

HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN KESEHATAN REPRODUKSI DENGAN PERILAKU PERSONAL HYGIENE SAAT MENSTRUASI PADA REMAJA PUTRI KELAS VII DI SMPI DARUL MU'MININ

Mega Silvia^{1*}, Iis Sri Hardiati²

¹⁻²Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Abdi Nusantara

Email Korespondensi: silviamegaa47@gmail.com

Disubmit: 28 Juli 2024

Diterima: 17 Desember 2024

Diterbitkan: 01 Januari 2025

Doi: <https://doi.org/10.33024/mahesa.v5i1.16550>

ABSTRACT

WHO revealed that around 11,501,707 female adolescents in Indonesia aged 10-14 years, with reproductive health data in the city of Bekasi as many as 46% of female students experience health problems with irregular menstrual cycles, menstrual disorders such as severe abdominal pain, vaginal discharge and itching around the genital area. Urinary tract infections in adolescents and young adults show quite high rates globally, ranging from 35% to 42% in adolescents and 27% to 40% in young adults. Some common infections include candidiasis with a prevalence of around 25% to 50%, bacterial vaginosis around 20% to 40%, and trichomoniasis around 5% to 15%. To determine the relationship between the level of reproductive health knowledge and personal hygiene behavior during menstruation in female adolescents in grade VII at SMPI Darul Mu'minin 2024. This research is a quantitative research with a descriptive design using a cross-sectional method. The sample that will be used in this research is a total probability sampling of 55 respondents. Technical data analysis uses univariate analysis and bivariate analysis using the chi-square test (χ^2) SPSS version 26 program. Of the 55 respondents aged 13 years, 37 people (67.3%) and 14 years old, 18 respondents (32.7%). Those who have good knowledge are 41 respondents (74.5%) and those who have good personal hygiene behavior during menstruation are 13 respondents (23.6%). There is a relationship between the level of reproductive health knowledge and personal hygiene behavior during menstruation (p value = 0.007). Personal hygiene behavior during menstruation is a significant factor in adolescent reproductive health knowledge. It is hoped that the educational community will improve library facilities and increase insight and knowledge related to reproductive health information for their students.

Keywords: Knowledge, Behavior, Personal Hygiene, Reproductive Health

ABSTRAK

WHO mengungkapkan sekitar 11.501.707 remaja Perempuan di Indonesia berusia 10-14 tahun, dengan data kesehatan reproduksi di kota Bekasi sebanyak 46% siswa mengalami masalah kesehatan pada siklus menstruasi tidak teratur, gangguan menstruasi seperti nyeri perut yang parah, keputihan dan gatal sekitar area kemaluan. Infeksi saluran kemih pada remaja dan dewasa muda menunjukkan angka yang cukup tinggi secara global, berkisar antara 35% hingga 42% pada

remaja dan 27% hingga 40% pada dewasa muda. Beberapa infeksi yang umum terjadi meliputi candidiasis dengan prevalensi sekitar 25% hingga 50%, bacterial vaginosis sekitar 20% hingga 40%, dan trichomoniasis sekitar 5% hingga 15%. Mengetahui hubungan tingkat pengetahuan kesehatan reproduksi dengan perilaku personal hygiene saat menstruasi pada remaja putri kelas VII di SMPI Darul Mu, minin 2024. Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan desain deskriptif menggunakan metode cross-sectional. Sampel yang akan digunakan pada penelitian ini yaitu *Probability total sampling* sebanyak 55 responden. Teknis analisa data menggunakan analisis univariat dan analisis bivariat menggunakan uji *chi-square* (X^2) program SPSS versi 26. Dari 55 responden yang berusia 13 tahun sebanyak 37 orang (67,3%) dan berusia 14 tahun sebanyak 18 responden (32,7%). Yang memiliki pengetahuan baik sebanyak 41 responden (74,5%) dan yang memiliki perilaku personal hygiene saat menstruasi yang baik sebanyak 13 responden (23,6%). Adanya hubungan antara tingkat pengetahuan kesehatan reproduksi dengan perilaku personal hygiene saat menstruasi (p value = 0,007). Perilaku personal hygiene saat menstruasi merupakan faktor yang signifikan terhadap pengetahuan kesehatan reproduksi remaja. Diharapkan bagi civitas pendidikan meningkatkan lagi sarana perpustakaan dan menambah wawasan dan pengetahuan terkait informasi kesehatan reproduksi bagi siswa/i nya.

Kata Kunci: Pengetahuan, Perilaku, Personal Hygiene, Kesehatan Reproduksi

PENDAHULUAN

Menurut World Health Organizatin bahwa masa remaja adalah fase kehidupan antara masa kanak-kanak dan dewasa dari usia 10 hingga 19 tahun ini adalah fase perkembangan manusia yang unik dan sangat penting untuk membangun dasar kesehatan yang baik (WHO, 2023). Pada tahun 2020, sekitar 11.501.707 remaja perempuan di Indonesia berusia 10 - 14 tahun. Menurut Pusat Statistik Indonesia (2021), ada 2.037.503 remaja perempuan di provinsi Jawa Barat penduduk mengalami peningkatan dari tahun-tahun sebelumnya sedangkan dibekasi tahun yang sama tercatat jumlah usia 10 hingga 14 146.179 (Badan Statistis 2015) karena banyaknya remaja yang berkembang sehingga penting untuk memperhatikan kebersihan pribadi selama menstruasi (Wada & Keperawatan, 2022).

Data kesehatan reproduksi remaja di kota Bekasi pada tahun

2018 ditemukan bahwa 46% siswa mengalami masalah kesehatan, beberapa masalah yang diidentifikasi meliputi usia pertama kali menstruasi yang kurang dari 8 tahun atau lebih yang 15 tahun, serta siklus menstruasi yang tidak teratur setiap bulan. Selain itu masalah yang dialami juga termasuk gangguan menstruasi seperti nyeri perut yang parah, keputihan dan rasa gatal di sekitar area kemaluan (Nurhayati & Husnul Qothimah, 2023) Prevalensi infeksi saluran reproduksi (ISR) pada remaja dan dewasa muda menunjukkan angka yang cukup tinggi secara global, berkisar antara 35% hingga 42% pada remaja dan 27% hingga 40% pada dewasa muda. Beberapa infeksi yang umum terjadi meliputi candidiasis dengan prevalensi sekitar 25% hingga 50%, bacterial vaginosis sekitar 20% hingga 40%, dan trichomoniasis sekitar 5% hingga 15%. (Rahmayanti et al., 2020). Menurut BKKBN (Badan

Kependudukan Dan Keluarga Berencana Nasional), kurangnya pemahaman tentang kesehatan reproduksi dapat mengakibatkan remaja putri tidak menjaga kebersihan saat menstruasi, yang dapat mengancam kesehatan reproduksi mereka sendiri. Pengetahuan dan informasi tentang penanganan menstruasi awal pada anak remaja sangat penting untuk menjaga kebersihan alat-alat reproduksi. banyak anak SD dan SMP tidak mengkomunikasikan menstruasi pertama kepada orangtua atau guru karena merasa malu, sehingga tidak mengetahui cara menangani menstruasi dengan benar (BKKBN, 2020)

Menstruasi merupakan terjadinya peluruhan lapisan bagian dalam rahim endometrium yang mengandung banyak pembuluh darah umumnya menstruasi selama 5 hingga 7 hari siklus menstruasi normal terjadi setiap bulannya. pada masa menstruasi remaja perlu mengetahui organ reproduksi dan perubahan fisik, psikologi. agar dapat menghindari terjadinya risiko yang mengancam kesehatan reproduksi (Kemenkes, 2018)

Pengetahuan tentang personal hygiene dapat meningkatkan kesehatan seseorang tentang kebersihan diri akan membuat seseorang selalu menjaga kebersihan diri untuk mencegah penyakit ketidaktahuan tentang kesehatan reproduksi akan menyebabkan wanita tidak berperilaku dengan baik saat menstruasi dan remaja dapat mengalami masalah Kesehatan reproduksi (Susanti & Lutfiyati, 2020). Kesehatan reproduksi remaja adalah keadaan yang optimal yang melibatkan sistem reproduksi, termasuk fungsi, struktur, dan prosesnya. hal ini mencakup kesejahteraan fisik, mental, emosional, dan spiritual remaja.. vagina sebagai bagian penting dari

organ reproduksi wanita, rentan terhadap infeksi karena kedekatannya dengan uretra dan anus, sehingga memudahkan masuknya kuman, jamur, bakteri, parasit, dan virus ke dalam vagina. (Amanda, 2022). Pengetahuan tentang organ reproduksi yang kurang terutama bagi wanita saat menstruasi yang menghasilkan darah kotor sehingga banyak keluhan dan masalah yang berkaitan dengan reproduksi (Pemiliana, 2019).

Peran perawat sebagai educator atau pendidik adalah membantu klien meningkatkan pengetahuan kesehatan dan tanda gejala penyakit, dan tindakan yang diberikan sehingga perilaku berubah setelah dilakukan pendidikan kesehatan (Maidartati, 2016). Dalam penelitian ini peran perawat adalah mengajarkan remaja tentang kesehatan reproduksi dan perilaku personal hygiene. atau kebersihan saat menstruasi agar lebih luas pengetahuan, sehingga dapat mencegah terjadinya infeksi pada genitalia dan kanker serviks.

Salah satu langkah yang bisa diambil untuk mengurangi kemungkinan gangguan seperti bakteri dan dengan mengadopsi gaya hidup sehat melalui penerapan perilaku kebersihan saat menstruasi adalah bagian penting dari kebersihan individu yang memiliki peran krusial pada kondisi kesehatan seseorang untuk mencegah gangguan pada alat reproduksi selama menstruasi (Malihah et al., 2019). Masalah ini terjadi karena banyak remaja putri di Indonesia yang kurang memperhatikan kebersihan pribadi saat menstruasi hal ini terjadi karena kurangnya pengetahuan serta adanya kepercayaan bahwa menstruasi adalah hal kotor, keadaan air bersih, fasilitas sanitas dan toilet yang bersih di sekolah sangat

mempengaruhi perilaku kebersihan pribadi. (Pratiwi et al., 2023)

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada 10 siswi kelas VII SMPI Darul Mu'minin dengan mengajukan pertanyaan tentang kebersihan saat menstruasi 1 siswi menjawab mengganti pembalut setiap 6 jam, 5 siswi mengatakan mengganti pembalut jika sudah penuh, 4 siswi rata-rata dari mereka menstruasi pertama saat SD namun tidak diberikan cara menjaga kebersihan saat menstruasi oleh ibunya hanya menjelaskan cara memakai pembalut.

Berdasarkan uraian diatas, hal ini peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang hubungan tingkat pengetahuan kesehatan reproduksi dengan perilaku personal hygiene saat menstruasi pada remaja putri kelas VII di SMPI Darul Mu'minin tahun 2024.

KAJIAN PUSTAKA

Istilah reproduksi berasal dari kata "re" yang berarti kembali dan kata "produksi" yang berarti membuat atau menghasilkan jadi istilah reproduksi mempunyai arti suatu proses kehidupan manusia dalam menghasilkan keturunan demi kelestarian hidupnya sedangkan yang di sebut organ reproduksi adalah alat tubuh yang berfungsi untuk reproduksi manusia (Rima Wirenviona et al., 2020). Oleh karena itu, kesehatan reproduksi dapat didefinisikan sebagai keadaan di mana seseorang sehat secara keseluruhan baik secara fisik, mental, dan sosial, yang terkait dengan sistem, fungsi, dan proses reproduksi.

Pengetahuan adalah pemahaman atau informasi tentang sesuatu yang diperoleh melalui pengetahuan dan studi yang telah dipelajari oleh individu atau

masyarakat umum. dalam (I Ketut Swarjana, 2022).

Remaja juga disebut pubertait, adolescence, atau youth. Dalam bahasa Latin, remaja disebut *adolescere*, dan dalam bahasa Inggris, *adolescence* berarti tumbuh menuju kematangan, yang mencakup kematangan fisik dan sosial. merupakan titik di mana seseorang mengalami perkembangan dalam bidang kognitif (pengetahuan), emosi (perasaan), sosial (interaksi), dan muncul (akhlak). Masa remaja juga dikenal sebagai masa peralihan atau masa penghubung antara masa anak-anak dan masa dewasa. (Rima Wirenviona et al., 2020)

Haid (menstruasi) ialah perdarahan yang siklik dari uterus panjang siklus haid ialah jarak antara tanggal mulai haid yang lalu dan mulainya haid yang baru. hari mulainya perdarahan. dinamakan hari pertama siklus. panjang siklus haid yang normal dianggap sebagai siklus klasik ialah 28 hari tetap variasinya cukup luas. bukan saja antara berapa wanita tetap juga pada wanita yang sama. lebih dari 90% wanita mempunyai siklus menstruasi 24 sampai 35 lama haid biasanya antara 3-6 hari ada yang 1-2 hari dan diikuti darah sedikit - sedikit dan ada yang sampai 7-8 hari pada setiap wanita biasanya lama haid itu tetap. kurang lebih 50% darah menstruasi. dikeluarkan 24 jam pertama. cairan menstruasi terdiri dari autolis, fungsional, exudat, inflamasi, sel darah merah, dan enzim proteolitik. (Imelda, 2017).

Perilaku merupakan segala perbuatan, tindakan individu yang dapat dilihat langsung ataupun dilihat secara tidak langsung. perilaku muncul dari rangsangan diri dalam individu dan dapat memicu respon individu terhadap dorongan

internal atau eksternal dirinya (Hanissa et al., 2017)

Personal hygiene Secara harfiah diartikan sebagai kebersihan diri jadi, ini sebenarnya mencakup kebersihan seluruh tubuh, mulai dari mata hingga mata kaki, personal hygiene ini meliputi berbagai upaya yang dilakukan terkait kebersihan seluruh tubuh. seperti keramas, mandi, menggosok gigi, atau aktifitas lain. untuk kebersihan diri untuk para wanita (Sinaga, 2017).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan desain deskriptif menggunakan metode cross-sectional. Sampel yang akan digunakan pada penelitian ini sebanyak 55 responden. Teknis analisa data menggunakan analisis univariat dan analisis bivariat menggunakan uji *chi-square* (X^2) program SPSS versi 26.

HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Hubungan Tingkat Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Dengan Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Remaja Putri Di SMPI Darul Mu, minin

Tingkat pengetahuan Kesehatan reproduksi	Perilaku personal hygiene saat menstruasi				P value
	Baik	Cukup	Buruk	Total	
Baik	11	24	6	41	0,007
Cukup	2	4	8	14	
Rendah	0	0	0	0	
	13	28	14	55	

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa siswi Kelas VII SMPI Darul Muminin yang memiliki pengetahuan kesehatan reproduksi kategori baik memiliki perilaku personal hygiene saat menstruasi dengan kategori cukup sebanyak 28 orang (50,9%) dan dari 55 responden yang memiliki pengetahuan kesehatan reproduksi kategori cukup memiliki perilaku personal hygiene saat menstruasi dengan kategori buruk sebanyak 14 orang (25,5%).

Hasil cross tabulasi antara variabel pengetahuan kesehatan

reproduksi dengan perilaku personal hygiene saat menstruasi menunjukkan hasil uji statistic *Chi - Square* diperoleh nilai p-value 0,007 (p-value < 0,05) sehingga H_0 ditolak H_a diterima yang berarti ada hubungan tingkat pengetahuan kesehatan reproduksi dengan perilaku personal hygiene saat menstruasi yang menunjukkan arah positif atau searah yang berarti semakin baik pengetahuan maka semakin baik pula perilaku personal hygiene saat menstruasi pada remaja putri.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil Analisa bivariat diperoleh remaja putri dengan tingkat pengetahuan kesehatan reproduksi yang baik memiliki perilaku personal hygiene saat menstruasi remaja memiliki perilaku yang cukup sebanyak 28 orang (50,9%) dari hasil uji Chi-square terkait hubungan tingkat pengetahuan kesehatan reproduksi dengan perilaku personal hygiene saat menstruasi pada kelas VII di SMPI Darul Muminin di peroleh p -value 0,007 (p -value $<0,05$) yang artinya ada hubungan tingkat pengetahuan kesehatan reproduksi dengan perilaku personal hygiene saat menstruasi di kelas VII pada remaja putri SMPI Darul Muminin.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Purnama (2021), Terdapat korelasi signifikan antara pengetahuan dan tindakan kebersihan diri saat menstruasi, dengan arah hubungan positif dan kekuatan hubungan sedang, yang berarti bahwa skor pengetahuan yang lebih tinggi sebanding dengan tindakan kebersihan diri yang lebih baik. Berdasarkan temuan teori dari penelitian terdahulu seseorang yang paham akan pengetahuan dapat menjelaskan dan menginterpretasikan secara benar mengenai suatu objek yang di ketahui orang yang paham terhadap objek dapat menjelaskan, menyebutkan, contoh dan dapat menyimpulkan objek yang telah di pelajarnya (Wawan & Dewi 2018).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Eka Santi & Sri Rahayu, (2022) yang mendapatkan hasil p -value 0,008 (p -value $<0,05$) berarti ada hubungan signifikan antara pengetahuan kesehatan reproduksi dengan perilaku personal hygiene remaja saat menstruasi. Namun tidak searah dengan penelitian yang dilakukan oleh Ghofur (2023) dari hasil analisis

bivariat menunjukkan tidak ada hubungan antara tingkat pengetahuan dan perilaku personal hygiene saat menstruasi dengan hasil nilai $p = 0.335$. p -value $>0,05$.

Penelitian lain juga yang tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Erawati (2018) yang menunjukkan hasil bahwa tidak terdapat hubungan tingkat pengetahuan personal hygiene dengan perilaku personal hygiene saat menstruasi dengan nilai p -value = 0,944 $>0,05$. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Anggraini, (2021) yang mendapatkan hasil p -value 0,001 (p -value $< 0,05$) akan tetapi sejalan dengan penelitian yang dilakukan (Setianingsih & Putri, 2017) yang mendapatkan hasil uji statistic diperoleh menunjukkan bahwa P Value dari hasil penelitian ini 0,046 (p -0,05) sehingga secara statistic adanya hubungan antara pengetahuan remaja putri tentang personal hygiene terhadap perilaku personal hygiene remaja putri saat menstruasi. Sejalan juga dengan penelitian Amanda, (2022) yang mendapatkan hasil uji statistic diperoleh nilai p -value 0,000 (p -value $<0,05$) yang berarti ada hubungan antara tingkat pengetahuan remaja putri tentang kesehatan reproduksi dengan perilaku menstrual hygiene.

Asumsi peneliti bahwa semakin tinggi tingkat pengetahuan kesehatan reproduksi mengenai kebersihan saat menstruasi maka semakin baik pula perilaku personal hygiene saat menstruasi walaupun sebagian besar perilaku dalam kategori cukup. Namun jika seseorang memiliki pengetahuan yang rendah akan cenderung berperilaku buruk dan cenderung negative diakibatkan kurang informasi dan pengetahuan yang

diterima oleh siswi mengenai kesehatan reproduksi.

Sama halnya dengan hasil penelitian ini masih ada perilaku personal hygiene dalam kategori buruk sebanyak 14 orang siswi. Mayoritas berperilaku buruk saat menstruasi dikarenakan faktor pembentukan perilaku seseorang yang multifactor salah satunya adalah kondisi lingkungan, tempat tinggal, serta dukungan keluarga khususnya ibu. Sangat berpengaruh terhadap pengetahuan kesehatan reproduksi selain itu kesadaran diri untuk berperilaku sehat ketika saat menstruasi yang masih sangat terbatas walaupun tingkat pengetahuan baik tetapi tidak menerapkan kebersihan saat menstruasi berisiko untuk kesehatan reproduksi. Hal tersebut dapat disebabkan karena belum ada penyuluhan di sekolah terkait kebersihan saat menstruasi sehingga masih banyak yang berperilaku buruk saat menstruasi.

KESIMPULAN

Perilaku personal hygiene saat menstruasi merupakan faktor yang signifikan terhadap pengetahuan kesehatan reproduksi remaja. Diharapkan bagi civitas pendidikan meningkatkan lagi sarana kepastakaan dan menambah wawasan dan pengetahuan terkait informasi kesehatan reproduksi bagi siswa/i nya.

DAFTAR PUSTAKA

Amanda, F. (2022). Hubungan Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Kesehatan Reproduksi Dengan Perilaku Menstrual Hygiene. *Citra Delima Scientific Journal Of Citra Internasional Institute*, 6(1), 1-6.

<https://doi.org/10.33862/Citradelima.V6i1.280>.

Ghofur, F. M., Yunita, R. D., & Aningsih, S. (2023). Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Perilaku Remaja Dengan Personal Hygiene Saat Menstruasi. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Rustida*, 10(1), 66-75.

<https://doi.org/10.55500/Jikr.V10i1.181>

Hanissa, J., Nasution, A., & Arsyati, A. M. (2017). Gambaran Perilaku Personal Hygiene Menstruasi Remaja Putri Yang Mengikuti Pelatihan Dan Pembinaan Pkpr Di Smp Pgri 13 Wilayah Kerja Puskesmas Sindang Barang Kota Bogor Tahun 2017. *Heartly*, 5(2). <https://doi.org/10.32832/Heartly.V5i2.1057>.

I Ketut Swarjana, S. K. M. M. P. H. D. P. H. (2022). *Konsep Pengetahuan, Sikap, Perilaku, Persepsi, Stres, Kecemasan, Nyeri, Dukungan Sosial, Kepatuhan, Motivasi, Kepuasan, Pandemi Covid-19, Akses Layanan Kesehatan - Lengkap Dengan Konsep Teori, Cara Mengukur Variabel, Dan Contoh Kuesioner*. Penerbit Andi.

<https://books.google.co.id/books?id=Apfeeaaqbaj>.

Imelda, F. (2017). *Lebih Dekat Dengan Sistem Reproduksi Wanita* (Edisi Pert). Gosyen Publishing.

Maidartati, D. (2016). Hubungan Pengetahuan Dengan Perilaku Vulva Hygiene Pada Saat Menstruasi Remaja Putri. *iv(1)*, 50-57. <https://doi.org/23387246>.

Malihah, M., Ibnusantosa, R. G., Respati, T., Rathomi, H. S., & Sukarya, W. S. (2019). Tingkat Pengetahuan Personal Hygiene Saat Menstruasi Antara Siswi

- Pondok Pesantren Dan Smp Negeri Di Kabupaten Cirebon. *Jurnal Integrasi Kesehatan & Sains*, 1(1), 83-86. <https://doi.org/10.29313/jiks.v1i1.4328>.
- Nurhayati, E., & Husnul Qothimah, Q. (2023). Pengaruh Peer Education Terhadap Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Kebersihan Diri Saat Menstruasi. *Jurnal Sosial Dan Sains*, 3(11), 1208-1218. <https://doi.org/10.59188/journalsosains.v3i11.1076>.
- Pemiliana, P. D. (2019). Perilaku Remaja Putri Dengan Personal Hygiene Saat Menstruasi Di Sma Etidlandia Medan Tahun 2018. *Gaster*, 17(1), 62. <https://doi.org/10.30787/gaster.v17i1.341>.
- Pratiwi, M. D., Maulidya, S., Riani, S. N., & Kunci, K. (2023). Hubungan Pengetahuan Menstruasi Dengan Perilaku Personal Hygien Saat Menstruasi Pada Siswi Smp Global Islamic School Condet *The Relationship Between Menstrual Knowledge And Personal Hygiene Behavior During Mentruation In Junior High School Students Of Glo*. 2(4), 434-441.
- Rahmayanti, R., Wahyuni, F., Yazia, V., Handayani, D., & Hasni, H. (2020). Pentingnya Menjaga Kesehatan Di Masa Pandemi Covid-19 Pada Remaja Di Panti Aisyiyah Lubuk Minturun. *Abdimas Galuh*, 2(2), 158. <https://doi.org/10.25157/ag.v2i2.4057>.
- Rima Wirenviona, S. S. T. M. K., Anak Agung Istri Dalem Cinthya Riris, S. S. T. M. K., & Dr. Rr. Iswari Hariastuti, D. M. K. (2020). *Edukasi Kesehatan Reproduksi Remaja*. Airlangga University Press. <https://books.google.co.id/books?Id=Ssf0dwaaqbaj>.
- Setianingsih, A., & Putri, N. A. (2017). Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Terhadap Perilaku Personal Hygiene Menstruasi. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 5(4), 15-23. <https://doi.org/10.33221/jikm.v5i4.15>
- Sinaga, E. (2017). *Manajemen Kesehatan Menstruasi*. <http://repository.unas.ac.id/1323/1/B3-Erna-BukuKesehatanMenstruasi.Pdf>.
- Susanti, D., & Lutfiyati, A. (2020). The Relationship Of Adolescent Knowledge With Personal Hygiene Behavior When Menstruation. *Jurnal Kesehatan Samodra Ilmu*, 11(02), 166-172.
- Wada, F. H., & Keperawatan, J. (2022). *Hubungan Tingkat Pengetahuan Personal Hygiene*. 8(1), 78-85.
- Zubaidah, Z. (2021). Perilaku Remaja Putri Dalam Pelaksanaan Kebersihan Genetalia Saat Menstruasi Di Desa Krayan Bahagia. *Jurnal Ilmu Kesehatan Insan Sehat*, 9(1), 1-4. <https://doi.org/10.54004/jikis.v9i1.14>.