

## **HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN DAN PERILAKU REMAJA DENGAN PERSONAL HYGIENE SAAT MENSTRUASI**

**Firda Miftahul Ghofur<sup>1</sup>**

Program Studi D III Kebidanan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Rustida

**Rizky Dwiyanti Yunita<sup>2(CA)</sup>**

Email : rizkydwiyanti8@gmail.com

Program Studi D III Kebidanan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Rustida

**Sri Aningsih<sup>3</sup>**

Program Studi D III Kebidanan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Rustida

### **ABSTRAK**

Masa remaja ditandai dengan terjadinya menstruasi yang berarti organ reproduksinya telah matang. perilaku *hygiene* remaja saat menstruasi sangat penting dalam menjaga kebersihan dan kesehatan fisik maupun mental. Di Jawa Timur jumlah kasus Infeksi Saluran Reproduksi (ISR) pada remaja putri yang disebabkan oleh personal hygiene yang buruk saat menstruasi sebanyak 86,5%. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan tingkat pengetahuan dan perilaku remaja tentang *personal hygiene* saat menstruasi di SMK Muhammadiyah 4 Glenmore Banyuwangi. Metode penelitian yang digunakan adalah analitik *cross-sectional*, jumlah sampel sebanyak 62 responden yang dipilih melalui total sampling. Data dikumpulkan menggunakan lembar kuesioner dan dianalisis menggunakan analisis univariat dan bivariat. Penelitian ini menunjukkan 80,6% responden memiliki pengetahuan yang kurang baik tentang kebersihan saat menstruasi, 59,7% responden memiliki perilaku positif, 50% responden memiliki *personal hygiene* positif saat menstruasi. Hasil analisis penelitian ini menunjukkan tidak ada hubungan antara tingkat pengetahuan dengan *personal hygiene* saat menstruasi  $p=0,335$  dan ada hubungan antara perilaku remaja dengan *personal hygiene* saat menstruasi  $p<0,000$  di SMK Muhammadiyah 4 Glenmore Banyuwangi hal ini sebabkan karena perilaku personal hygiene sangat penting dilakukan karena jika tidak diterapkan dengan benar maka akan menimbulkan infeksi saluran reproduksi, infeksi jamur dan bakteri. Disarankan kepada pihak Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan acuan SMK Muhammadiyah 4 Glenmore Banyuwangi untuk dapat bekerja sama dengan lembaga kesehatan untuk memberi pendidikan kesehatan reproduksi atau PHBS untuk meningkatkan pengetahuan tentang kesehatan pada remaja.

**Kata Kunci** : Pengetahuan, Perilaku, *Personal hygiene* menstruasi, Remaja

## PENDAHULUAN

Kesehatan reproduksi berpengaruh pada kehidupan manusia dari sejak lahir sampai mati. Salah satu masalah kesehatan reproduksi yang menjadi perhatian utama ialah kesehatan reproduksi remaja. Masa remaja ditandai dengan terjadinya menstruasi yang berarti organ reproduksinya telah matang. Pada saat menstruasi perilaku hygiene sangatlah penting karena tujuannya untuk menjaga kebersihan dan kesehatan fisik maupun mental.

Berdasarkan data WHO (World Health Organization), pada usia 10 s.d 14 tahun remaja putri umumnya akan mempunyai permasalahan yang berkaitan reproduksinya. Data statistik Indonesia menunjukkan 43.3 juta jiwa remaja putri usia 10 s.d 14 tahun mempunyai perilaku yang sangat buruk terhadap *hygiene*. Menurut data statistik di Indonesia, 63 remaja mempunyai perilaku *hygiene* yang sangat buruk, seperti kurangnya menjaga kesehatan organ reproduksi saat menstruasi. Remaja yang memiliki perilaku kurang dalam merawat kewanitaannya berjumlah 30% hal ini diakibatkan karena lingkungan yang buruk serta kurang sehat sedangkan 70% akibat oleh penggunaan pembalut yang kurang tepat saat menstruasi (Riskesda, 2016 dalam Pandelaki, 2020).

Data di Jawa Timur menunjukkan 86,5% kasus Infeksi Saluran Reproduksi (ISR) pada remaja putri seperti servitis dan candidiasis ditemukan di Malang dan Surabaya. 77% Penyebab paling banyak ialah dikarenakan jamur candida albican yang berkembang biak di daerah kelembapan tinggi seperti saat

menstruasi. Jamur dapat tumbuh subur pada alat reproduksi yang memiliki tingkat keasaman yang tinggi, keasaman yang meningkat dapat terjadi saat alat reproduksi yang basah dan lembab (Ernawat, 2019).

Berdasarkan hasil penelitian Firdaus dan Erni (2017), tentang “Gambaran Pengetahuan Sikap Dan Perilaku *Personal Hygiene* Organ Genitalia Eksterna Siswi SMP Di Kabupaten Banyuwangi” bahwa dari 50 responden, 34 siswi memiliki pengetahuan yang baik (68%), responden yang memiliki sikap baik sebanyak 33 siswi (66%), dan responden yang memiliki perilaku yang baik sebanyak 35 siswi (70%). Hal ini menunjukkan tingkat pengetahuan, sikap dan perilaku responden terhadap *personal hygiene* tergolong baik.

Oleh karena itu, saat menstruasi perempuan harus menjaga kebersihan organ reproduksi terutama pada bagian vagina. Jika perilaku pemeliharaan kebersihan diri tidak dijaga akan timbul mikro organisme sehingga mengganggu fungsi dari organ reproduksi. Agar kebersihan dan kesehatan saat menstruasi tetap terjaga ganti pembalut setiap 3-4 jam sekali, jika lebih akan mengakibatkan kulit iritasi dan lecet (Unicef, 2015). Tindakan lainnya seperti mencuci area genitalia menggunakan air bersih lalu keringkan gunakan celana dengan bahan yang mudah menyerap keringat, minimal dua kali sehari ganti celana dalam sehingga terhindar dari area kewanitaan yang lembap berlebihan, sering ganti pembalut jika permukaan pembalut telah menumpuk gumpalan darah, serta mandi dua kali sehari (Pribakti, 2012).

## METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan *Desain Deskriptif Analitik* dengan pendekatan metode *cross sectional*, untuk mengetahui hubungan antara pengetahuan dan perilaku remaja putri terhadap personal hygiene pada saat menstruasi.

Populasi penelitian ini adalah seluruh siswi SMK Muhammadiyah 4 Glenmore Banyuwangi sejumlah 62 siswi. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan total populasi.

Dalam penelitian ini peneliti mendapatkan persetujuan dari guru dan menekankan etika terhadap penelitian dengan berupa informed consent atau lembar persetujuan subyek. Peneliti menjelaskan maksud dan tujuan penelitian yang dilakukan terhadap subyek, jika subyek menerima untuk di teliti maka mereka menandatangani lembar persetujuan tersebut dan sebaliknya jika menolak maka peneliti tidak akan memaksa dan tetap menghormati hal-haknya. Anonimity (tanpa nama), untuk menjaga kerahasiaan responden, confidentiality (kerahasiaan) dijamin oleh peneliti, hanya kelompok data tertentu saja yang akan disajikan atau di laporkan sebagai hasil penelitian.

Alat ukur yang dipergunakan dalam penelitian ini berupa kuesioner yang bertujuan untuk mengumpulkan data dengan memberikan/ menyebarkan daftar pertanyaan kepada responden untuk dijawabnya. Kuesioner yang digunakan oleh peneliti merupakan kuesioner yang telah melewati uji validitas dan uji reliabilitas supaya dapat dipergunakan dalam penelitian

ini. Hasil uji validitas peneliti menggunakan rumus korelasi bivariat person dengan alat bantu spss 20.0 item kuesioner dikatakan valid jika  $r\text{-hitung} > r\text{-tabel}$  pada nilai signifikansi 5%, sebaliknya jika  $r\text{-hitung} < r\text{-tabel}$  pada nilai signifikansi 5%. Sedangkan reliabilitas dilakukan pada pertanyaan yang telah valid dengan menggunakan uji cornbach alpha, uji signifikansi dilakukan pada taraf  $\alpha = 0,05$ , instrumen dikatakan reable jika nilai  $\alpha > r\text{ tabel}$  (0,444).

Jenis data yang dikumpulkan adalah data primer (karakteristik, pengetahuan, perilaku personal hygiene saat menstruasi) dan sekunder (profil sekolah dan jumlah siswi kelas 10 di SMK Muhammadiyah 4 Glenmore).

Analisis data menggunakan dan analisis univariat dan bivariat. Jumlah sampel dalam penelitian ini sejumlah 62 responden, karakteristik sampel penelitian digambarkan dengan Analisis univariat sedangkan analisis bivariat menggunakan analisis *chi square* dan diolah menggunakan SPSS, untuk melihat hubungan antara variabel independen dengan variabel dependen.

## HASIL

### 1. Karakteristik Usia remaja

Menurut hasil data karakteristik usia remaja, rata usia responden di SMK Muhammadiyah Glenmore menunjukkan bahwa usia remaja awal sebesar 6,5% (4 siswa), remaja tengah sebesar 91,9% (57 siswa), dan remaja akhir sebesar 1,6% (1 siswa). Sedangkan hasil data tingkat pengetahuan remaja tentang personal hygiene saat menstruasi pada remaja di SMK 4

Muhammadiyah Glenmore sebesar 80,6% (50 siswa) mempunyai tingkat pengetahuan kurang baik, sedangkan 19,4% (12 siswa) memiliki pengetahuan baik. Hasil data responden menunjukkan bahwa perilaku siswa tentang personal hygiene saat menstruasi pada remaja di SMK 4 Muhammadiyah Glenmore sebesar 40,3% (25 siswa) mempunyai perilaku negative terhadap personal hygiene saat mensturasi, sedangkan 59,7% (37 siswa) memiliki perilaku yang positif terhadap personal hygiene saat mensturasi.

## 2. Frekuensi *Personal Hygiene* Remaja tentang personal hygiene saat menstruasi

Menurut hasil data responden menunjukkan bahwa personal hygiene siswa saat menstruasi pada remaja di SMK 4 Muhammadiyah Glenmore sebesar 50% (31 siswa) mempunyai perilaku positif terhadap personal hygiene saat mensturasi, sedangkan 50% (31 siswa) memiliki perilaku yang negative terhadap personal hygiene saat mensturasi

## 3. Hubungan Pengetahuan dengan *Personal Hygiene* masa Menstruasi

Tabel 1 Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan *Personal Hygiene*

<i>Personal Hygiene</i>						
Pengetahuan	Neg	Pos	Total	$\rho$ Value	Nilai PR	95% CI
Kurang	27	23	50	0,335	1,620	0,699-3,753
Baik	4	8	12			
Total	31	31	62			

Sumber: Data Primer diolah dengan SPSS 25(2022)

Hasil pengumpulan data menunjukkan sebagian besar terdapat pada responden dengan tingkat pengetahuan kurang baik yaitu sebanyak 23 Responden (46) dibandingkan dengan responden berpengetahuan baik yaitu sebanyak 8 responden (66,7%). Hasil uji Chi-Square, nilai p value pada variabel tingkat pengetahuan sebesar 0,335 dengan PR sebesar 1,620, (95% CI= 0,699 - 3,753), Nilai p.>,  $\alpha$  (0,05), Yang artinya tidak ada hubungan antara tingkat pengetahuan dengan personal hygiene saat menstruasi.

## 4. Hubungan Perilaku Remaja dengan *Personal Hygiene* Saat Menstruasi

Tabel 2 Hubungan Perilaku Remaja Dengan *Personal Hygiene*

<i>Personal Hygiene</i>						
Perilaku	Neg	Pos	Total	$\rho$ Value	Nilai PR	95% CI
Neg	20	5	25	0,000	2,691	1,580-4,584
Pos	11	26	37			
Total	31	31	62			

Sumber: Data Primer diolah dengan SPSS 25(2022)

Hasil pengumpulan data menunjukkan lebih banyak terdapat pada responden yang berperilaku positif yaitu sebanyak 26 responden (70,3%) dibandingkan dengan responden yang berperilaku negatif yaitu sebanyak 5 responden (20%). Hasil uji *Chi-Square* nilai p value = 0,000 dengan PR sebesar 2,691 (95% CI=1,580-4,584), maka hasil yang didapatkan  $p < \alpha$  (0,05) sehingga menyatakan ada

hubungan antara perilaku remaja terhadap *personal hygiene* saat menstruasi.

## PEMBAHASAN

### 1. Karakteristik Usia

Hasil pengumpulan data menunjukkan karakteristik responden sebagian besar berusia antara 16–18 tahun yang masuk dalam kategori remaja tengah yaitu sebanyak 57 (91,9%) responden.

Menurut Ahyani & Dwi (2018), tahapan masa remaja meliputi remaja awal, remaja tengah, dan remaja akhir. Remaja awal adalah remaja yang berusia antara 12-15 tahun. Remaja tengah adalah remaja yang berusia antara 16-18 tahun. Remaja akhir adalah remaja yang berusia antara 19-21 tahun.

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan dengan Purwaningrum (2017), yang menyatakan sebagian besar karakteristik subyek dalam penelitian yaitu remaja tengah 52 (92,9%) responden.

Masa remaja merupakan masa periode perkembangan manusia dimana pada masa ini terjadi suatu perubahan baik secara psikologis, biologis dan social, perubahan terjadi di mulai saat remaja mengalami menstruasi. Sering kali remaja mengabaikan pentingnya berperilaku sehat terutama dalam menjaga organ kewanitaan agar terhindar dari berbagai penyakit yang sering di jumpai di organ kewanitaan.

### 2. Tingkat Pengetahuan

Hasil pengumpulan data menunjukkan responden berpengetahuan baik sebanyak 12 (19,4%), dan responden yang berpengetahuan kurang baik sebanyak 50 (80,6%).

Seseorang yang paham akan pengetahuan dapat menjelaskan dan menginterpretasikan secara benar mengenai suatu objek yang diketahui. Orang yang paham terhadap objek dan dapat menjelaskan, meramalkan, menyebutkan contoh, dan dapat menyimpulkan objek yang dipelajarinya (Wawan & Dewi, 2018). Kurangnya pengetahuan dan informasi tentang kesehatan menjadi salah satu penyebab kesehatan remaja dalam kategori buruk terutama dalam menjaga *hygiene* saat menstruasi sehingga mengakibatkan berbagai macam masalah yang berkaitan dengan organ reproduksi (Rohidah & Nurmaliza, 2019).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh azzarah (2020) bahwa siswa dengan pengetahuan yang rendah lebih banyak daripada yang memiliki pengetahuan yang tinggi.

Menurut tarigan dan hasan (2013) pengetahuan yang meningkat tidak selalu menyebabkan perubahan perilaku. Hal ini disebabkan karena perilaku dapat terbentuk dari factor-faktor lainnya.

### 3. Perilaku Remaja

Hasil pengumpulan data, menunjukkan responden berperilaku positif 59,7%, dan perilaku negatif sebanyak 40,3%, ini menunjukkan perilaku remaja

terhadap personal hygiene saat menstruasi di SMK Muhammadiyah 4 Glenmore Banyuwangi dalam kategori baik atau positif.

Perilaku remaja dipengaruhi oleh beberapa faktor yang dapat menghambat remaja dalam melakukan suatu tindakan atau perilaku, yaitu faktor predisposisi, faktor pendukung, dan faktor penguat. Perilaku seseorang atau remaja tentang kesehatan ditentukan oleh pengetahuan, sikap, kepercayaan, tradisi dan nilai-nilai dari orang yang bersangkutan. Selain itu ketersediaan fasilitas dan perilaku petugas kesehatan terhadap kesehatan akan mendukung dan memperkuat terbentuknya suatu perilaku (Notoatmodjo, 2018).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Dwi Susanti dan Afi Lutfiyati (2020) bahwa perilaku personal hygiene di dominasi oleh perilaku yang positif, hal ini disebabkan karena responden mendapatkan dukungan dari orang-orang sekitar.

#### 4. Personal Hygiene

Hasil pengumpulan data menunjukkan responden *personal hygienenya* positif sebanyak 31 (50%), dan *personal hygienenya* negatif sebanyak 31 (50%). Hal ini menunjukkan *personal hygiene* saat menstruasi di SMK Muhammadiyah 4 Glenmore Banyuwangi dalam kategori baik atau positif.

Faktor yang dapat menunjang dan menghambat *personal hygiene*

antara lain *body image* yang merupakan gambaran seseorang terhadap dirinya yang mempengaruhi kebersihan dirinya. Status ekonomi yaitu memerlukan alat dan bahan untuk mendukung *personal hygiene* seperti sabun, shampo, sikat gigi, pasta gigi, dan peralatan mandi lainnya yang memerlukan biaya untuk mendapatkannya sehingga dapat mendukung untuk melakukan kebersihan (Putri & Ajeng, 2016). Kebiasaan atau perilaku hygiene yang merupakan seseorang memiliki keinginan dan pilihan tentang kapan harus mandi, bercukur, atau melakukan perawatan pada dirinya (Yuni, 2015). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rohidah & Nurmaliza (2019) di SMA Negeri 3 Pekanbaru yang menunjukkan sebagian besar responden berperilaku positif yaitu sebanyak 81 (67,5%) daripada responden yang berperilaku negatif 39 (32,5%) responden. Begitupun dengan penelitian yang dilakukan oleh Karmila & Wiwik (2020) menunjukkan bahwa sebagian besar siswi memiliki personal hygiene yang baik yaitu sebanyak 51 (60%) responden daripada responden yang kurang baik yaitu sebanyak 34 (40%) responden.

#### 5. Hubungan Pengetahuan dengan Personal Hygiene

Hasil pengumpulan data menunjukkan sebagian besar terdapat pada responden dengan tingkat pengetahuan kurang baik yaitu sebanyak 23 responden (46%) dibandingkan dengan responden berpengetahuan baik yaitu

sebanyak 8 responden (66,7%). Hasil uji Chi-Square, nilai p value pada variabel tingkat pengetahuan sebesar 0,335 dengan PR sebesar 1,620 (95 % CI = 0,699-3,753). Nilai  $p > \alpha$  (0,05), yang artinya tidak ada hubungan antara tingkat pengetahuan dengan personal hygiene saat menstruasi di SMK Muhammadiyah 4 Glenmore Banyuwangi. Pengetahuan yang diberikan pada remaja mempunyai tujuan untuk menambah wawasan atau informasi. Jika remaja pengetahuannya rendah terhadap *personal hygiene* terutama pada saat menstruasi berarti remaja tersebut kurang mendapatkan informasi yang berkaitan dengan personal hygiene (Pythagoras, 2017).

Peneliti memiliki asumsi bahwa semakin tinggi tingkat pengetahuan tentang personal hygiene saat menstruasi maka semakin tinggi juga seseorang untuk menerapkan personal hygienenya saat menstruasi dan begitu sebaliknya. Namun asumsi tersebut tidak sesuai dengan hasil penelitian ini. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rohidah & Nurmaliza (2019) di SMA Negeri 3 Pekanbaru dengan nilai p value 0,246 ( $p > 0,05$ ) yang artinya tidak terdapat hubungan antara pengetahuan dengan personal hygiene remaja putri saat menstruasi. Begitupun hasil penelitian yang dilakukan oleh Husni (2018) yang menunjukkan tidak terdapat hubungan antara pengetahuan dengan personal hygiene saat menstruasi dimana nilai p value 0,794 ( $p > 0,05$ ).

## 6. Hubungan Perilaku Remaja dengan Personal Hygiene

Hasil pengumpulan data menunjukkan lebih banyak terdapat pada responden yang berperilaku positif yaitu sebanyak 26 responden (70,3%) dibandingkan dengan responden yang berperilaku negatif yaitu sebanyak 5 responden (20%). Hasil uji *Chi-Square* nilai p value = 0,000 dengan PR sebesar 2,691 (95%CI=1,580-4,584), maka hasil yang didapatkan  $p < \alpha$  (0,05) sehingga menyatakan ada hubungan antara perilaku remaja terhadap *personal hygiene* saat menstruasi di SMK Muhammadiyah 4 Glenmore Banyuwangi.

*Hygiene* saat menstruasi merupakan hal penting dalam memegang status perilaku kesehatan seseorang, sehingga terhindar dari gangguan pada fungsi alat reproduksi. Pembuluh darah dalam rahim sangat mudah terinfeksi pada saat menstruasi. Oleh karena itu kebersihan alat reproduksi harus lebih dijaga agar tidak menimbulkan Infeksi Saluran Reproduksi (ISR) (Yuni, 2015). Seseorang yang berperilaku baik kemungkinan besar akan memberi pandangan kepada seseorang untuk berperilaku baik juga, sehingga dapat meminimalkan gangguan penyakit pada organ reproduksi (Novianti, 2016).

*Perilaku* Kesehatan mengenai perilaku personal hygiene sangat penting dilakukan karena jika tidak diterapkan dengan benar maka akan menimbulkan infeksi saluran reproduksi, infeksi jamur dan bakteri (wawan, 2019).

Hygiene pada saat menstruasi merupakan hal penting dalam menentukan Kesehatan organ reproduksi remaja putri. Perawatan yang baik merupakan faktor penentu dalam memelihara Kesehatan reproduksi karena pada saat menstruasi pembuluh darah dalam Rahim sangat mudah sekali terinfeksi (Aryani, 2010). Salah satu upaya untuk mengurangi gangguan pada saat menstruasi adalah dengan membiasakan diri dengan perilaku personal hygiene. Personal hygiene atau kebersihan perorangan adalah suatu Tindakan untuk memelihara kebersihan dan Kesehatan seseorang untuk kesejahteraan fisik dan psikis (laly dan sulisty, 2012)

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh dwi rahmatika (2010) berdasarkan hasil uji chi square didapatkan hasil bahwa ada pengaruh/ hubungan sikap tentang personal hygiene menstruasi terhadap perilaku personal hygiene remaja putri pada saat menstruasi dengan nilai  $p=0,021$ .

### KESIMPULAN

Kesimpulan dari penelitian ini menunjukkan bahwa Tidak ada hubungan antara tingkat pengetahuan terhadap *personal hygiene* saat menstruasi dan Ada hubungan perilaku remaja terhadap *personal hygiene* saat menstruasi. Diharapkan kepada pihak sekolah dapat bekerjasama dengan instansi Pendidikan Kesehatan atau puskesmas setempat agar siswa mendapatkan informasi dalam bentuk penyuluhan tentang *personal hygiene* saat menstruasi pada remaja putri.

### SARAN

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan informasi bagi siswi dalam meningkatkan pengetahuan dan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi serta menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari agar terhindar dari berbagai penyakit infeksi saluran reproduksi. Diharapkan lembaga pendidikan dapat bekerja sama dengan lembaga kesehatan seperti puskesmas untuk memberi pendidikan kesehatan reproduksi atau PHBS. Diharapkan peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian dengan menambahkan variabel yang lebih fokus sehingga penelitian tentang *personal hygiene* saat menstruasi akan lebih bervariasi.

### REFERENSI

- Ahyani, L., & Dwi, A. (2018). *Buku Ajar Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Kudus: Universitas Muria Kudus.
- Aryani, I. 2010, Aspek Biopsikosial hygiene menstruasi siswi SMP pondk pesantren, skripsi, fakultas Kesehatan masyarakat universitas Indonesia, Jakarta.
- Azzahra, N, & Mardhiati, R. (2020). *Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Siswi SMP PGRI Depok II Tengah Jawa Barat*. J Pendidik Kesehat. 2020;9(2):211-20.
- Delzaria, Nia. (2021). *Hubungan Pengetahuan Sikap Dan Sumber Informasi Dengan Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi Remaja Putri Di*

- Mts Pondok Pesantren  
Nurul Iman. Ilmu Kesehatan Masyarakat Fakultas Kedokteran Dan Ilmu Kesehatan Universitas Jambi.
- Durisah. (2016). *Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Dengan Perilaku Remaja Putri Tentang Kebersihan Organ Reproduksi Pada Saat Menstruasi Di SMP Pesantren Pancasila Kota Bengkulu*. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Dehasen Bengkulu.
- Ernawat., Andi, Asrina., & Suharni. (2019). *Pengaruh Metode Diskusi Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Tentang Kebersihan Diri*. Sinergitas Multidisiplin Ilmu Pengetahuan dan Teknologi, vol 2.
- Firdaus, Halimah., & Erni, Astutik. (2018). *Gambaran Pengetahuan Sikap dan Perilaku Personal Hygiene Organ Genitalia Eksterna Siswi Smp di Kabupaten Banyuwangi Tahun 2017*. Jurnal Unair, 2(1).
- Hidayat, Aziz. (2014). *Metode Penelitian Kebidanan dan Teknik Analisa Data*. Jakarta: Salemba Medika.
- Husni, H. (2018). *Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Dengan Tindakan Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Remaja Putri*. J Media Kesehat.2018;9(2):165-70.
- Irwan. (2017). *Etika dan Perilaku Kesehatan*. Yogyakarta: CV Absolute Media.
- Ninary, Fitra. (2018). *Hubungan Persepsi Pubertas Dengan Konsep Diri Pada Remaja Kelas X SMA Negeri 2 Palangkaraya*. Undergraduate thesis, Universitas Merdeka.
- Notoatmodjo, Soekidjo. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: PT Asdi Mahasatya.
- Novianti, dkk. (2016). *Hubungan Pengetahuan, Sikap, Dan Tindakan Dengan Personal Hygiene Menstruasi Pada Rmaja Putri Di Smp Negeri Satap Bukit Asri Kabupaten Buton Tahun 2016*. Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Halu Oleo.
- Pandelaki, Lingkan., Sefti, Rompas., & Hendro, Bidjuni. (2020). *Hubungan Personal Hygiene Saat Menstruasi Dengan Kejadian Pruritus Vulvae Pada Remaja Di Sma Negeri 7 Manado*. Jurnal Keperawatan, 8(1), 68-74.
- Permata, Desvi. (2019). *Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Dengan Perilaku Vulva Hygiene Saat Menstruasi Pada Remaja Puteri Di SMP N 01 Pulau Beringin Sumatera Selatan*. Universitas Nasional Fakultas Ilmu Kesehatan Program Studi Kebidanan Program Sarjana Terapan Jakarta.
- Pradipta, Ulfa., Triatmi, Andri., & Koekoeh, Hardjito. (2020). *Pengaruh Permainan Edukatif Terhadap Perilaku Remaja Putri Dalam Manajemen Kebersihan Menstruasi (MKM)*. Jurnal Pendidikan Kesehatan, 9(1), 21-33.
- Pribakti. (2012). *Tips dan Trik Merawat Organ Intim*. Jakarta: CV Sagung Seto.
- Purwaningrum, Anggita. (2017). *Gambaran Perilaku Personal*

- Hygiene Remaja Putri Kelas VIII dan IX Saat Menstruasi Di SMP N 1 Gamping Kabupaten Sleman*. Yogyakarta: Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Jendral Achmad Yani Puspitaningrum, Wanodya., dkk. (2017). *Pengaruh Media Booklet Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Terkait Kebersihan Dalam Menstruasi Di Pondok Pesantren Al-Ishlah Demak Triwulan Ii Tahun 2017*. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 5(4).
- Putri, Nicky, & Ajeng. (2016). *Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Terhadap Perilaku Personal Hygiene Menstruasi*. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*. Vol.5. No.1. Maret 2016.
- Pythagoras, Katarina. (2017). *Personal Hygiene Remaja Putri Ketika Menstruasi*. *Jurnal Promkes*. Vol. 5. No. 1 Juli 2017:12-24.
- Rohidah, Shofy, & Nurmaliza. (2018). *Hubungan Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Terhadap Personal Hygiene Saat Menstruasi di SMA Negeri 3 Pekanbaru*. *Jomis (Journal Midwifery Sci)*. 2019;3(1):32-5.
- Rosyida, Desta A. (2021). *Buku Ajar Kesehatan Reproduksi Remaja dan Wanita*. Yogyakarta: PT Pustaka Baru.
- Sari, R. P., & Agustin, K. (2018). *Hubungan Sikap Dengan Tindakan Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Siswi Kelas VIII Di SMP N 1 Masaran*. *Jurnal Ilmiah Maternal*, 2(3).
- Susanti, Dwi, & Afi, Lutfiyati. (2020). *Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Dengan Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi*. *Jurnal Kesehatan "Samodra Ilmu"*. Vol.11.02 Juli 2020.
- Trismon, Ignatius., Zulfan, Saam., & Elda, Nazriati. (2016). *Analisis Beberapa Faktor yang Berhubungan dengan Penggunaan Jamban Keluarga di Desa Ranah Singkuang Kabupaten Kampar*. *Jurnal Dinamika Lingkungan Indonesia*, 3(2), 122-125.
- Wawan, A., & Dewi, M. (2018). *Teori & Pengukuran Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Manusia*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Winerungan, Ester., Esther, Hutagaol., & Ferdinand, Wowiling. (2013). *Hubungan Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Dengan Kejadian Iritasi Vagina Saat Menstruasi Pada Remaja Di Smp Negeri 8 Manado*. *Jurnal Keperawatan*, 1(1).
- Yanti, Syafrina., Agrina., & Veny, Elita. (2014). *Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Menstruasi Terhadap Perilaku Higienis Pada Saat Menstruasi*. *JOM PSIK*, 1(2).
- Yuni, Natalia E. (2015). *Buku Saku Personal Hygiene*. Yogyakarta: Nuha Medika.