

#### **2.1 PersonalHygiene**

##### **2.1.1 Defenisi Personal Hygiene**

Personal hygiene merupakan perawatan diri atau kebersihan diri yang dilakukan oleh diri sendiri untuk mempertahankan kesehatan baik fisik maupun psikologi. Aktivitas perawatan diri dapat dilakukan di semua lingkungan seperti lingkungan rumah, sekolah, tempat kerja, dan masyarakat (Hairil Akbar, 2020). Personal hygiene saat menstruasi yang baik dapat membantu remaja terhindar dari kanker rahim, nyaman beraktivitas, lebih percaya diri, tidak dijauhi teman karena bau amis, serta tidak mempercayai mitos yang masih berkembang di masyarakat, karena sudah mengetahui dan memahami kebenarannya (Desy Susanti et al., 2024).

Menjaga kebersihan pribadi adalah langkah yang penting bagi seseorang untuk memelihara kesehatan diri, mencakup perawatan rambut, telinga, gigi, mulut, kuku, kulit, serta menjaga kebersihan pakaian guna meningkatkan kesehatan secara optimal. Kesehatan individu memiliki peran yang krusial dalam membentuk kesehatan fisik dan mental, baik secara personal maupun bagi masyarakat secara keseluruhan (Anastasia Suci Sukmawati et al., 2023). Salah satu aktivitas fisik utama adalah penggunaan tangan dalam berbagai kegiatan sehari-hari seperti makan, minum, membersihkan area vital setelah buang air, dan kegiatan lainnya. Proses mencuci tangan merupakan cara efektif untuk membersihkan kotoran dan mikroorganisme penyebab penyakit yang mungkin ada di telapak tangan, jari, dan

pergelangan tangan, dengan langkah-langkah yang benar menggunakan sabun dan air bersih (Widya Nurcahyaningtyas et al., 2024).

### **2.1.2 Tujuan Personal Hygiene**

Personal Hygiene pada umumnya mempunyai tujuan untuk memelihara kesehatan kebersihan diri serta meningkatkan kesehatan individu sehingga tidak menimbulkan penyakit (Isrofah, 2023).

Secara khusus tujuan personal hygiene adalah sebagai berikut (Riza Savita, 2023).

- a. Peningkatan status kesehatan individu
- b. Menjaga, Meningkatkan dan menerapkan kesehatan individu
- c. Mencegah penyakit akibat kuman, virus dan bakteri
- d. Meningkatkan rasa percaya diri individu dan penampilan yang sehat
- e. Meningkatkan kenyamanan dan merupakan teknik relaksasi untuk pencegahan infeksi dan mengurangi kelelahan
- f. Mencegah dan mengurangi gangguan peredaran darah
- g. Menjaga integritas jaringan

### **2.1.3 Dampak Personal Hygiene**

Dampak yang sering muncul akibat masalah kebersihan diri (Eliya Rohmah, 2023) meliputi :

#### **a. Dampak Fisik**

Kurangnya perawatan kebersihan pribadi dapat menyebabkan berbagai gangguan kesehatan. Perubahan pada integritas kulit, masalah pada membran mukosa mulut, infeksi pada mata dan telinga, dan masalah pada kuku adalah masalah fisik yang paling umum.

b. Dampak Psikososial

Gangguan pada kebutuhan akan kenyamanan, rasa cinta dan mencintai, harga diri, aktualisasi diri dan interaksi sosial adalah masalah sosial yang berkaitan dengan kebersihan pribadi.

#### 2.1.4 Faktor yang mempengaruhi personal hygiene

Faktor yang mempengaruhi personal hygiene meliputi (Lucia Ani Kristanti, 2019) :

a. Body image

Gambaran individu terhadap diri sangat mempengaruhi kebersihan diri misalnya karena adanya perubahan fisik sehingga individu tidak peduli terhadap kebersihannya.

b. Budaya dan nilai

Budaya dan nilai nilai yang dianut oleh seseorang juga dapat mempengaruhi personal hygiene mereka. Misalnya, beberapa budaya menekankan pentingnya mandi setiap hari, sementara budaya lain memiliki praktik yang berbeda terkait dengan kebersihan diri.

c. Status sosial ekonomi

Personal hygiene memerlukan alat dan bahan seperti sabun, pasta gigi, sikat gigi, sampo, alat mandi yang semuanya memerlukan uang untuk menyediakannya.

d. Pengetahuan

Pengetahuan personal hygiene sangat penting karena pengetahuan yang baik dapat meningkatkan kesehatan. misalnya pada pasien penderita penyakit Diabetes Melitus ia harus menjaga kebersihan kakinya.

e. Kebiasaan

Seseorang memiliki kebiasaan menggunakan produk tertentu untuk merawat diri, seperti sabun, sampo dan lain-lain.

f. Kondisi fisik

Dalam kondisi sakit tertentu, kemampuan untuk merawat diri menurun dan membutuhkan bantuan orang lain untuk melakukannya.

## 2.2 Menstruasi

### 2.2.1 Defenisi Menstruasi

Menstruasi adalah keluarnya darah dari rahim secara periodik yang terjadi akibat tidak ada pembuahan oleh sperma terhadap sel telur, sehingga lapisan dinding rahim (endometrium) yang sudah menebal untuk persiapan kehamilan menjadi luruh (Nabila Azzahra et al., 2020 ). Biasanya berlangsung selama 3-8 hari dengan siklus rata-rata 28 hari pada setiap bulannya. Selama darah yang keluar tidak melebihi 15 hari, darah tersebut dianggap sebagai darah haid. (Elsa Rahmawati, 2023).

World Health Organization berpendapat bahwa kesehatan reproduksi ialah keadaan fisik, mental sekaligus sosial yang utuh, tidak saja terlepas dari penyakit maupun kecacatan dalam setiap bagian yang berhubungan dengan sistem reproduksi, fungsi beserta prosesnya (Puspita Sari et al., 2022).

### 2.2.2 Siklus Menstruasi

a. Fase menstruasi terjadi bila ovum tidak dibuahi sperma

Akibatnya, korpus luteum akan berhenti memproduksi Estrogen dan Progesteron. Penurunan kadar Estrogen dan Progesteron menyebabkan ovum terlepas, yang pada gilirannya menyebabkan endometrium robek atau meluruh,

sehingga dindingnya menjadi tipis. Peluruhan pada Endometrium yang mengandung pembuluh darah menyebabkan terjadinya pendarahan pada fase menstruasi. Pendarahan ini biasanya berlangsung selama lima hari. Volume darah yang di keluarkan rata rata sekitar 50 ml (Nurhayati, 2022).

b. Fase Pra-ovulasi atau akhir siklus menstruasi

Hipotalamus mengeluarkan hormon gonadotropin. Yang merangsang hipofisis untuk menghasilkan FSH (hormon yang mendorong perkembangan folikel menjadi sel telur yang matang). FSH ini kemudian merangsang pembentukan folikel de Graaf yang mengandung ovum. Selama proses pertumbuhannya, folikel ini mendorong pembentukan kembali (proliferasi) sel-sel yang menyusun dinding dalam uterus atau endometrium (Nurchabibah, 2023).

c. Fase Ovulasi

Suatu rentang waktu dalam siklus menstruasi dimana Ovum yang telah matang dilepaskan oleh Ovarium (proses ovulasi) dan siap untuk dibuahi oleh sel sperma yang masuk kedalam tubuh wanita. Fase ini juga bisa disebut sebagai fase subur seorang wanita dimana akan terjadi kehamilan apabila ovum dibuahi oleh sel sperma (Gama Bagus Kuntoadi, 2022).

### 2.2.3 Faktor Penyebab Menstruasi

Durasi menstruasi yang normal berkisar antara 7-14 hari dengan siklus menstruasi yang biasanya 28-35 hari. Ada berbagai faktor yang dapat menyebabkan gangguan pada siklus menstruasi (Farhadiba et al., 2023).

d. Psikis (stres)

Stres dapat didefinisikan sebagai keadaan khawatir atau ketegangan mental yang disebabkan oleh situasi yang sulit. Stres adalah respons alami manusia yang mendorong kita untuk mengatasi tantangan dan ancaman dalam hidup kita. Setiap orang mengalami stres sampai taraf tertentu.

e. Gangguan Hormon

Gangguan hormon terjadi ketika ada ketidakseimbangan dalam produksi atau penggunaan hormon dalam tubuh. Hormon adalah senyawa kimia yang diproduksi oleh kelenjar Endokrin dan bertanggung jawab untuk mengatur berbagai fungsi tubuh, mulai dari metabolisme dan pertumbuhan hingga mood dan reproduksi. Gangguan hormon bisa disebabkan oleh berbagai faktor, termasuk faktor genetik, lingkungan, gaya hidup, dan kondisi medis tertentu (Resty Jayanti, 2022).

f. Kehamilan

Menurut Kementerian Kesehatan (2023) kehamilan adalah kondisi seorang wanita memiliki janin yang berkembang di dalam rahimnya. Proses kehamilan dimulai ketika sel telur yang telah dibuahi oleh sperma menempel di dinding rahim dan berakhir dengan kelahiran bayi.

g. Berat badan yang turun atau naik drastis

Peningkatan berat badan yang drastis biasanya tidak disebabkan oleh hormon menstruasi itu sendiri. Faktor-faktor lain seperti perubahan pola makan, aktivitas fisik, dan kondisi kesehatan tertentu juga bisa berperan dalam perubahan berat badan. Selain itu, penting untuk diingat bahwa setiap individu

dapat merespons hormon menstruasi dengan cara yang berbeda. Tidak semua perempuan akan mengalami perubahan berat badan selama menstruasi (Isrowiyatun Daiyah, 2021).

#### h. Polycystic ovary syndrome (PCOSS)

PCOS atau Polycystic ovarian syndrome merupakan gangguan hormon pada wanita yang ditandai dengan adanya gangguan menstruasi dan kadar androgen berlebihan. Gangguan ini dapat menyebabkan penderitanya rentan terkena diabetes dan hipertensi. Gangguan ini disebabkan oleh faktor genetik dan kelebihan hormon insulin sehingga terjadi peningkatan produksi hormon androgen serta berkurangnya sensitivitas tubuh terhadap hormon insulin (Fidunya maharani putri, 2023).

### 2.2.4 Dampak Menstruasi

Dampak dari gangguan menstruasi yang tidak teratur, nyeri haid, gangguan dalam jumlah pendarahan, dan PMS (Premenstrual Syndrome). Hal ini dapat menjadi serius jika tidak segera ditangani. Haid yang tidak teratur dapat menjadi pertanda bahwa siklus yang di lalukannya tidak berovulasi (anovulatoir) sehingga wanita cenderung sulit memiliki keturunan (infertile) (Isni, Erniawati, 2023).

Sedangkan dampak dari jumlah perdarahan yang terlalu banyak dan terjadi dalam waktu yang lama dapat menyebabkan seorang wanita mengalami anemia (kurang darah). Semakin stress seorang wanita, menyebabkan semakin tinggi kadar kortisol dalam darah dan semakin mempengaruhi pola menstruasi pada diri wanita tersebut. Dampak emosional dari PMS (Pre Menstrual Syndrome) yang tidak tertanggulangi dapat menyebabkan emosi

yang seakan tidak terkontrol, perasaan cemas atau gelisah, lekas marah, mudah panik, dan pada akhirnya menangis. Sedangkan dampak PMS dari segi fisik berhubungan dengan kondisi kesehatan di seputar kepala, penat yang biasanya memunculkan sikap malas dalam bekerja atau melakukan rutinitas (suparji, 2019 ).

### **2.3 Faktor faktor yang berhubungan dengan Perilaku Personal Hygiene selama Mentsruasi**

Faktor perilaku (behaviour causer) dan faktor eksternal perilaku (non-behaviour causer) adalah dua komponen yang mempengaruhi tingkat kesehatan seseorang, Seperti yang disampaikan oleh Lawrence Green (1980) Tiga komponen mempengaruhi atau membentuk perilaku tersebut :

- a. Faktor-faktor predisposisi (predisposisi factors) : termasuk hal-hal seperti pengetahuan, sikap, kepercayaan, dan prinsip.
- b. Faktor-faktor pendukung (enabling factors) : Lingkungan fisik dan ketersediaan atau ketidaktersediaan fasilitas kesehatan dan sarana.
- c. Faktor-faktor pendorong (reinforcing factors) termasuk pendapat dan perilaku petugas kesehatan atau tenaga lain, serta kelompok referensi yang mempengaruhi persepsi.

#### **1. Pengetahuan**

berasal dari etimologi dari istilah bahasa Inggris knowledge. Keyakinan sejati yang dibenarkan adalah definisi pengetahuan menurut Ensiklopedia filsafat. Menurut kamus filsafat, sains adalah proses kehidupan yang dapat langsung dipahami orang dari kesadaran mereka sendiri (Nunuk Indarti, 2020).



Memahami tentang kebersihan pribadi sangat penting karena dapat mengarah pada kesehatan lebih baik. Orang-orang yang memiliki kesadaran tentang pentingnya kesehatan reproduksi dapat menyebabkan wanita tidak benar selama menstruasi mereka,

sementara remaja yang tidak memiliki kebersihan dasar mungkin mengalami masalah dengan sistem reproduksi mereka. Remaja yang cukup memiliki kebersihan dasar akan selalu menjaga kebersihannya untuk mencegah infeksi (Dwi Susanti, Afi Lutfiyati, 2020). Permasalahan kesehatan yang akan timbul seperti pengeluaran cairan vagina flour albus, iritasi, timbulnya masalah infeksi pada saluran kemih, bau yang tidak menyenangkan dan infeksi pada daerah vagina (vaginitis). Vaginitis terjadi ketika vagina telah terganggu oleh danya mikroorganismenya patogen berkembang biak (berproliferasi). Iritasi perineal nonspesifik (vulvovaginitis) pada remaja umumnya disebabkan karena perineal hygiene yang tidak kuat (Mukarramah, 2020).

## 2. Faktor Sikap

Sikap dalam kenyataannya mencerminkan kesesuaian respons, dan dapat diukur baik secara langsung maupun tidak langsung. Pengukuran langsung dilakukan dengan meminta pernyataan atau pendapat responden tentang suatu hal. Pengukuran tidak dilakukan dengan mengajukan pertanyaan hipotesis, yang kemudian disampaikan dalam pernyataan responden. Sikap, seperti pengetahuan, melibatkan berbagai tindakan seperti (Casman et al., 2022) :

- a. Menerima (receiving), menunjukkan bahwa subjek ingin amati stimulus yang diberikan suatu objek..
- b. Beraksi (reacting), berarti Menanggapi semua pertanyaan dan selesaikan

pekerjaan yang diberikan.

- c. Penilaian (Assessing), bermaksud mendorong yang lain agar berpartisipasi dalam pekerjaan atau percakapan masalah.
- d. Bertanggung jawab (responsibility) berarti tanggung jawab atas segala keputusan yang dibuat dan semua risiko yang terkait dengannya..

### 3. Faktor Dukungan

Dukungan sosial umumnya berupa gambaran mengenai peran atau pengaruh yang ditimbulkan oleh orang lain yang berarti atau orang terdekat seperti keluarga, teman, saudara dan rekan kerja (May Dwi Yuri Santoso, 2021).

#### a. Orang tua

Orang tua sebagai orang yang mempunyai hubungan terdekat menjadi sumber informasi bagi masalah kesehatan reproduksi anak remaja. Saluran komunikasi yang baik antara orang tua dan anak akan menciptakan saling memahami terhadap masalah umum, khususnya mengenai problematika remaja sehingga akan berpengaruh terhadap sikap maupun perilaku yang akan diberi anak sesuai dengan nilai nilai yang ditanamkan orang tua (Joice Mermey Laoh, 2023).

#### b. Teman

Teman sebaya dapat menjadi sumber faktor pendukung yang kuat dalam kehidupan sehari-hari. Jika teman teman memiliki standar personal hygiene yang rendah atau kurang peduli terhadap kebersihan, individu tersebut mungkin merasa lebih sedikit dorongan untuk menjaga kesebersihan dirinya (Adhetya Uberty, 2022).

c. Guru/Ustadzah

Sebagai pendidik dan pembina, termasuk pembimbing untuk konseling, guru sangat penting dalam mendorong, menangani, dan membimbing siswa. Mereka membantu membangun dan menyelesaikan masalah sosial dan pribadi, seperti kebersihan menstruasi (Wardani et al., 2019).

4. Faktor Fasilitas Sekolah

Fasilitas adalah komponen pendukung kebersihan yang mencakup kecukupan air, kebersihan atau WASH (Water, Sanitstiom and Hygiene) ketiga bidang utama UNICEF ini saling berhubungan (Dea Amanda, 2019).

Menurut Dirjen Dikdasmen Kemenikbud (2017) mengelola kebersihan menstruasi remaja putri termasuk menyediakan lingkungan yang nyaman dan aman untuk mendorong mereka selama menstruasi melalui cara-cara tertentu:

- a. Penyediaan informasi mengenai kebersihan saat haid, mengganti pembalut 3-4 jam .
- b. Penyediaan gantungan untuk pakaian, wadah tertutup, cermin, sabun, dan air mengalir dit toilet khusus wanita
- c. Penyediaan pembalut cadangan diruang unit kesehatan sekolah.

Penggunaan fasilitas sekolah, terutama yang berhubungan dengan kebersihan, sangat penting untuk mendorong remaja putri untuk menjaga kebersihan menstruasi sendiri.

- d. Penyediaan informasi mengenai kebersihan saat haid, mengganti pembalut 3-4 jam .
- e. Penyediaan gantungan untuk pakaian, wadah tertutup, cermin, sabun, dan air mengalir dit toilet khusus wanita.
- f. Penyediaan pembalut cadangan diruang unit kesehatan sekolah.

Penggunaan fasilitas sekolah, terutama yang berhubungan dengan kebersihan, sangat penting untuk mendorong remaja putri untuk menjaga kebersihan menstruasi sendiri.

#### 5. Faktor Sosial Budaya /Kepercayaan

Beberapa wilayah di Indonesia terdapat budaya tertentu sehubungan dengan datangnya haid pertama kali pada remaja putri salah satunya tidak diperbolehkan melakukan keramas pada saat haid dikarenakan akan menimbulkan anemia. Mitos tersebut tidak benar karena wanita yang mengalami menstruasi wajib menjaga kebersihan dirinya (Casman et al., 2022).

Beredar kabar di tengah masyarakat. bahwa wanita yang sedang haid dilarang memotong rambut dan kuku. Kalau sampai ada rambut dan kuku yang terlanjur terpotong, harus dikumpulkan dan disimpan, untuk nantinya setelah suci dari haid, rambut dan kuku itu ikut dimandikan juga sebagaimana orangnya yang mandi janabah. Yang wajib adalah mandi janabah dengan meratakan air ke seluruh anggota badan, sesuai masa haid. Adapun rambut dan kuku yang sudah rontok sebelumnya tidak wajib dicuci, karena sudah bukan bagian dari badan kita melakukan mandi besar (Ahmad Sarwat, 2019).

Mitos-mitos seputar menstruasi yang sudah menyebar luas kepada kalangan masyarakat terutama remaja putri saat pertama kali mengalami menstruasi, salah satunya mitos tidak boleh buang pembalut sebelum dicuci saat sedang menstruasi, jika pembalut dibuang begitu saja dan tidak bersih mencucinya darah menstruasi nanti dijilat setan dan akan ada makhluk halus yang mengikuti (Adelia Inggar Dewati, 2014).

#### 2.4. Kajian Integrasi Keislaman tentang Personal hygiene Menstruasi

Islam menunjukkan perhatiannya yang besar terhadap kebersihan dan kesucian, baik secara fisik maupun spiritual. Fokusnya tidak hanya pada kebersihan yang terlihat secara kasat mata, tetapi juga yang tersembunyi. Kebersihan menjadi perhatian utama dalam ajaran Islam, seperti yang ditegaskan dalam Al-Qur'an Surah At-Taubah ayat 9:108 yang menyatakan bahwa Allah Swt mencintai perbuatan kebersihan.

فِيهِ رَجَالٌ يُحِبُّونَ أَنْ يَتَّطَهَّرُوا ۚ وَاللَّهُ يُحِبُّ الْمُطَهَّرِينَ

Terjemahnya: Allah menyukai mereka yang mensucikan diri (Kemenag 2019).

Kementrian agama menafsirkan ayat QS. At-Taubah/9:108 dengan mengatakan bahwa Allah menyukai mereka yang menjaga kebersihan fisik dan mental. Mereka percaya bahwa kesucian lahir dan batin adalah kunci kesempurnaan manusia. Oleh karena itu mereka sangat membenci segala bentuk kekotoran baik yang fisik (kotoran di tubuh, pakaian, dan tempat) maupun batin. Salah satu sifat yang paling sempurna adalah kasih sayang Allah terhadap makhluknya yang selalu membersihkan dan mensucikan diri. Allah menyukai kebaikan, kesempurnaan, keseucian dan kebenaran, tetapi ia tidak menyukai sifat sifat yang bertentangan dengan ini (Kemenag, 2019).

## Hadits Menjaga Kebersihan

إِنَّ اللَّهَ طَيِّبٌ يُحِبُّ الطَّيِّبَ , نَظِيفٌ يُحِبُّ النَّظَافَةَ , كَرِيمٌ يُحِبُّ الْكَرَمَ ,  
جَوَادٌ يُحِبُّ الْجُودَ , فَانظِفُوا أَنْفُسَكُمْ

Artinya: “Bersihkanlah lingkungan anda karena Allah Ta’ala itu baik dan menyukai kebaikan, berish dan menyukai kebersihan, mulai dan menyukai kemuliaan dan bagus menyukai kebagusan (HR. Tirmidzi)

النَّظَافَةُ مِنَ الْإِيمَانِ • (رواه احمد)

Artinya: “Kebersihan itu sebagian dari iman.” (HR. Ahmad)

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa Allah SWT sangat mencintai hambanya yang menjaga kebersihan dan islam sangat mengutamakan perilaku bersih untuk kesehatan dan kebaikan manusia. Oleh karena itu, kebersihan adalah salah satu cara untuk dijamin mendapatkan tempat disurga Allah SWT.

Perlindungan kebersihan pribadi yang baik diperlukan selama menstruasi untuk menghindari infeksi. Untuk menjaga lingkungan dan kesehatan, pembalut harus diganti secara teratur setiap 3-4 jam, selama hari-hari awal menstruasi. Pembalut bekas tidak boleh dibuang ke dalam toilet, sebaiknya dicuci sampai bersih saat membuangnya dan buang ke tempat pembuangan khusus yang telah ditentukan (Harzif et al., 2018).

## 2.5 Tinjauan Keislaman tentang Menstruasi

Pengertian haid dalam agama islam adalah proses keluarnya cairan darah dari Rahim wanita yang sudah baligh dan dalam kondisi normal. Umumnya wanita mulai haid pada usia 9 tahun, hal ini terjadi terus menerus setiap bulan dan akan berhenti dengan sendirinya seiring usia yang bertambah atau menua. Umumnya wanita haid selama 6-7 hari dan standar maksimum 15 hari (Annisa Nur Rahma, 2021).

Mengkaji tentang menstruasi Al-Quran surah Al-Baqarah/2:222 juga menyatakan bahwa Islam memandang kebersihan dari dua aspek., fisik dan hati yang dipengaruhi oleh najis dan dosa. Dengan menjaga dan berusaha untuk selalu bersih, kita akan dicintai oleh Allah SWT. Darah ini harus dibersihkan secara menyeluruh hingga tidak ada bekas atau bau, karena darah yang tidak dibersihkan dapat mengandung bakteri yang berpotensi menimbulkan penyakit (Prabowo et al., 2015).

Menjaga kebersihan sangat penting, maka terbitlah QS. Al-Baqarah/ 2: 222

Terjemahan : Mereka bertanya kepadamu (Muhammad) tentang haid.

Mungkin sesuatu yang tidak bersih. Oleh karena itu selama masa haid jauhi istrimu dan jangan dekat dengan mereka sampai mereka bersih. Kemudian dekatilah mereka menurut petunjuk yang diberikan kepadamu oleh Allah.

Sesungguhnya Allah menyukai mereka yang bertaubat dan menjaga diri (Kemenag, 2019).

Penjelasan Kementerian Agama mengenai QS. Al-Baqarah/2:222.

menjelaskan bahwa ayat ini memberikan petunjuk tentang aturan dalam hubungan suami-istri. Setelah melihat bahwa pria yahudi menjauhi

pasangan mereka saat haid dan tidak mau berdekatan saat makan ketika mereka sedang haid, para sahabat bertanya kepada Nabi Muhammad tentang haid. Ayat ini kemudian turun untuk menjelaskan tindakan suami saat istrinya haid.

Wahai Rasulullah, sampaikanlah bahwa haid adalah darah yang keluar dari rahim wanita, yang dianggap kotor dan dapat menyebabkan ketidaknyamanan serta rasa sakit pada wanita karena bau yang tidak sedap dan tidak menyenangkan. Oleh karena itu, jangan berhubungan intim sebelum mereka selesai menstruasi.

Jika anda ingin berhubungan dengan mereka, dekatilah mereka seperti apa yang Allah perintahkan kepada anda. Jika mereka telah mandi dan telah bersih dari haid. Sesungguhnya Allah mencintai mereka yang bertaubat dari dosa dan membersihkan diri mereka dari dosa fisik dengan mandi dan wudu (Kemenag, 2019).

Hadis dalam sahih AL-Bukhari, nomor 285 diatas yang membahas tentang permulaan haid atau menstruasi, disabdakan oleh Nabi Muhammad Saw saat peristiwa Haji Wada'. Yaitu ketika Nabi Muhammad saw mendengar 'A'isyah mengungkapkan bahwa dia mengalami pendarahan dari alat reproduksinya, kemudian Nabi menyampaikan hadis tersebut. (Al-Ghamidi, 2012: 252). AlHakim dan Ibn al- Munzir melalui jalur periwayatan yang sahih dari Ibn Abbas menyebutkan bahwa permulaan haid terjadi pada Hawa setelah dikeluarkan dari surge ('Asqalani, 2002: 492). Dengan begitu, haid bukan sebuah kutukan maupun dosa turunan yang dilakukan Hawa sebagaimana mitos mitos yang berkembang dalam



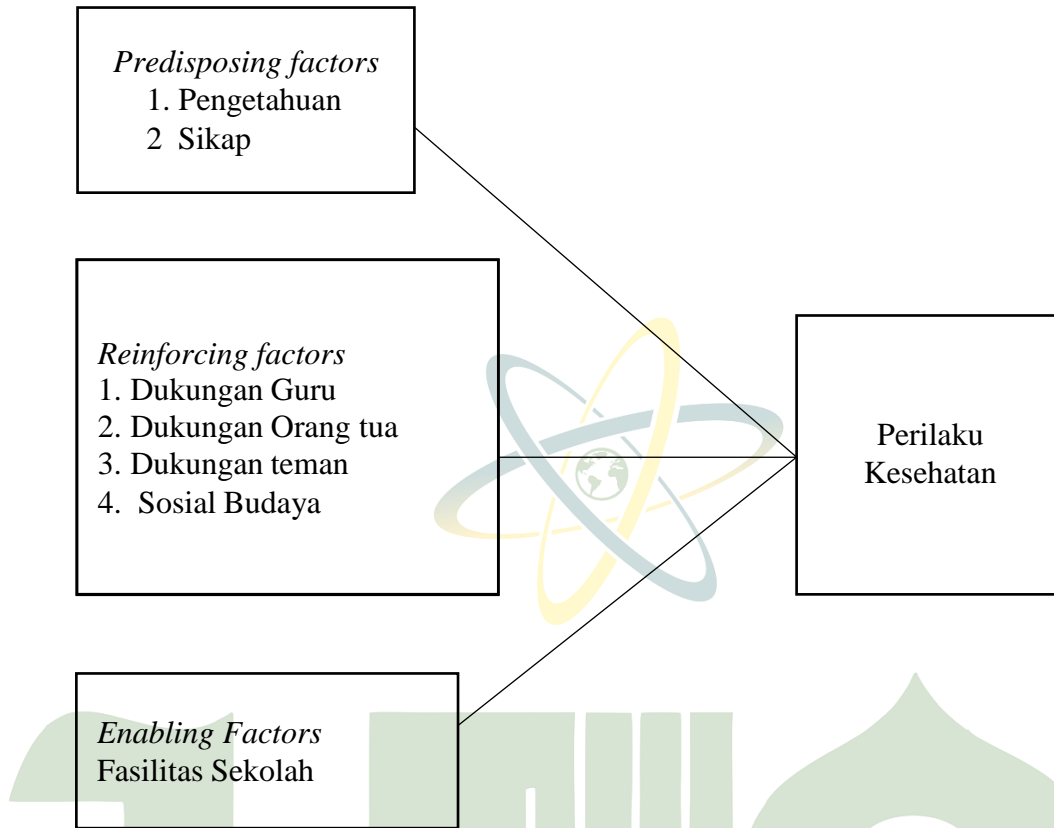
pemahaman religius maupun pemahaman budaya.

Dari hadis ini dapat diketahui bahwa Rasulullah tidak menjadikan menstruasi perempuan itu sebagai alat justifikasi dan diskriminasi terhadap perempuan. Beliau tidak menganggap bahwa perempuan yang sedang menstruasi itu harus diisolasi sebagaimana tradisi agama yang lainnya. Beliau justru menganggap bahwa itu merupakan kejadian alamiah/natural yang bersifat biologis. Karena menstruasi sudah menjadi qadrat biologis yang diberikan Allah kepadaperempuan.

Berdasarkan hadis ini menunjukkan bahwa haid tidak menghalangi semua ibadah. Bahkan, ibadah-ibadah fisik seperti zikir dan sebagainya dianggap sah meski seseorang dalam keadaan haid, kecuali ada nas} yang melarangnya. Seperti dalam manasik haji termasuk ibadah yang tidak terhalang sebab haid (menstruasi), kecuali tawaf ('Asqalani, 2002: 513-514). Apabila ditinjau kembali, agama melarang perempuan melakukan ibadah-ibadah tertentu terkait tentang kondisi perempuan. Ibadah-ibadah yang dilarang agama adalah ibadah yang membutuhkan tenaga dan menguras energi dalam melakukannya. Padahal, saat menstruasi energi perempuan terkuras berbarengan dengan keluarnya darah.

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
SUMATERA UTARA MEDAN

**a. Kerangka Teori**

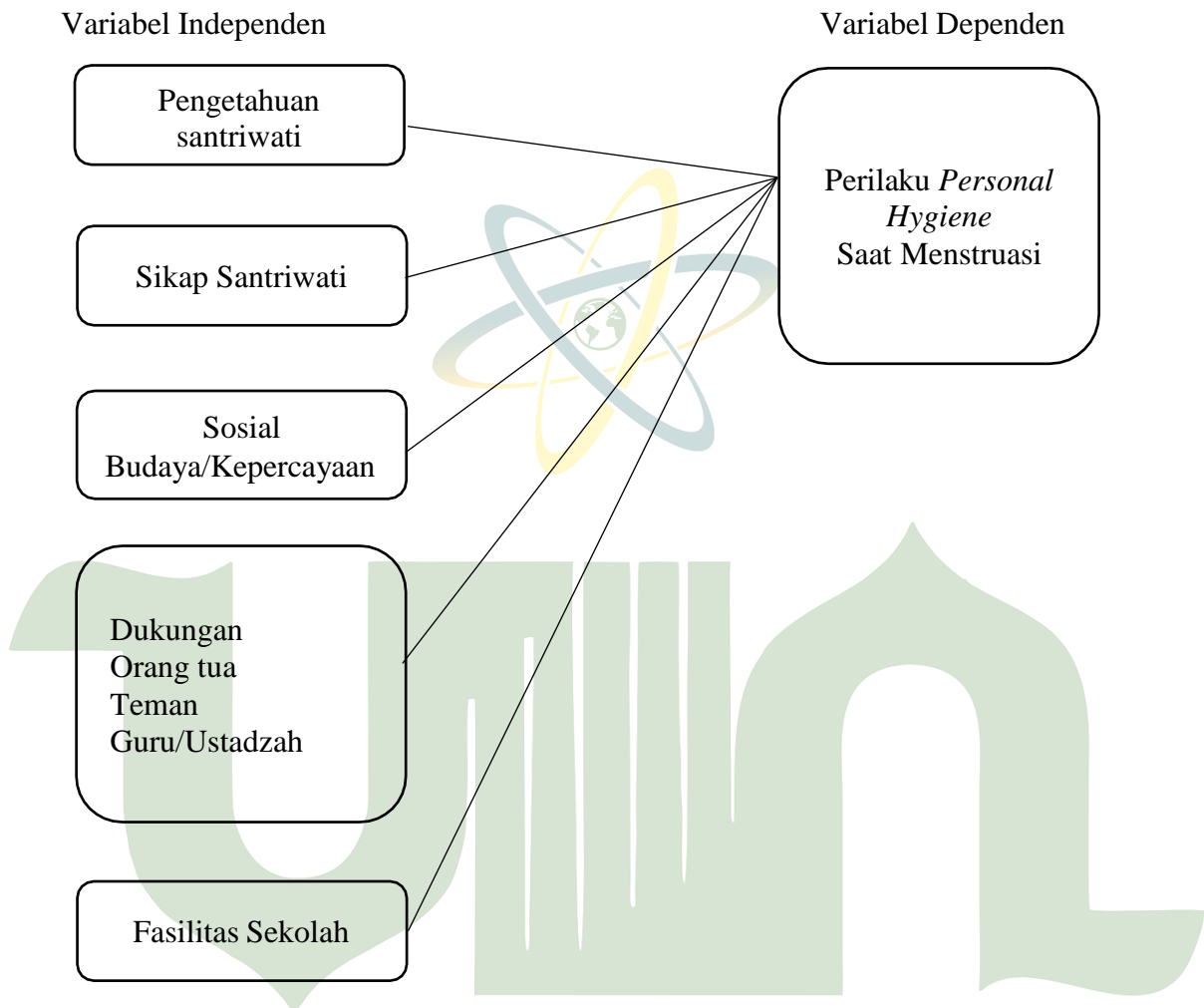


**Gambar 2. 1** Kerangka Teori (Lawrence W Green, 1980)

#### d. Kerangka Konsep

Hubungan antara variabel yang diteliti digambarkan dalam kerangka

konsep penelitian ini :



**Gambar 2.2 Kerangka Konsep**

Berdasarkan dari variabel independen diatas bahwa peneliti memfokuskan untuk melakukan penelitian terhadap pengetahuan, sikap, sosial budaya, dukungan, fasilitas sekolah dan personal hygiene santriwati saat menstruasi.

## 2.6 Hipotesis Penelitian

1. Ada hubungan antara faktor pengetahuan dengan perilaku personal hygiene selama menstruasi pada Santriwati di Pondok Pesantren Ar Raudhatul Hasanah Medan
2. Ada hubungan antara faktor sikap dengan perilaku personal hygiene selama menstruasi pada Santriwati di Pondok Pesantren Ar Raudhatul Hasanah Medan
3. Ada hubungan antara faktor dukungan dengan perilaku personal hygiene selama menstruasi pada Santriwati di Pondok Pesantren Ar Raudhatul Hasanah Medan
4. Ada hubungan antara faktor sosial budaya/kepercayaan dengan perilaku personal hygiene selama menstruasi pada santriwati di Pondok Pesantren Ar Raudhatul Hasanah Medan
5. Ada hubungan antara faktor fasilitas sekolah dengan perilaku personal hygiene selama menstruasi pada Santriwati di Pondok Pesantren Ar Raudhatul Hasanah Medan.

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
SUMATERA UTARA MEDAN