

## FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN PERSONAL HYGIENE SAAT MENSTRUASI PADA REMAJA DI SMP PG BUNGA MAYANG LAMPUNG UTARA

Rizqika Maharani<sup>1\*</sup>, Fika Minata Wathan<sup>2</sup>, Sri Handayani<sup>3</sup>

<sup>1-3</sup>Fakultas Kebidanan dan Keperawatan, Universitas Kader Bangsa Palembang

Email Korespondensi: rizqika@gmail.com

Disubmit: 17 September 2023

Diterima: 13 Oktober 2023

Diterbitkan: 01 Desember 2023

Doi: <https://doi.org/10.33024/mahesa.v3i12.12235>

### ABSTRACT

*Personal hygiene during menstruation is an action to maintain the health and cleanliness of the female organs during menstruation. The public considers that information on reproductive health, including about hygienic behavior during menstruation, is still taboo and inappropriate to discuss, thereby limiting communication between parents and teenagers. In addition, the lack of education about reproductive health has many consequences. teenagers make wrong decisions regarding their reproductive health. lack of knowledge about personal hygiene, especially during menstruation, from these institutions and from parents. The aim of this research was to determine the relationship between knowledge, parental support and sources of information simultaneously with personal hygiene during menstruation in adolescents at SMP PG Bunga Mayang, North Lampung in 2023. The research design used quantitative analytics with a cross sectional approach. The population in the study for classes VII, VIII and IX were 180 people and the sample were 124 people. Data collection used questionnaires, bivariate data analysis using the chi square test. The results of the Bivariate analysis showed that there was a relationship between knowledge and personal hygiene during menstruation in adolescents (p-value = 0.027). There was a relationship between parental support and personal hygiene during menstruation in adolescents (p-value = 0.023). There was a relationship between information sources and personal hygiene during menstruation in adolescents (p-value = 0.044). The conclusion is that there was a significant relationship between knowledge, parental support, and sources of information simultaneously with Personal Hygiene during menstruation in teenagers at SMP PG Bunga Mayang, North Lampung in 2023. It is hoped that the results of this research can add references related to personal hygiene*

**Keywords:** Knowledge, Parental Support, Information Sources, Personal Hygiene

### ABSTRAK

Personal hygiene saat menstruasi adalah tindakan untuk memelihara kesehatan dan kebersihan pada organ kewanitaan saat menstruasi Masyarakat menganggap informasi kesehatan reproduksi termasuk tentang perilaku higienis saat menstruasi masih tabu dan tidak pantas dibicarakan sehingga membatasi komunikasi antara orangtua dan remaja, selain itu kurangnya penyuluhan tentang

kesehatan reproduksi akibatnya banyak remaja mengambil keputusan yang salah mengenai kesehatan reproduksi mereka. Kurangnya pengetahuan tentang personal hygiene terutama pada saat menstruasi dari institusi tersebut maupun dari orang tua. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan pengetahuan, dukungan orang tua dan sumber informasi secara simultan dengan personal hygiene saat menstruasi pada remaja di SMP PG Bunga Mayang Lampung Utara Tahun 2023. Desain penelitian menggunakan analitik kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian kelas VII, VIII dan IX yang berjumlah 180 orang dan sampel berjumlah 124 orang. Pengumpulan data dengan kuesioner, analisis data bivariat menggunakan uji *chi square*. Hasil analisis Bivariat diketahui ada hubungan antara pengetahuan dengan personal hygiene saat menstruasi pada remaja ( $p\text{-value} = 0,027$ ). Ada hubungan antara dukungan orang tua dengan personal hygiene saat menstruasi pada remaja ( $p\text{-value} = 0,023$ ). Ada hubungan antara sumber informasi dengan personal hygiene saat menstruasi pada remaja ( $p\text{-value} = 0,044$ ). Kesimpulan ada hubungan yang signifikan antara Pengetahuan, dukungan orang tua, dan sumber informasi secara simultan dengan Personal Hygiene saat menstruasi pada remaja di SMP PG Bunga Mayang Lampung Utara tahun 2023. Diharapkan hasil penelitian ini dapat menambah referensi yang berhubungan dengan personal hygiene

**Kata Kunci:** Pengetahuan, Dukungan Orang Tua, Sumber Informasi, Personal Hygiene

## PENDAHULUAN

Kesehatan reproduksi pada remaja menjadi pusat perhatian karena dampaknya yang sangat luas menyangkut berbagai aspek kehidupan. Sampai saat ini masih banyak ditemukan penyakit infeksi yang mengganggu alat reproduksi seperti alat kelamin atau alat genitalia wanita, infeksi tersebut mempunyai akibat yang cukup memprihatinkan karena menyebabkan terjadinya infeksi saluran reproduksi pada wanita (Rika Gustin, 2020).

Menstruasi yaitu proses alami yang terjadi di perempuan. Menstruasi yaitu perdarahan dari uterus untuk tanda kalau organ kandungan sudah matang. Pengetahuan tentang menstruasi sangat di butuhkan remaja putri, khususnya dalam remaja putri yang baru menjalani menstruasi pertama. *Menarche* yang diketahui adalah awal dari kematangan di anak perempuan umumnya diberi tandai dengan mulainya menstruasi

pertama sering dikira menjadi beban di kehidupan anak perempuan yang hendak mencapai waktu remaja dan menarche itu menciptakan tanda kecemasan, dan kecemasan merupakan respon emosi tanpa objek terkhusus yang secara subjektif terjadi dan di komunikasikan dengan interpersonal (Syarif, 2020).

Berdasarkan data survei WHO di berbagai negara, remaja putri mempunyai permasalahan terhadap reproduksinya salah satunya pruritus vulvae, sedangkan data statistik di Indonesia dari 43,3 juta jiwa remaja putri mengalami pruritus vulvae karena menstrual hygiene buruk (Holida & Sri, 2020). Secara global, banyak wanita dan anak perempuan yang menghadapi kesulitan dalam mengelola menstrual hygiene mereka (Kemenkes, 2021). Prevalensi praktik menstrual hygiene yang buruk berkisar antara 44,8-81,7% dalam studi yang berbeda yang dilakukan di India (Kumar et al.,

2017), 27,5-40% dalam sudi Nepal (Yadav et al., 2018), 28,8% di Kenya (Korir et al., 2018) dan 69,9% di Ghana (Boakye-Yiadom et al., 2018) dan 68,5% di Bangladesh (Asha et al., 2019).. Prevalensi praktik menstrual hygiene yang buruk adalah 45,45% di Uganda (Nakirya, 2019), dan 74,7% di Nigeria (Yalew et al., 2021)

Penelitian yang dilakukan oleh Rika Gustin Ayu (2020) mengenai Hubungan Pengetahuan Dengan Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Remaja Putri menyatakan bahwa ada hubungan antara pengetahuan dengan perilaku Personal Hygiene saat menstruasi semakin baik pengetahuan tentang Personal Hygiene, maka remaja putri memiliki perilaku yang baik untuk menjaga Personal Hygiene saat menstruasi. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nona Mu'minin (2021) mengenai Hubungan Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi Dengan Gejala Pruritus Vulvae Pada Remaja Putri di Puskesmas Antang, menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara perilaku *personal hygiene* saat menstruasi dengan gejala *pruritus vulvae* pada remaja putri di Puskesmas Antang Kota Makassar.

Selain Pengetahuan, dukungan orang tua juga dibutuhkan bagi remaja. Dukungan orang tua menurut Siregar (2018) adalah sikap, tindakan penerimaan orang tua terhadap anggota keluarganya, berupa dukungan informasional, dukungan penilaian, dukungan instrumental dan dukungan emosional. Jadi dukungan keluarga adalah suatu bentuk hubungan interpersonal yang meliputi sikap, tindakan dan penerimaan terhadap anggota keluarga, sehingga anggota keluarga merasa ada yang memperhatikan. Dukungan orang tua dapat mengurangi atau menyangga efek stres serta memotivasi dalam menjalani suatu aktifitas dan

masalah yang dialami secara langsung. Semakin baik dukungan keluarga terutama dukungan orang tua yang diberikan kepada anaknya, maka semakin baik juga kesiapan anak menghadapi suatu masalah. Perhatian dari orang tua merupakan salah satu faktor psikologis bagi anak, apabila kebutuhan informasi ini tidak terpenuhi akan menyebabkan anak menjadi tidak tahu bagaimana menghadapi menstruasi dan tidak siap dalam menghadapinya (Siregar, 2018).

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Dinny Sri Utami (2022) dengan judul Hubungan pengetahuan, sikap dan dukungan keluarga pada remaja putri terhadap personal hygiene saat menstruasi di SMP Negeri 1 Cimalaka, berdasarkan hasil penelitian tersebut diketahui bahwa responden yang mendapatkan dukungan keluarga memiliki frekuensi tidak mendukung sebanyak 17 orang (28,3%), dan untuk responden yang mendapatkan dukungan keluarga memiliki frekuensi mendukung sebanyak 43 orang (71,7%). Hasil tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar responden mendapatkan dukungan keluarga yang baik terhadap personal hygiene saat responden menstruasi.

Faktor lain yang berhubungan dengan personal hygiene adalah sumber informasi, sumber informasi yaitu media yang memiliki peran penting untuk seseorang pada penentuan sikap dan ketentuan dalam berperilaku. Sumber informasi itu bisa didapat dengan bebas mulai dari video, film, buku-buku, teman sebaya, juga dengan mudah membuka situs-situs melalui internet. Informasi yang di dapat dari bermacam sumber bisa memberi pengaruh taraf pengetahuan seseorang. Seseorang banyak mendapat informasi membuat dia

condong memiliki pengetahuan yang luas. Makin sering orang membaca, pengetahuan bisa lebih baik dibanding sekedar melihat atau mendengar saja (Setianingsih, 2022).

Penelitian yang dilakukan oleh Aulia Anjan (2019)<sup>7</sup> mengenai Hubungan Sumber Informasi Dengan Perilaku Personal Hygiene Pada Remaja Putri Saat Menstruasi menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara sumber informasi terhadap perilaku personal hygiene saat menstruasi remaja putri SMP N 1 Gamping Sleman.

Berdasarkan studi pendahuluan yang peneliti lakukan di SMP PG Bunga Mayang Lampung Utara, didapatkan hasil wawancara secara langsung kepada salah satu guru menjelaskan bahwa belum ada penyuluhan tentang Pendidikan kesehatan personal hygiene saat menstruasi pada siswi. Kemudian peneliti melakukan wawancara kepada 10 orang siswi kelas VIII dan IX, semuanya belum melakukan personal hygiene dengan benar seperti tidak mengeringkan vagina setelah buang air kecil dan besar, tidak memakai celana dalam yang menyerap keringat serta hanya mengganti pembalut 2-3 kali per hari. Hal ini disebabkan berbagai faktor yaitu kurangnya pengetahuan tentang personal hygiene terutama pada saat menstruasi.

Berdasarkan uraian di atas, penulis tertarik untuk mengambil penelitian tentang “Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Remaja Di SMP PG Bunga Mayang Lampung Utara Tahun 2023”.

## TINJAUAN PUSTAKA

### Definisi personal hygiene

Personal hygiene berasal dari kata Yunani, berasal dari kata *personal* yang artinya perorangan dan *hygiene*

berarti sehat. Dari pernyataan tersebut dapat diartikan bahwa kebersihan perorangan atau personal hygiene adalah suatu tindakan untuk memelihara kebersihan seseorang untuk kesejahteraan, baik fisik maupun psikisnya (Permatasari, Rohimah & Romlah, 2019).

## Macam-Macam Personal Hygiene

### 1. Perawatan Kulit

Kulit merupakan organ terluar yang berfungsi untuk melindungi tubuh dari kuman atau trauma, sekresi, ekskresi, dan pengatur suhu tubuh. Tujuan perawatan kulit adalah untuk menghindari bau badan, menciptakan perasaan nyaman, dan terbebas dari berbagai penyakit.

### 2. Mandi

Mandi merupakan bagian yang penting dalam menjaga kebersihan diri, mandi dapat menghilangkan bau, menghilangkan kotoran yang menempel, melancarkan peredaran darah, dan memberi kesegaran dalam tubuh.

### 3. Perawatan mulut dan gigi

Perawatan pada mulut disebut juga oral hygiene, melalui perawatan pada rongga mulut, sisa-sisa makanan yang terdapat dimulut dapat dibersihkan, maka sangat penting untuk menggosok gigi minimal dua kali sehari, sangat dianjurkan untuk berkumur atau menggosok gigi setelah makan dan memakai sikat gigi sendiri.

### 4. Kebersihan tangan, kaki, dan kuku

Tangan, kaki, dan kuku yang bersih menghindarkan kita dari berbagai macam penyakit, tangan dan kuku yang kotor dapat menyebabkan bahaya kontaminasi pada makanan dan penyakit-penyakit tertentu, untuk menghindari bahaya,

disarankan untuk membersihkan tangan sebelum makan dan memotong kuku secara teratur

#### 5. Cuci tangan

Mencuci tangan menggunakan sabun dengan benar pada lima waktu penting, yaitu sebelum makan, sebelum memegang bayi, setelah buang air, setelah menceboki anak, dan sebelum menyiapkan makanan agar terhindar dari berbagai penyakit.

#### 6. Kebersihan pakaian

Pakaian banyak menyerap keringat dan debu kotoran, dalam sehari saja, pakaian dapat menyebabkan bau yang mengganggu, untuk itu perlu mengganti pakaian bersih setiap hari agar kebersihan tubuh juga terjaga.

Selama haid, disarankan mandi menggunakan shower atau gayung dan tidak disarankan mandi menggunakan bath tub agar kotoran ikut terbuang langsung bersama dengan air. Mandi dengan air hangat lebih baik apalagi, jika seorang wanita mengalami nyeri haid. Air hangat bisa membantu melenturkan otot serta merilekskan tubuh, sehingga se usai mandi seorang wanita akan merasa lebih segar dan siap kembali beraktivitas. Setelah mandi seperti biasa, pengeringan daerah kewanitaannya dapat digunakan paper towel, paper towel dijepit dengan paha, sambil menyiapkan pembalut dan celana dalam. Setelah memakai celana dalam maka paper towel dibuang ke tempat ampah. Harus diusahakan celana dalam dan pembalut yang digunakan hendaknya disesuaikan dengan kebutuhan. Jika nyeri masih berlanjut, setelah mandi air hangat, maka dapat mengkonsumsi obat nyeri haid.

#### Siklus Menstruasi

Siklus menstruasi merupakan peristiwa kompleks yang terjadi secara bersamaan di endometrium, hipotalamus, hipofisis dan ovarium yang ditandai dengan adanya perdarahan rahim secara periodik yang dimulai sekitar 14 hari setelah ovulasi (Dieny & Rahadiyanti, 2019).

Fase menstruasi dibagi menjadi 4 fase menurut Dartiwen dan Aryanti (2022) yaitu :

##### 1. Fase Menstruasi/ menstrual

Hormon progesteron dan estrogen menurun, menyebabkan penyempitan pembuluh darah pada endometrium sehingga mengakibatkan penurunan suplai oksigen, karena tidak adanya kehamilan, maka sel-sel mengalami peluruhan, pecahnya pembuluh darah dalam endometrium menyebabkan 11 darah dari sel-sel tersebut keluar melalui vagina, peristiwa ini disebut haid dan jumlah darah yang keluar saat haid antara 10 hingga 80 ml.

##### 2. Fase Folikular

Kelenjar pituitari (kelenjar hipofisis) mengeluarkan hormon yang disebut Follicle Stimulating Hormone (FSH), yang merangsang folikel di ovarium untuk matang dan endometrium mengalami proses penyembuhan. Waktu yang dibutuhkan sel telur untuk mencapai kematangan adalah 13 hari dari hari pertama. Fase ini dipengaruhi oleh hormon estrogen dengan penebalan lapisan endometrium dan pembuluh darah serta kelenjar, hormon estrogen diproduksi oleh kelenjar.

##### 3. Fase Ovulasi

Peningkatan hormon estrogen secara otomatis meningkatkan LH (Luteinizing hormone) sehingga folikel memproduksi progesterone. Hormon LH (Luteinizing hormone)

berperan dalam pematangan folikel dan merangsang terjadinya ovulasi yaitu pelepasan ovum dan ovarium. Sel telur yang matang dilepaskan dari ovarium ke saluran tuba (tuba fallopi) dan akan bertahan selama 12-24 jam.

#### 4. Fase Luteal

Folikel degraaf pecah pada selama fase ovulasi kemudian berubah menjadi korpus rubrum yang mengandung banyak darah. Hormon LH (Luteinizing Hormone) menyebabkan korpus rubrum berubah menjadi korpus luteum untuk mengasilkan hormon progesteron yang berfungsi untuk mempersiapkan endometrium menerima embrio. Endometrium menjadi tebal dan lembut serta dilengkapi dengan banyak pembuluh darah. Korpus luteum berdegenerasi menjadi korpus albicans jika tidak terjadi kehamilan dan membuat hormon progesteron dan estrogen semakin menurun bahkan hilang.

#### Hubungan Dukungan Orang Tua dengan Personal Hygiene

Personal hygiene yang baik harus mulai diterapkan sejak dini, karena apabila sejak dini anak telah diajarkan pengetahuan tentang kebersihan diri, anak akan dapat menumbuhkan kebiasaan dalam melakukan praktik personal hygiene seperti mandi, menyikat gigi, mencuci tangan pakai sabun dan menyisir rambut sendiri. Salah satu faktor yang diduga berhubungan dengan perilaku hygiene remaja adalah dukungan orang tua, karena pola asuh orang tua dalam keluarga merupakan kebiasaan orang tua, ayah atau ibu dalam memimpin, mengasuh dan membimbing anak dalam keluarga. Mengasuh dalam artian menjaga dengan cara merawat dan mendidiknya. Membimbing dengan cara membantu, melatih, dan

sebagainya. pola asuh yang tepat akan mempengaruhi kemandirian anak dalam segala bidang, salah satunya adalah kemandirian personal hygiene anak (Djamarah, 2018).

#### Pengertian Sumber Informasi

Informasi yaitu data yang sudah di olah dan di proses sehingga bisa menaikkan pengetahuan seseorang. Informasi dapat diperoleh dengan langsung ataupun tidak langsung, informasi tidak langsung diperoleh dari media massa, internet, iklan, buku dan lainnya. Sementara informasi langsung contohnya dari lingkungan, guru disekolah, petugas kesehatan, orang tua dan lainnya. Informasi yang didapat remaja bisa berdampak kepada pengetahuan remaja. Yang karena pengetahuan yaitu sesuatu yang di percayai seorang kepada sebuah objek, maka bisa ditarik kesimpulan kalau kepercayaan yaitu hal yang mendasari pengetahuan seseorang (Suryani, 2019).

Bagaimana Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Remaja Di SMP PG Bunga Mayang Lampung Utara Tahun 2023?.

#### METODOLOGI PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian *Kuantitatif*. Metode penelitian yang digunakan adalah observasional analitik dengan rancangan *Cross Sectional*. Penelitian ini akan dilaksanakan pada bulan April-Juni tahun 2023

Penelitian ini akan dilaksanakan di SMP PG Bunga Mayang Jalan Pendidikan PG. Bunga Mayang. Populasi dalam penelitian ini adalah remaja putri kelas VIII dan IX di SMP PG Bunga Mayang Lampung Utara sebanyak 180. Teknik pengambilan sampel *systematic random sampling*. Analisis univariat

dalam penelitian ini adalah mendeskripsikan distribusi frekuensi dari karakteristik sampel meliputi usia, informasi, dan pendidikan ibu.

Analisis bivariat digunakan dalam menyatakan analisis terhadap dua variabel yang diduga berhubungan atau berkorelasi.

Analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui peningkatan pengetahuan, sikap dan tindakan dengan membandingkan nilai rata-rata pengetahuan, sikap, dan tindakan sebelum dan sesudah intervensi pada kelompok.

## HASIL PENELITIAN

### Analisis Univariat

**Tabel 1 Distribusi Responden Berdasarkan Pengetahuan**

Pengetahuan	Frekuensi	Persentase
Baik	23	18.5
Kurang	101	81.5
Total	124	100 %

Sumber : Data Primer, 2023

Tabel 1 menunjukkan bahwa dari total 124 responden, sebanyak 23 responden (18.5%) memiliki data pengetahuan yang dikategorikan sebagai "Baik", sementara 101 responden (81.5%) memiliki data pengetahuan yang dikategorikan sebagai "Kurang". Hasil ini

menunjukkan bahwa mayoritas responden, yaitu sekitar 81.5%, memiliki data pengetahuan yang kurang memadai atau kurang memuaskan terkait topik yang diteliti, sementara hanya sekitar 18.5% yang memiliki data pengetahuan yang baik.

**Tabel 2 Distribusi Responden Berdasarkan Dukungan Orang Tua**

Dukungan Orang Tua	Frekuensi	Persentase
Tidak Melakukan	24	19.4%
Melakukan	100	80.6 %
Total	124	100 %

Sumber : Data Primer, 2023

Pada tabel 2 menunjukkan sebanyak 24 responden (19.4%) menyatakan bahwa orang tua mereka tidak melakukan dukungan, sementara 100 responden (80.6%) menyatakan bahwa orang tua mereka melakukan dukungan. Hasil

ini mengindikasikan bahwa mayoritas responden, sekitar 80.6%, mendapatkan dukungan dari orang tua mereka, namun sebagian kecil, yaitu sekitar 19.4%, mengalami kurangnya dukungan dari orang tua.

**Tabel 3 Distribusi Responden Berdasarkan Sumber Informasi**

Sumber Informasi	Frekuensi	Persentase
Mendapatkan	87	70.2 %
Tidak Mendapatkan	37	29.8 %
Total	124	100 %

Sumber: Data Primer, 2023

Pada tabel 3 diatas menunjukkan bahwa sebanyak 37 responden (29.8%) menyatakan bahwa mereka mendapatkan sumber informasi, sementara 87 responden (70.2%) menyatakan bahwa mereka tidak mendapatkan sumber informasi.

**Table 4 Analisis Hubungan Pengetahuan Dengan Personal Hygiene di SMP PG Bunga Mayang Lampung Utara, tahun 2023**

Pengetahuan	Personal_Hygiene				Jumlah		P Value
	Tidak Mendukung		Mendukung		(N)	(%)	
	(n)	(%)	(n)	(%)	(N)	(%)	
Baik	2	25	21	18.1	23	18.5	<b>0.027</b>
Kurang	6	75	95	81.9	101	81.5	
	8	100	116	100	124	100	

Sumber: Data Primer, 2023

Pada tabel 4 di atas menunjukkan bahwa tabel yang disajikan menunjukkan bahwa dari total 116 siswa yang diamati, sebagian besar dari mereka (81.5%) memiliki pengetahuan yang kurang mendukung dan personal hygiene yang juga kurang baik. Hanya sekitar 18.5% siswa yang memiliki pengetahuan yang mendukung dan juga menjaga personal hygiene dengan baik. Untuk kategori "Baik" pada variabel pengetahuan, terdapat 2 siswa (25% dari total 8 siswa). Untuk kategori "Kurang" pada

variabel pengetahuan, terdapat 6 siswa (75% dari total 8 siswa). Untuk kategori "Baik" pada variabel personal hygiene, terdapat 21 siswa (18.1% dari total 116 siswa). Untuk kategori "Kurang" pada variabel personal hygiene, terdapat 95 siswa (81.9% dari total 116 siswa). Berdasarkan Uji Chi Square didapat nilai  $P = 0,027 < \alpha (0,05)$  sehingga ada hubungan yang signifikan antara Pengetahuan dengan Personal Hygiene pada SMP PG Bunga Mayang .



**Tabel 5 Analisis Hubungan Dukungan Orang Tua dengan Personal Hygiene di SMP PG Bunga Mayang Lampung Utara, tahun 2023**

Dukungan Orang Tua	Personal_Hygiene				Jumlah		P Value
	Tidak Mendukung		Mendukung		(N)	(%)	
	(n)	(%)	(n)	(%)			
Tidak Melakukan	4	50	96	82.8	100	80.6	0.023
Melakukan	4	50	20	17.2	24	19.4	
Total	8	100	116	100	124	100	

Sumber: Data Primer, 2023

Pada tabel 5 diatas menunjukkan bahwa dari 124 responden yang berpartisipasi, Untuk kategori "Tidak Mendukung" pada variabel dukungan orang tua, terdapat 4 siswa (50% dari total 8 siswa). Untuk kategori "Mendukung" pada variabel dukungan orang tua, terdapat 4 siswa (50% dari total 8 siswa). Untuk kategori "Tidak Melakukan" pada variabel personal

hygiene, terdapat 96 siswa (82.8% dari total 116 siswa). Untuk kategori "Melakukan" pada variabel personal hygiene, terdapat 20 siswa (17.2% dari total 116 siswa). Berdasarkan Uji Chi Square diperoleh nilai p-value 0,023 ( $p < 0,05$ ) yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara Dukungan Orang Tua dengan Personal Hygiene pada SMP PG Bunga Mayang Lampung Utara, tahun 2023.

**Tabel 6 Analisis Hubungan Sumber Informasi Dengan Personal Hygiene di SMP PG Bunga Mayang Lampung Utara, tahun 2023**

Sumber Informasi	Personal_Hygiene				Jumlah		P Value
	Tidak Mendukung		Mendukung		(N)	(%)	
	(n)	(%)	(n)	(%)			
Mendapatkan	5	62.5	82	70.7	87	70.2	0.044
Tidak Mendapatkan	3	37.5	34	29.3	37	29.8	
Total	8	100	116	100	124	100	

Sumber: Data Primer, 2023

Pada tabel 6 diatas menunjukkan bahwa dari 124 responden yang berpartisipasi, Untuk kategori "Mendapatkan" pada variabel sumber informasi, terdapat 5 siswa (62.5% dari total 8 siswa). Untuk kategori "Tidak Mendapatkan" pada variabel sumber informasi, terdapat 3 siswa (37.5% dari total 8 siswa). Untuk kategori "Tidak Mendukung" pada variabel personal hygiene, terdapat 82 siswa

(70.7% dari total 116 siswa). Untuk kategori "Mendukung" pada variabel personal hygiene, terdapat 34 siswa (29.3% dari total 116 siswa). Berdasarkan Uji Chi Square diperoleh nilai p-value 0,044 ( $p < 0,05$ ) yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara Sumber Informasi dengan Personal Hygiene pada SMP PG Bunga Mayang Lampung Utara, tahun 2023.

## PEMBAHASAN

### Hubungan Pengetahuan dengan Personal Hygiene

Hasil uji bivariat menunjukkan bahwa dari total responden, bahwa dari total 124 responden, sebanyak 23 responden (18.5%) memiliki data pengetahuan yang dikategorikan sebagai “Baik”, sementara 101 responden (81.5%) memiliki data pengetahuan yang dikategorikan sebagai “Kurang”. Tentang personal hygiene. Pada penelitian ini diketahui bahwa berdasarkan Uji Chi Square didapat nilai  $P = 0,027 < \alpha (0,05)$  sehingga ada hubungan yang signifikan antara Pengetahuan dengan Personal Hygiene pada SMP PG Bunga Mayang Lampung Utara, tahun 2023. Karena nilai  $P$  yang lebih kecil dari  $\alpha$ , kesimpulan yang dapat diambil adalah bahwa pengetahuan yang baik tentang personal hygiene berhubungan erat dengan perilaku personal hygiene yang lebih baik di kalangan responden. Dengan demikian, hasil uji Chi Square menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara Pengetahuan dengan Personal Hygiene pada SMP PG Bunga Mayang Lampung Utara tahun 2023.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan Yongwan Nyamin et al (2022) dalam penelitiannya yang berjudul “Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Remaja Putri.” Berdasarkan hasil penelitian tersebut maka diketahui bahwa terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan dengan perilaku personal hygiene saat menstruasi pada remaja putri di SMAN 1 Palangka Raya dengan nilai  $p < 0,05$  ( $p$ -value= 0,000). Serta penelitian dari Maharani, R., & Hendriani, W. (2018). Dengan judul Faktor yang berhubungan dengan perilaku personal hygiene saat menstruasi

pada santriwati di MTS Pondok Pesantren Dar El Hikmah Kota Pekanbaru yang menghasilkan bahwa terdapat hubungan antara pengetahuan ( $P$  value=0,002 dengan  $POR=4,043$ ) dengan personal hygiene saat menstruasi.

Peneliti berasumsi bahwa Pengetahuan tentang menstruasi dan personal hygiene sangat penting bagi remaja putri. Dengan pengetahuan yang tepat, mereka dapat mengatasi menstruasi dengan lebih baik dan menjaga kesehatan secara efektif. Memahami proses menstruasi membantu persiapan mental dan fisik, sementara mengenali tanda-tanda menstruasi membantu mengatasi perubahan emosional dan fisik. Pemilihan dan penggunaan produk personal hygiene yang benar juga penting untuk mencegah masalah kesehatan. Pengetahuan tentang pentingnya menjaga kebersihan membantu mencegah infeksi dan risiko kesehatan. Dengan dukungan pengetahuan yang tepat, remaja putri dapat menghadapi menstruasi dengan percaya diri dan menjaga kesehatan reproduksi mereka.

### Hubungan Dukungan Orang Tua dengan Personal Hygiene

Hasil uji bivariat menunjukkan bahwa dari total responden, sebanyak 24 responden (19.4%) menyatakan bahwa orang tua mereka tidak melakukan dukungan, sementara 100 responden (80.6%) menyatakan bahwa orang tua mereka melakukan dukungan. Selanjutnya, hasil uji Chi Square menunjukkan bahwa nilai  $p$ -value adalah 0,023, yang lebih kecil dari tingkat signifikansi  $\alpha (0,05)$ . Ini berarti bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara Dukungan Orang Tua dengan Personal Hygiene di kalangan responden. Kesimpulannya, anak-anak yang

mendapatkan dukungan dan pengarahan dari orang tua cenderung memiliki perilaku personal hygiene yang lebih baik daripada anak-anak yang tidak mendapatkan dukungan tersebut. Hubungan yang signifikan ini menunjukkan bahwa peran orang tua dalam memberikan dukungan dan arahan terhadap personal hygiene sangat penting dalam membentuk perilaku higienis pada anak-anak di sekolah tersebut.

Pada penelitian ini diketahui bahwa Berdasarkan Uji Chi Square diperoleh nilai p-value 0,023 ( $p < 0,05$ ) yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara Dukungan Orang Tua dengan Personal Hygiene pada SMP PG Bunga Mayang Lampung Utara, tahun 2023. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Vionie Reccy Aprilie et all (2019) yang berjudul Hubungan Pola Asuh Dan Dukungan Keluarga Dengan Kemandirian Personal Hygiene Pada Anak Usia Sekolah Di Sd Muhammadiyah 14 Balayuda yang hasilnya adalah dari hasil uji Chi Square diperoleh P value = 0,000 lebih kecil dari nilai  $\alpha = 0,05$  dapat diartikan bahwa ada hubungan antara dukungan keluarga dengan kemandirian personal hygiene pada siswa SD Muhammadiyah 14 Balayuda Palembang. Selain itu berdasarkan penelitian dari Kristina Mara, et all (2022) yang berjudul Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Perilaku Personal Hygiene Remaja Putri Pada Saat Menstruasi Di Smp Yapenthom 2 Maumere dengan Hasil penelitian menunjukkan bahwa dukungan keluarga dengan perilaku personal hygiene saat menstruasi pada Siswi SMP Yapenthom 2 Maumere lebih banyak responden memiliki dukungan keluarga cukup sebanyak 58 orang (82,9%) dan perilaku personal hygiene buruk sebanyak 44 orang (62,9%). Serta penelitian dari

Meika Ayu Cahya Ningrum et al (2018) dengan judul Pengaruh Pengetahuan, Sikap, Dukungan Keluarga Dan Dukungan Teman Sebaya Terhadap Perilaku Hygiene Menstruasi Remaja Putri. Hasil uji Chi-Square menunjukkan terdapat dukungan keluarga terhadap perilaku hygiene menstruasi ( $p=0,000$ )

Menurut asumsi peneliti, Orang tua dapat membantu meningkatkan rasa percaya diri remaja putri dengan memberikan dukungan positif dan memotivasi mereka untuk menjaga kebersihan diri selama menstruasi. Memastikan bahwa remaja putri merasa nyaman dengan tubuhnya dan memahami pentingnya menjaga personal hygiene adalah hal yang penting. Dengan dukungan yang baik dari orang tua terkait personal hygiene saat menstruasi, remaja putri akan lebih siap menghadapi masa menstruasi dengan percaya diri dan merasa lebih nyaman dengan tubuh dan kesehatannya. Dukungan ini akan membantu membangun sikap positif terhadap menstruasi dan kesehatan reproduksi secara keseluruhan.

#### **Hubungan Sumber Informasi dengan Personal Hygiene**

Sumber Informasi merujuk pada asal atau tempat dimana responden mendapatkan informasi tentang pentingnya personal hygiene dan praktik-praktik higienis yang benar untuk menjaga kebersihan diri. Hasil uji bivariat menunjukkan bahwa dari total responden, sebanyak 37 responden (29.8%) menyatakan bahwa mereka mendapatkan sumber informasi, sementara 87 responden (70.2%) menyatakan bahwa mereka tidak mendapatkan sumber informasi. Selanjutnya, hasil uji Chi Square menunjukkan bahwa nilai p-value adalah 0,044, yang lebih kecil

dari tingkat signifikansi  $\alpha$  (0,05). Ini berarti bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara Sumber Informasi dengan Personal Hygiene di kalangan responden. Kesimpulannya, responden yang mendapatkan sumber informasi tentang personal hygiene cenderung memiliki perilaku personal hygiene yang lebih baik daripada responden yang tidak mendapatkan sumber informasi tersebut. Hubungan yang signifikan ini menunjukkan bahwa pentingnya akses informasi yang tepat dan relevan tentang personal hygiene dapat mempengaruhi perilaku higienis pada anak-anak di sekolah tersebut. Dengan adanya informasi yang memadai, mereka lebih mungkin untuk mengerti dan menerapkan praktik-praktik higienis yang benar dalam kehidupan sehari-hari mereka. Hasil dari penelitian ini berdasarkan Uji Chi Square diperoleh nilai  $p$ -value 0,009 ( $p < 0,05$ ) yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara Sumber Informasi dengan Personal Hygiene pada SMP PG Bunga Mayang Lampung Utara, tahun 2023.

Hal ini sesuai dengan penelitian Imas Wiwin Laswini (2022), yang berjudul Pengetahuan, Sikap, dan Sumber Informasi Dengan Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Remaja Putri. Hasil penelitian didapatkan ada hubungan sumber informasi dengan perilaku personal 4087egativ saat menstruasi pada remaja putri di MTS Pondok Pesantren Al-Inayah Kota Bogor. Hasil uji *chi-square* menunjukkan ( $p$ -value=0,693; OR=1,488; 95% CI= 0,477-4,644). Solehati er al (2017) dalam penelitiannya yang berjudul Hubungan sumber informasi dan usia remaja puteri dengan perilaku perawatan diri saat menstruasi. Dalam penelitiannya terdapat hubungan yang bermakna antara sumber informasi dengan

perilaku perawatan diri saat menstruasi ( $p = 0,033$ ).

Serta Penelitian dari Rossita, T. (2019). Hubungan Pengetahuan Sumber Informasi Dukungan Keluarga Terhadap Kejadian Pruritus Vulvae Saat Menstruasi Di Smpn 10 Bengkulu Selatan. Didapatkan hasil, ada hubungan antara sumber informasi dengan pengetahuan hygiene menstruasi dengan nilai  $p$  value  $< 0,05$ . Peneliti berasumsi bahwa Hubungan antara sumber informasi dengan personal hygiene saat menstruasi sangat penting bagi remaja putri. Sumber informasi yang akurat dan dapat dipercaya akan membantu remaja menghadapi menstruasi dengan lebih baik dan menjaga personal hygiene dengan benar. Dengan memiliki akses ke sumber informasi yang akurat tentang menstruasi dan personal hygiene, remaja putri dapat lebih siap dan percaya diri dalam menghadapi masa menstruasi. Dukungan informasi yang tepat juga akan membantu mereka menjaga kesehatan reproduksi secara keseluruhan dan merasa lebih nyaman dengan tubuh dan perubahan yang terjadi selama menstruasi.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan tentang faktor-faktor yang berhubungan dengan Personal Hygiene pada SMP PG Bunga Mayang Lampung Utara, tahun 2023, maka dapat disimpulkan bahwa:

1. Ada hubungan yang signifikan antara Pengetahuan, dukungan orang tua, dan sumber informasi secara simultan dengan Personal Hygiene saat menstruasi pada remaja di SMP PG Bunga Mayang Lampung Utara tahun 2023.
2. Diketahui ada hubungan antara pengetahuan secara persial dengan personal hygiene saat

menstruasi pada remaja di SMP PG Bunga Mayang lampung utara tahun 2023 dengan nilai p-value = 0,027 dan nilai OR=2,188.

3. Diketahui ada hubungan antara dukungan orang tua secara persial dengan personal hygiene saat menstruasi pada remaja di SMP PG Bunga Mayang lampung utara tahun 2023 dengan nilai p-value = 0,023 dan nilai OR=3,207.
4. Diketahui ada hubungan antara sumber informasi secara persial dengan personal hygiene saat menstruasi pada remaja di SMP PG Bunga Mayang lampung utara tahun 2023 dengan nilai p-value = 0,044 dan nilai OR=2,111.

#### SARAN

##### Bagi SMP PG Bunga Mayang Lampung Utara

Bisa memberikan pendidikan kesehatan dengan melakukan penyuluhan langsung tentang personal higyene pada saat menstruasi minimal 3 bulan sekali agar pemahaman siswi tentang personal higyene pada saat menstruasi dapat bertambah dengan baik sehingga akan mampu berSumber Informasi dan berperilaku lebh baik lagi terhadap personal higyene pada saat menstruasi.

##### Bagi Universitas Kader Bangsa

- a. Diharapkan hasil penelitian ini dapat menambah referensi perpustakaan dan sebagai bahan bacaan bagi penelitian yang akan datang yang berhubungan dengan Personal Hygiene.
- b. Universitas juga dapat memasukkan program penyuluhan, edukasi dan konseling pada masyarakat kedalam kurikulum pembelajaran yang berkaitan dengan pengabdian masyarakat.

##### Bagi Peneliti selanjutnya

Diharapkan dapat melakukan penelitian lebih lanjut dengan cara memperluas metode penelitian, tempat penelitian, dengan jumlah populasi atau sampel yang lebih banyak dan menggunakan variabel lain in karena masih banyak faktor-faktor yang berhubungan dengan Personal Hygiene.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Addisu, E., & Dewau, R. (2021). *Menstrual Hygiene Practice Among Female Adolescents And Its Association With Knowledge In Ethiopia: A Systematic Review And Meta-Analysis*. Plos One, 16(8), E0254092. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0254092>
- Alfi, N. R. (2022). *Gambaran Perilaku Personal Hygiene Pada Remaja Saat Menstruasi Di Masa New Normal Di Kota Pekabaru*. Jurnal Kesehatan Ilmiah Indonesia/Indonesian Health Scientific Journal, 7(2), 61-72.
- Alisa. (2021). *Pengertian Remaja*. <https://www.gramedia.com/literasi/klasifikasi-remaja/>
- Amalia, Nur Fitrah (2022). *Faktor Yang Berhubungan Dengan Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Santriwati Pesantren Yasrib Lapajung Kabupaten Soppeng Tahun 2021*. Makasar : Skripsi Thesis, Universitas Hasanuddin.
- Anjan, A., & Susanti, D. (2019). *Hubungan Sumber Informasi Dengan Perilaku Personal Hygiene Pada Remaja Putri Saat Menstruasi*. Journal Center Of Research Publication In Midwifery And Nursing, 3(1), 38-44.
- Ardiati, Anggita Nandya. (2019). *Hubungan Pengetahuan*

- Dengan Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Remaja Putri Di Smp Negeri 2 Ponorogo. Ponorogo: Skripsi (S1) Thesis, Universitas Muhammadiyah Ponorogo.
- Arikunto, Suharsimi. (2020). *Prosedur Penelitian; Suatu Pendekatan Praktek*,. Jakarta: Rineka Cipta.
- Asha, A. C., Karim, N. B., Bakhtiar, M., & Rahaman, K. S. (2019). *Adolescent Athlete's Knowledge, Attitude And Practices About Menstrual Hygiene Management (Mhm) In Bksp*, Bangladesh. *Asian Journal Of Medical And Biological Research*, 5(2), 126-137. <https://doi.org/10.3329/ajmbr.V5i2.42494>
- Astuti Dwi. (2021). *Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Pada Pasien Gagal Ginjal Kronis Yang Menjalani Hemodialisa Di Rs Puri Husada Yogyakarta*. Yogyakarta : Thesis, Poltekkes Kemenkes 4089Egative4089E.
- Batubara, Hamdan Husein. (2020). *Media Pembelajaran Efektif*. Semarang:Fatawa.
- Bkkbn. (2019). *Renstra Bkkbn Tahun 2020-2024*. Jakarta : Bkkbn.
- Bps. (2020), *Survey Demografis Dan Kesehatan Indonesia, 2017*, <https://www.bps.go.id/statistik/2020/10/21/2111/Laporan-Survei-Demografi-Dan-Kesehatan-Indonesia.html>
- Dartiwen Dan Aryanti,(2022), *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Pada Remaja Dan Perimenopause*, Deepublish:Jakarta.
- Diananda. (2019). *Psikologi Remaja DanPermasalahannya*.Tangerang:StitIslamicVillageTangerang
- Dieny & Rahadiyanti, (2019), *Gizi Prakonsepsi*, Bumi Medika: Yogyakarta.
- Dinas Kesehatan Provinsi Lampung. (2021). *Laporan Kinerja Dinkes ProvinsiLampung*[https://dinkes.lampungprov.go.id/Wpfd\\_File/Profil-Kesehatan-Provinsi-LampungTahun2021\\_Compressed/](https://dinkes.lampungprov.go.id/Wpfd_File/Profil-Kesehatan-Provinsi-LampungTahun2021_Compressed/)
- Djamarah. (2018). *Pola Asuh Orang Tua Dan Komunikasi Dalam Keluarga . Edisi Revisi*. Jakarta :Rineka Cipta.
- Eka Tyas As Sidiqiah, Siti Nurrochmah, Farah Paramita (2022), *Hubungan Antara Sikap Dengan Perilaku Personal Hygiene Menstruasi Siswi Sma Budi Utomo Jombang*. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 5(1), 6276. <https://doi.org/10.3321/jikm.V5i1.310>
- Fransisca Dewi , Handayani Sri, Rahmatika Chamy, Dasril Oktariyani, Usman Novi Dwira. (2020). *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Remaja Putri Kelas Vii Di Smpn 31 Padang*. *Prosiding Seminar Nasional Stikes Syedza Saintika: Vol 1, No 1 (2021)*
- Gunawan. (2019). *Determinan Personal Hygiene Pada Anak Usia 9-12 Tahun*. April 2019, *Faletehan Health Journal*, 6 (1) (2019) 37-44.
- Hadi, I., Rosyanti, L., Taamu, T., & Yanthi, D. (2022). *Pemberian Edukasi Dan Praktik Personal Hygiene Dalam Meningkatkan Perilaku Hidup Sehat Anak Pondok Pesantren Di Konda, Konawe Selatan*. *Jurnal Inovasi, Pemberdayaan Dan Pengabdian Masyarakat*, 2(1), 38-46.
- Hamidah, E. N., Realita, F., & Kusumaningsih, M. R. (2022). *Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Remaja Putri:*

- Literature Review*. Volume 10, Nomor 3, Juni 2022. Community Of Publishing In Nursing, P-Issn 2303-1298, E-Issn 2715-1980
- Hasian Leniwita, Yanti Anggraini. (2019). *Modul Etika Keperawatan*. Jakarta: Fakultas Vokasi Universitas Kristen Indonesia.
- Holida, S. S., & Sri, I. (2020). Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Personal Hygiene Pada Saat Menstruasi Dengan Perilaku Pencegahan Pruritus Vulvae Pada Remaja Putri. 2, 10.
- Irianti. (2019). *Konsep Kebidanan : Memahami Dasar-Dasar Konsep Kebidanan*. Yogyakarta : Pustaka Baru Press.
- Kemenkes Ri. (2021). *Profil Kesehatan Indonesia 2021*. Jakarta: Kemenkes. Ri.
- Kemenkes, (2021). *Manajemen Kebersihan Menstruasi*. <https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/umum/20170526/5821018/manajemenkebersihan-menstruasi-perlu-dipahami/>
- Kristanti, L. A. & Sebtalezy, C. Y. (2019). *Kapasitas Orang Tua Terhadap Personal Hygiene Anak Autis*. Ponorogo: Uwais Inspirasi Indonesia
- Kristina Mara, Et All (2022), *Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Perilaku Personal Hygiene Remaja Putri Pada Saat Menstruasi Di Smp Yapenthom 2 Maumere*. Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan Masyarakat :Volume 9, No. 2 Desember 2022
- Kumar, G., Prasuna, J. G., & Seth, G. (2017). *Assessment Of Menstrual Hygiene Among Reproductive Age Women In South-West Delhi*. *Journal Of Family Medicine And Primary Care*, 6(4), 730-734. [https://doi.org/10.4103/jfmpc.pc.jfmpc\\_24\\_17](https://doi.org/10.4103/jfmpc.pc.jfmpc_24_17)
- Laswini, I. W. (2022). *Pengetahuan, Sikap, Dan Sumber Informasi Dengan Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Remaja Putri*. *Simfisis Jurnal Kebidanan Indonesia*, 2(1), 228-236.
- Maharani, R., & Andryani, W. (2018). *Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Santriwati Di Mts Pondok Pesantren Dar El Hikmah Kota Pekanbaru*. *Kesmars*, 1(1), 69-77.
- Marwoko, Gatot. (2019). *Psikologi Perkembangan Masa Remaja*. Ta syri : Jurnal Tarbiyah Syariah-Islamiah 26.1:6075. Masyarakat Poltekkes Kemenkes Kendari, Indonesia, Vol. 2, No. 1, 2019.
- Mesquita. (2020). *Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Perilaku Hygiene Remaja Saat Menghadapi Menstruasi Di Smp Negeri 5 Kota Kupang*. Skripsi Fakultas Kesehatan Universitas Citra Bangsa Kupang.
- Mu'minun, N., Amin, K., & Jasmira. (2021). *Hubungan Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi Dengan Gejala Pruritus Vulvae Pada Remaja Putri Di Puskesmas Antang*. *Jurnal Kesehatan Panrita Husada*, 6(1), 86-101. <https://doi.org/10.37362/jkph.v6i1.546>
- Mukhlisiana. (2020). *Buku Ajar Kesehatan Reproduksi*. Bandung : Media Sains Indonesia.
- Mukhoirotn, M., & Taufik, M. L. (2020). *Hubungan Pengetahuan Dan Dukungan Keluarga Dengan Kecemasan Menarche Pada Remaja Putri*. *Journal Of Holistic Nursing Science*, 3(2), 8-16.

- Nakiry, P. O. (2019). *Knowledge, Attitude And Practices On Menstrual Hygiene Among Rural School Girls Years In Bukonde Sub County, Mbale District* [Thesis, Makerere
- Ningrum, M. A. C., & Indriyanti, D. R. (2018). *Pengaruh Pengetahuan, Sikap, Dukungan Keluarga Dan Dukungan Teman Sebaya Terhadap Perilaku Hygiene Menstruasi Remaja Putri*. *Public Health Perspective Journal*, 3(2).
- Notoatmodjo. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*, Jakarta: Rineka Cipta
- Noviana, Cut Riska .(2018). *Pengaruh Penyuluhan Terhadap Peningkatan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Personal Hygiene Saat Menstruasi Di Kelas X Sma Negeri Bunga Bangsa Kecamatan Darul Makmur Kabupaten Nagan Raya Provinsi Aceh Tahun 2018*. Undergraduate Thesis, Institut Kesehatan Helvetia.
- Nurul Hidayah, Sara Palila. (2018). *KesiapanMenghadapiMenarche PadaRemajaPutriPrapubertas Nurulllmu Padangsidempuan*. [Http://Repositori.Usu.Ac.Id](http://Repositori.Usu.Ac.Id)
- Nyamin, Y., Sundah, I., & Sulistyowati, R. (2022). *HubunganTingkat Pengetahuan Dengan Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada RemajaPuteri*. *JurnalForumKesehatan : Media Publikasi KesehatanIlmiah*, 10(2).<https://Doi.Org/10.52263/Jfk.V10i2.212>
- Permatasari, D., Rohimah, S., Romlah. (2019). *Gambaran Kepuasan Keluarga Pasien Stroke Pada Pemenuhan Personal Hygiene Oleh Perawat Di Ruang Mawar Rsud Kabupaten Ciamis Tahun 2018*. (*Jurnal Keperawatan*), Vol. 1, No. 2 Tahun 2019.
- Rifda, Besar Tirto Husodo, Bagoes Widjanarko. (2018). *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Praktik Kesehatan Reproduksi Pada Siswa Putri Di Sd Islam Hidayatullah Semarang*. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Universitas Diponegoro*, Vol. 5, No. 3, 2017, Pp. 495-503.
- Rika Gustin. (2020). *Hubungan Pengetahuan Dengan Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Remaja Putri*. Skripsi Thesis, Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta.
- Rokom. (2018). *Manajemen Kebersihan Menstruasi Perlu Dipahami*,<https://Sehatnegeriku.Kemkes.Go.Id/Baca/Umum/20170526/5821018/Manajemen-Kebersihan-Menstruasi-Perlu-Dipahami/>
- Rozy Dian Putri, Gatut Hardianto , Endyka Erye Frety. (2022). *Hubungan Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Terhadap Perilaku Menjaga Personal Hygiene Saat Menstruasi : Literature Review*.*JurnalIlmiahKeperawatan Imelda*, 8(1), 78-85.<https://Doi.Org/10.52943/Jikeperawatan.V8i1.687>
- Sebayang, W., Sidabutar, E.R. & Gultom, D.Y. (2018). *Perilaku Seksual Remaja*. Yogyakarta : Deepublish.
- Serigar, Satriawan Dedi. (2018). *Hubungan Dukungan Keluarga Tentang Menstruasi Dengan Kesiapan Remaja Putri Menghadapi Menarche Di Smp Swasta*.*JurnalIlmiahKeperawatan Imelda*, 8(1), 78-85.
- Setianingsih, P. (2022). *Hubungan Pengetahuan, Sikap Dan Informasi Dengan Perilaku Personal Hygiene Saat MenstruasiPertama(Menarche)*



- Pada Remaja Putri Di Smp Al Islah Plus Ampelgading Pemalang, Doctoral Dissertation*, Universitas Islam Sultan Agung Semarang.
- Silalahi, V., & Putri, R. M. (2018). *Personal Hygiene Pada Anak Sd Negeri Merjosari* 3. Japi (Jurnal Akses Pengabdian Indonesia), 2(2), 15-23.
- Solehati, T., Ermianti, E., Trisyani, M., & Hermayanti, Y. (2017). *Hubungan Sumber Informasi Dan Usia Remaja Puteri Dengan Perilaku Perawatan Diri Saat Menstruasi*. Jurnal Keperawatan Padjadjaran, 5(2)
- Solissa, N. Y. Dan F. (2022). *Hubungan Pengetahuan, Sikap Dan Sumber Informasi Dengan Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Remaja Puteri Di Smk Negeri V Buru Selatan, Maluku Tahun 2022*. Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan, 8(12).
- Syarif. (2020). *Gambaran Tingkat Kecemasan Remaja Putri Dalam Menghadapi Haid Pertama Kali (Menarche) Pada Siswi Kelas Vii Smp Negeri 1 Atambua*, Jurnal Vol 2 No 02 (2020): Jurnal Sahabat Keperawatan, Agustus 2020. University]. [Http://Dissertations.mak.ac.id/handle/20.500.12281/7558](http://dissertations.mak.ac.id/handle/20.500.12281/7558) Vascular-Diseases/Data-And-Statistics.
- Vionie Reccy Aprilie Et All (2019), *Hubungan Pola Asuh Dan Dukungan Keluarga Dengan Kemandirian Personal Hygiene Pada Anak Usia Sekolah Di Sd Muhammadiyah 14 Balayuda*. Vol. 2 No. 1 (2019): Healthcare Nursing Journal: Vol.2, No.1 Agustus 2019
- World Health Organization (Who). (2020). *Data And Statistics*. [Http://www.Euro.Who.Int/En/HealthTopics/Noncommunicable-Diseases/ Cardio](http://www.euro.who.int/en/health-topics/noncommunicable-diseases/cardio)
- Yadav, R. N., Joshi, S., Poudel, R., & Pandeya, P. (2018). *Knowledge, Attitude, And Practice On Menstrual Hygiene Management Among School Adolescents*. Journal Of Nepal Health Research Council, 15(3), 212216. [https://Doi.Org/10.3126/Jnhrc.V15i3.18842](https://doi.org/10.3126/Jnhrc.V15i3.18842)
- Yalew, M., Adane, B., Arefaynie, M., Kefale, B., Dامتie, Y., Mitiku, K., Agmas, A., Biset, G., Alene, T. D., Adane, (2021), *Menstrual Hygiene Practice Among Female Adolescents And Its Association With Knowledge In Ethiopia: A Systematic Review And Meta-Analysis*. Plos One, 16(8), E0254092. [https://Doi.Org/10.1371/Journal.Pone.0254092](https://doi.org/10.1371/Journal.Pone.0254092)