

## ANALISIS MANAJEMEN PRILAKU KEBERSIHAN DIRI SAAT MENSTRUASI DI SMP PUJA HANDAYANI TAHUN 2023

Atma Deviliawati<sup>1\*</sup>, Dewi Sayati<sup>2</sup>

Program Studi Kesehatan Masyarakat Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Husada Palembang<sup>1,2</sup>

\*Corresponding Author : atm\_2vi@yahoo.co.id

### ABSTRAK

Menjaga kebersihan tubuh pada saat menstruasi, dengan mengganti pembalut sesering mungkin serta membersihkan bagian vagina dan sekitarnya dari darah menstruasi dapat mencegah perempuan terhindar dari penyakit infeksi *vesica urinaria* (saluran kencing), infeksi saluran reproduksi dan iritasi pada kulit. Kebersihan alat vital perlu sekali dilakukan karena pada saat mengalami menstruasi, pembuluh darah pada rahim lebih mudah untuk terinfeksi, mikroorganisme mudah untuk masuk dan dapat menyebabkan sistem reproduksi terganggu. Hasil wawancara 7 orang siswi tidak pernah mengganti pembalut di sekolah, pembalut dibuang langsung ditempat sampah tanpa dibungkus. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis manajemen kebersihan Menstruasi (MKM) meliputi faktor personal, faktor sosial dan faktor lingkungan. Penelitian ini merupakan penelitian survei analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Penelitian telah dilakukan di SMP Puja Handayani Palembang dengan populasi sebanyak 53 siswi pada tanggal 23 sampai 27 Mei 2023. Sampel dalam penelitian ini adalah total populasi dengan kriteria telah mengalami menstruasi. Pengumpulan data dilakukan dengan wawancara dan menggunakan kuesioner. Hasil penelitian didapatkan pengetahuan dengan p value 0.013, sikap dengan p value 0.004, variabel dukungan keluarga dengan p value 0.014, variabel dukungan teman sebaya dengan p value 0.065 dan variabel sarana prasarana dengan p value 0.030,. Simpulan variabel pengetahuan, sikap, dukungan keluarga, dan sarana prasarana berhubungan dengan prilaku MKM, sedangkan dukungan teman sebaya tidak berhubungan dengan Prilaku MKM dan variabel paling dominan terhadap prilaku MKM adalah sikap. Disarankan bagi SMP Puja Handayani untuk melakukan sosialisasi dan bimbingan konseling bagi siswa khususnya mengenai kesehatan reproduksi.

**Kata kunci** : manajemen , menstruasi, prilaku

### ABSTRACT

*Maintaining body hygiene during menstruation by changing sanitary napkins as often as possible and cleaning the vagina and surrounding area from the blood can protect women from urinary tract infections, reproductive tract infections, and skin irritation. Cleanliness of vital organs is very important because during menstruation, the blood vessels in the uterus are more easily infected, and microorganisms can easily enter and cause disruption to the reproductive system. Interview results: 7 female students never changed their sanitary napkins at school, the sanitary napkins were thrown directly in the trash without being wrapped. This study aims to analyze personal hygiene management (MKM), including personal factors, social factors, and environmental factors. This research is an analytical survey with a cross-sectional approach. The research was conducted at Puja Handayani Middle School in Palembang with a population of 53 female students from May 23 to 27, 2023. The sample in this study was the total population with the criteria of having experienced menstruation. Data collection was carried out through interviews and using questionnaires. The research results showed that knowledge had a p value of 0.013, attitude had a p value of 0.004, the family support variable had a p value of 0.014, the peer support variable had a p value of 0.065, and the infrastructure variable had a p value of 0.030. In conclusion, the variables knowledge, attitude, family support, and infrastructure are related to MKM behavior, while peer support is not related to MKM behavior, and the most dominant variable in MKM behavior is attitude. It is recommended for Puja Handayani Middle School to carry out outreach and counseling for students, especially regarding reproductive health.*

**Keywords** : management, menstruation, behavior

## PENDAHULUAN

Pada Remaja wanita sebagai tanda kematangan organ reproduksi adalah ditandai dengan datangnya menstruasi. Menstruasi dapat diartikan sebagai proses peluruhan lapisan dalam atau endometrium yang banyak mengandung pembuluh darah dari uterus melalui vagina (Andhyantoro & Kumalasari, 2012). Dimulainya proses menstruasi berarti mulai berfungsi juga alat-alat reproduksi, sehingga seorang perempuan harus bisa menjaga dirinya dari hal-hal yang tidak diinginkan (Asrinah, n.d.) Alat atau organ reproduksi, dapat terkena sejenis jamur atau kutu yang bisa mengakibatkan gatal dan rasa tidak nyaman apabila tidak dirawat kebersihannya bahkan dapat menyebabkan akibat yang dapat merugikan, misalnya infeksi (Rosyida, 2019b) Manajemen kebersihan menstruasi (MKM) adalah pengelolaan kebersihan dan kesehatan pada saat perempuan mengalami menstruasi. Menjaga kebersihan tubuh pada saat menstruasi, akan mencegah perempuan dari penyakit infeksi saluran kencing, infeksi saluran reproduksi dan iritasi pada kulit (Kemenkes, 2017). Penelitian Pandelaki tahun 2019 wawancara awal terhadap 15 orang siswi, didapati 15 siswi tersebut mengalami pruritus vulvae ketika menstruasi 10 siswi mengalami pruritus vulvae diakibatkan karena Personal Hygiene yang buruk dan 5 orang personal hygiene baik (Pandelaki et al., 2020).

Sehat reproduksi dan seksual merupakan hak seorang individu, keluarga, dan masyarakat tanpa memandang ras, usia, gender, agama, orientasi seksual, ekonomi, dan sosial. Seksualitas dan kesehatan reproduksi adalah bagian dari personalitas individual dan penting untuk menentukan status kesehatan secara umum (*overall health*) dan kualitas hidup (*quality of life*) (Afiyanti & Pratiwi, 2016). Kesehatan remaja putri sebagai calon ibu dan sekaligus sebagai penerus bangsa perlu menjadi perhatian utama. berkaitan dengan target SDGs yang masih memerlukan upaya keras untuk mencapainya. Dalam siklus hidup, tahap masa remaja terutama remaja putri sangat penting, karena pada masa ini terjadi tumbuh kembang, bila masa ini berlangsung optimal akan menghasilkan remaja putri yang sehat dan calon ibu yang sehat (Podungge et al., 2021). Perawatan saat menstruasi sangat perlu dilakukan, kebersihan harus sangat dijaga karena kuman mudah sekali masuk dan dapat menimbulkan penyakit pada saluran reproduksi. Penggunaan pembalut tidak boleh lebih dari 6 jam atau dengan kata lain harus diganti sesering mungkin bila sudah penuh oleh darah menstruasi (Kusmiran, 2011).

Penelitian yang dilakukan Sabarudin, dkk tahun 2020 dari 20 siswi yang sudah menstruasi ditemukan 60% atau 12 siswi memiliki perilaku personal hygiene kurang baik. Diantaranya tidak mengganti celana dalam minimal dua kali sehari, tidak mengeringkan daerah kewanitaan menggunakan tisu, dan keramas hanya dilakukan pada hari terakhir saat menstruasi (Sabaruddin et al., 2021). Penelitian Amanda dan Ariyanti tahun 2019, menunjukkan bahwa 63% santriwati memiliki perilaku menstrual hygiene yang buruk. Diketahui juga dari 30 santriwati, 23 santriwati tidak menggunting kuku saat menstruasi meskipun kuku sudah memanjang, 16 santriwati tidak mencuci tangan dengan sabun sebelum mengganti pembalut, 20 santriwati tidak mencuci tangan dengan sabun setelah mengganti pembalut, 15 santriwati tidak mencuci rambut saat menstruasi, dan 21 santriwati menggunakan celana dalam ketat saat menstruasi (Amanda & Ariyanti, 2020).

Penelitian Nisa, dkk diketahui praktik personal hygiene saat menstruasi pada remaja putri masih kurang seperti cara membasuh alat kelamin yang masih salah (50%), penggunaan sabun mandi untuk membersihkan alat kelamin (90%) dan tidak mengeringkan alat kelamin menggunakan handuk khusus/tisu setelah membersihkannya (60%) (Nisa et al., 2020). Adanya keterbatasan sarana di sekolah misalnya, sangat kurangnya jumlah kamar mandi di sekolah, tidak ada kamar mandi khusus untuk anak perempuan, sekolah tidak menyediakan pembalut cadangan, dan hal lain yang menyebabkan anak perempuan memilih tidak masuk sekolah (membolos) ketika menstruasi. Menurut survei Unicef, lima puluh persen sekolah di Indonesia tidak mempunyai jamban terpisah

dan rasio rata-rata jamban di Indonesia 1:117 artinya 1 jamban digunakan oleh 117 siswa (Umniyati, 2020). Joyce Chinyama, et al Mereka melaporkan tantangan terkait MKM, termasuk: penggunaan kain menstruasi yang tidak menyerap air dan tidak nyaman serta penyediaan bahan sanitasi, air, fasilitas kebersihan dan sanitasi (WASH) yang tidak memadai di sekolah. Khususnya, toilet tidak memiliki sabun dan air atau pintu dan kunci untuk privasi dan memiliki bau yang tidak sedap. Kehadiran anak perempuan di sekolah dan partisipasi dalam aktivitas fisik terganggu saat menstruasi karena takut diejek (terutama oleh anak laki-laki) dan rasa malu karena kebocoran menstruasi (Chinyama et al., 2019).

Menjaga kebersihan pada saat menstruasi terutama mengganti pembalut dan membersihkan vagina dapat mencegah terjadinya infeksi saluran kencing, saluran reproduksi dan iritasi kulit. Tidak tersedianya jamban untuk membersihkan diri termasuk ketersediaan air bersih, tempat sampah juga berdampak dalam MKM. Mengelola Menstruasi dengan cara yang bermartabat adalah hak asasi bagi setiap perempuan, tidak hanya itu, MKM dapat berkontribusi bagi kesejahteraan perekonomian dan pendidikan bagi anak perempuan serta anak-anak mereka di masa yang akan datang (Kemendikbud, 2017). *Unicef* sudah melakukan penelitian sejak 2015 bahwa banyak sekolah yang kurang memperhatikan permasalahan menstruasi di sekolah. Dari hasil penelitian *Unicef*, berhasil memotret 3 permasalahan utama tentang MKM, yaitu akses informasi yang terbatas, kualitas informasi yang kurang memadai, dan sarana sanitasi sekolah yang tidak mendukung (Kemenag, 2020). Penelitian Yusuf dan Budiono di SLB Negeri Semarang menunjukkan 60 % siswi tunagrahita mempunyai pengetahuan yang kurang tentang praktik menstrual hygiene genitalia. Pengetahuan, sikap, dukungan orang tua dan akses informasi berhubungan dengan praktik menstrual hygiene genitalia (Yusuf, 2016). Penelitian Phonna, et al menunjukkan bahwa upaya menjaga kebersihan saat menstruasi pada remaja putri pada kategori kurang (56,4 %). (Phonna & Diba, 2017) Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis manajemen kebersihan diri saat menstruasi (MKM) meliputi faktor personal, faktor sosial dan faktor lingkungan.

## METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Penelitian ini dilakukan di SMP Puja Handayani Palembang pada bulan Mei tanggal 23 sampai 27 tahun 2023. Populasi dalam penelitian ini adalah semua siswi yang telah mengalami menstruasi sebanyak 53 orang. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 53 orang. Teknik pengambilan sampel secara total sampling. Pengumpulan data dalam penelitian ini melalui wawancara menggunakan kuesioner. Penelitian ini dianalisis menggunakan uji statistik *chi square*. Penelitian ini belum ada sertifikat etik dari komite etika.

## HASIL

Penelitian di SMP Puja Handayani Palembang dilakukan dengan melibatkan 53 siswi yang sebelumnya telah didata dan telah mengalami menarche. Perkenalan dan pembagian kuesioner sehingga didapatkan data mengenai Prilaku MKM, Pengetahuan, Sikap, Dukungan Keluarga, Dukungan Teman Sebaya, serta Sarana dan Prasarana seperti tabel di bawah ini.

Dari tabel 1 Prilaku MKM lebih banyak berperilaku MKM baik 30 responden atau 56,6 % dibandingkan berperilaku MKM tidak baik sebanyak 23 responden atau 43,4 %. Variabel pengetahuan lebih banyak berpengetahuan tinggi 40 responden atau 75,5 % dibandingkan pengetahuan rendah sebanyak 13 responden atau 24,5 %. Variabel sikap lebih banyak bersikap positif 41 responden atau 77,4 % dibandingkan bersikap negatif sebanyak 12 responden atau 22,6 %. Variabel dukungan keluarga lebih banyak yang mendukung 38 responden atau 71,7% dibandingkan yang tidak mendukung 15 responden atau 28,3%,

variabel dukungan teman sebaya lebih banyak mendukung 45 responden atau 84,9% dibandingkan yang tidak mendukung 8 responden atau 15,1% dan variabel sarana dan prasarana lebih banyak tidak lengkap 34 responden (64,2%) dibandingkan sarana dan prasarana lengkap 19 responden atau 35,8%.

**Tabel 1. Distribusi Frekuensi Prilaku MKM, Pengetahuan, Sikap Dukungan Keluarga, Dukungan Teman Sebaya dan Sarana Prasarana**

Variabel	N	%
<b>Prilaku MKM</b>		
Tidak baik	23	43,4
Baik	30	56,6
Total	53	100
<b>Pengetahuan</b>		
Rendah	13	24,5
Tinggi	40	75,5
Total	53	100
<b>Sikap</b>		
Negatif	12	22,6
Positif	41	77,4
Total	53	100
<b>Dukungan Keluarga</b>		
Tidak Mendukung	15	28,3
Mendukung	38	71,7
Total	53	100
<b>Teman Sebaya</b>		
Tidak Mendukung	8	15,1
Mendukung	45	84,9
Total	53	100
<b>Sarana dan Prasarana</b>		
Tidak Lengkap	34	64,2
Lengkap	19	35,8
Total	53	100

Selanjutnya dilakukan uji statistik pada variabel pengetahuan, sikap, dukungan keluarga, dukungan teman sebaya dan sarana prasarana dengan prilaku MKM seperti tampak pada tabel 2,3,4,5 dan 6 di bawah ini.

**Tabel 2. Hubungan Pengetahuan dengan prilaku MKM**

Pengetahuan	Prilaku MKM				Total	
	Tidak Baik		Baik		Σ	%
	Σ	%	Σ	%		
Kurang	10	76,9	3	23,1	13	100
Baik	13	32,5	27	67,5	40	100
Uji chi square	p= 0,013					

Berdasarkan tabel 2 dari 13 responden yang memiliki pengetahuan kurang lebih banyak yang berperilaku MKM tidak baik yaitu 10 responden (76,9%), sedangkan dari 40 responden berpengetahuan baik paling banyak yang berperilaku MKM baik yaitu 27 responden (67,5%). Berdasarkan hasil uji statistic chi square didapatkan p value sebesar 0.013 sehingga ada hubungan antara pengetahuan dengan prilaku MKM.

Berdasarkan tabel 3 dari 12 responden yang memiliki sikap negatif lebih banyak yang berperilaku MKM tidak baik yaitu 10 responden (83,3%), sedangkan dari 41 responden bersikap positif paling banyak yang berperilaku MKM baik yaitu 28 responden (68,3%). Berdasarkan hasil uji statistic chi square didapatkan p value sebesar 0.004 sehingga ada

hubungan antara sikap dengan perilaku MKM.

**Tabel 3. Hubungan Sikap dengan Perilaku MKM**

Sikap	Perilaku MKM				Total	
	Tidak Baik		Baik		Σ	%
	Σ	%	Σ	%		
Negatif	10	83,3	2	16,7	12	100
Positif	13	31,7	28	68,3	41	100
Uji chi square p= 0,004						

**Tabel 4. Hubungan Dukungan Keluarga dengan Perilaku MKM**

Dukungan Keluarga	Perilaku MKM				Total	
	Tidak Baik		Baik		Σ	%
	Σ	%	Σ	%		
Tidak mendukung	11	73,3	4	26,7	15	100
Mendukung	12	31,6	26	68,4	38	100
Uji chi square p=0,014						

Berdasarkan tabel 4 dari 15 responden yang tidak mendapat dukungan keluarga lebih banyak yang berperilaku MKM tidak baik yaitu 11 responden (73,3%), sedangkan dari 38 responden yang mendapat dukungan keluarga paling banyak yang berperilaku MKM baik yaitu 26 responden (68,4%). Berdasarkan hasil uji statistic chi square didapatkan p value sebesar 0.014 sehingga ada hubungan antara dukungan keluarga dengan perilaku MKM.

**Tabel 5. Hubungan Dukungan Teman Sebaya dengan Perilaku MKM**

Teman Sebaya	Perilaku MKM				Total	
	Tidak Baik		Baik		Σ	%
	Σ	%	Σ	%		
Tidak Mendukung	6	75	2	25	8	100
Mendukung	12	37,8	28	62,2	45	100
Uji chi square p= 0,065						

Berdasarkan tabel 5 dari 8 responden yang tidak mendapat dukungan teman sebaya lebih banyak yang berperilaku MKM tidak baik yaitu 6 responden (75%), sedangkan dari 45 responden yang mendapat dukungan teman sebaya paling banyak yang berperilaku MKM baik yaitu 28 responden (62,2%). Berdasarkan hasil uji statistic chi square didapatkan p value sebesar 0.065 sehingga tidak ada hubungan antara dukungan keluarga dengan perilaku MKM.

**Tabel 6. Hubungan Sarana dan Prasarana dengan Perilaku MKM**

Sarana dan Prasarana	Perilaku MKM				Total	
	Tidak Baik		Baik		Σ	%
	Σ	%	Σ	%		
Kurang lengkap	19	55,9	15	44,1	34	100
Lengkap	4	21,1	15	78,9	19	100
Uji chi square p= 0,030						

Berdasarkan tabel 6 dari 34 responden yang tidak menyatakan sarana prasarana belum lengkap lebih banyak yang berperilaku MKM tidak baik yaitu 19 responden (55.9%), sedangkan dari 19 responden yang menyatakan fasilitas sudah lengkap paling banyak yang

berprilaku MKM baik yaitu 15 responden (78,9%). Berdasarkan hasil uji statistic chi square didapatkan p value sebesar 0.030 sehingga ada hubungan antara sarana prasarana dengan prilaku MKM.

Selanjutnya dilakukan analisis multivariate semua variable yang berhubungan, untuk melihat manakah variable yang paling dominan berhubungan terhadap prilaku MKM pada table 7.

**Tabel 7. Hasil Analisis Multivariat**

Variabel	B	SE	Wald	Df	Sig	Exp(B)	95% C.I For EXP (B)	
							Low	Up
Pengetahuan	.791	.916	.745	1	.388	2.205	.366	13.269
Sikap	1.712	.940	3.316	1	.069	5.537	.878	34.940
Dukungan Keluarga	.838	.846	.983	1	.321	2.312	.441	12.128
Fasilitas	1.134	.735	2.383	1	.123	3.110	.736	13.131

Berdasarkan tabel 7 diketahui bahwa sikap merupakan variabel yang paling berpengaruh terhadap prilaku manajemen kebersihan menstruasi siswi SMP Puja Handayani. Nilai OR pada table diatas yaitu 5,537 dengan interval kepercayaan 95% antara 878-34,940, yang artinya sikap yang positif memberikan peluang 878 kali lebih besar untuk mempengaruhi prilaku manajemen kebersihan menstruasi dibandingkan sikap yang negatif.

## PEMBAHASAN

Pengetahuan adalah hasil penginderaan manusia melalui panca indera yakni penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba, dimana terdapat intensitas yang berbeda-beda pada setiap pengetahuan seseorang terhadap objek (Rosyida, 2019a). Pendidikan tentang kesehatan reproduksi remaja masih belum sepenuhnya berjalan dalam kurikulum sekolah di Indonesia. Remaja hanya diajarkan tentang proses reproduksi, sedangkan pelajaran mengenai praktik dan teori mengenai masalah menstruasi tidak umum diberikan (Mira, 2023). Pengetahuan mengenai kesehatan reproduksi sangat diperlukan oleh remaja. Remaja yang memiliki informasi dan pengetahuan yang benar maka remaja dapat mengambil manfaat (Satriyandari, Fitriahadi, 2020) Informasi seputar kebersihan saat menstruasi menjadi suatu hal yang penting yang disebut manajemen kebersihan menstruasi (MKM). MKM adalah pengelolaan kebersihan dan kesehatan pada saat perempuan mengalami menstruasi, hal yang dilakukan yaitu pada penggunaan pembalut, pembalut yang digunakan dapat berupa pembalut sekali pakai atau pembalut yang dapat dipakai ulang. Pembalut harus diganti secara teratur, maksimal sekali setiap 4 jam, walaupun darah yang keluar hanya sedikit. Membuang pembalut supaya tidak menularkan penyakit, harus dibungkus. Kalau pembalut banyak darahnya lebih baik dicuci dulu dengan air mengalir, baru dibungkus dan dibuang (Satriyandari, Fitriahadi, 2020). Rendahnya pengetahuan tentang kesehatan reproduksi akan memungkinkan perempuan tidak berprilaku higienis pada saat menstruasi dan personal hygiene yang kurang pada remaja akan menimbulkan masalah kesehatan reproduksi (Sinaga et al., 2017). Pengetahuan yang memadai dan adanya motivasi untuk menjalani masa remaja dengan cara sehat diharapkan para remaja mampu memelihara kesehatan dirinya agar dapat memasuki masa kehidupan berkeluarga dengan reproduksi sehat (Podungge et al., 2021).

Penelitian yang dilakukan (Subiyatin et al., 2023) dari 126 responden sebesar 67,5% responden memiliki kategori perilaku personal hygiene yang baik dan sebesar 73,0% responden memiliki kategori pengetahuan yang baik. Hasil uji chi-square menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara variabel pengetahuan (p value= 0,000) dengan perilaku

personal hygiene saat menstruasi Remaja yang memiliki pengetahuan yang baik mengenai personal hygiene saat menstruasi dikarenakan remaja tersebut telah mendapatkan informasi dari beberapa sumber terutama dari orang tuanya. Penelitian (Ameade & Garti, 2016) dari 293 responden didapatkan pengetahuan responden tentang menstruasi rata-rata (57.3%) tetapi praktik kebersihan menstruasi mereka baik (80,2%). Peningkatan pengetahuan tentang menstruasi berpengaruh positif dan signifikan terhadap praktik higiene menstruasi yang baik. Penelitian (Lestari et al., 2020) dari 49 sampel responden hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan antara pengetahuan menstruasi dengan praktik kebersihan menstruasi ( $p = 0,01$ ) Semakin tinggi pengetahuan maka semakin baik praktik higiene menstruasi pada anak menarche dini. Dapat disimpulkan bahwa jika anak dengan menarche dini memiliki pengetahuan yang tinggi tentang menstruasi maka praktik hygiene menstruasi akan baik pula.

Suneela Garg, et al, Secara total, 954 peserta (84,4%) hanya menggunakan pembalut sekali pakai, 150 (13,3%) menggunakan pembalut dan kain, dan 26 (2,3%) hanya menggunakan kain ( $n = 1,130$ ). Sebagian besar anak perempuan yang bersekolah memanfaatkan skema pembagian pembalut, namun hanya dua pertiga dari anak perempuan yang putus sekolah yang memanfaatkan skema ini. Dalam analisis yang disesuaikan, anak perempuan dengan status pendidikan rendah, anak putus sekolah, dan anak perempuan yang beragama Islam lebih cenderung menggunakan kain untuk MKM (Garg et al., 2022). Penelitian Giri dan Arini keterkaitan pengetahuan remaja putri terhadap perilaku hygiene menstruasi pada remaja putri. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan hasil yang signifikan dengan nilai  $p 0.037$  dan  $p 0.000$ , dimana hal tersebut membuktikan adanya hubungan yang bermakna antara variabel-variabel tersebut (Giri & Arini, 2020).

Menurut peneliti ada hubungan pengetahuan dengan perilaku manajemen kebersihan menstruasi di SMP puja handayani dikarenakan mereka sudah sering mendapatkan informasi dari petugas kesehatan yang berkunjung secara rutin ke sekolah mengenai permasalahan kesehatan secara umum juga mengenai kesehatan reproduksi, serta mereka juga bisa berkunjung ke puskesmas untuk mendapatkan informasi kesehatan reproduksi. Meskipun ada beberapa responden yang memiliki pengetahuan baik tetapi tidak baik dalam perilaku MKM menurut peneliti hal ini bisa disebabkan oleh banyak faktor lain bisa juga dari faktor internal dalam diri responden.

Menurut Campbell sikap adalah kumpulan gejala dalam merespon stimulus atau objek, sehingga sikap itu melibatkan pikiran, perasaan, perhatian serta gejala kejiwaan yang lain sedangkan menurut Newcomb sikap merupakan kesiapan atau kesediaan untuk bertindak dan bukan merupakan pelaksanaan motif tertentu, sikap masih merupakan reaksi tertutup bukan reaksi terbuka atau tingkah laku terbuka (Rosyida, 2019a) Sikap menstruasi mencakup persepsi negatif dan positif tentang menstruasi dan berhubungan dengan kesehatan reproduksi, menggarisbawahi pentingnya evaluasi pada wanita. Mengingat bahwa faktor sosial dan budaya mempengaruhi sikap menstruasi, mengembangkan metode evaluasi khusus untuk budaya masyarakat yang berbeda diperlukan. Persepsi mengenai menstruasi secara kolektif disebut sebagai sikap menstruasi (Kawata et al., 2022).

Sikap perempuan terhadap menstruasi memainkan peran penting dalam membentuk tubuh dan integritas psikososial. Masa saat menstruasi dipengaruhi oleh faktor bio-psikososial tertentu, yang memerlukan pemahaman mendalam tentang fenomena tersebut untuk mengatasi kesulitan yang diakibatkannya dengan lebih baik. Sikap terhadap menstruasi merupakan konsep yang kompleks dipengaruhi oleh lingkungan budaya di mana sikap itu terbentuk. Peristiwa psikososial ini memiliki efek signifikan pada kesehatan dan kesejahteraan fisik dan psikologis wanita (Larki et al., 2022). Masa remaja adalah periode kritis dimana terjadinya perubahan baik perubahan pubertas, psikologis maupun perilaku. Masalah yang berkaitan dengan kesehatan reproduksi disebabkan oleh kurangnya informasi, pemahaman remaja dan kesadaran diri. Kebersihan menstruasi merupakan salah satu

komponen personal hygiene yang berperan penting dalam kesehatan remaja (Mira, 2023).

Penelitian yang dilakukan (Yamin et al., 2019) dari 147 responden didapatkan bahwa sebanyak 61 orang (81.3%) yang bersikap negatif memiliki hygiene yang buruk dan hanya 14 orang (18.7%) yang memiliki hygiene yang baik. Sikap positif responden sebanyak 38 orang (52.8%) yang memiliki hygiene yang buruk dan 47.2% yang memiliki hygiene yang baik. Nilai P pada penelitian ini adalah 0.000, dimana nilai  $0.000 < 0.05$  sehingga sikap berhubungan terhadap praktik hygiene menstruasi.

Penelitian yang dilakukan (Fauziah et al., 2022) dari 163 responden penelitian sikap terhadap personal hygiene saat menstruasi menunjukkan bahwa santriwati yang bersikap negative sebanyak 92 (56.4%) dan 71 (43.6%) bersikap positif, Hasil analisis hubungan antara sikap dengan personal hygiene saat menstruasi menunjukkan santriwati yang memiliki sikap negatif sebanyak 78,3% dibandingkan dengan sikap positif sebanyak 25,4%. Hasil uji statistik chi-square dengan Continuity Correction diperoleh nilai p- value = 0,000, maka dapat disimpulkan ada hubungan signifikan antara sikap dengan personal hygiene saat menstruasi. Penelitian yang dilakukan di Kota Yendi wilayah Utara Ghana Afrika Barat dari 412 responden sekitar sepersepuluh (13,6%) dari remaja memiliki sikap positif terhadap manajemen kebersihan menstruasi dan sepertiga (31,1%) mempraktikkan manajemen kebersihan menstruasi yang baik. lebih dari separuh responden memilikinya pengetahuan yang memadai tetapi kesadaran dan pengetahuan mereka tidak diterjemahkan sikap positif terhadap praktik manajemen kebersihan menstruasi yang baik karena norma dan praktik sosial budaya negatif antara lain yang cenderung menstigmatisasi menstruasi (Boakye-Yiadom et al., 2018).

Menurut peneliti sikap memegang peranan penting sebelum melakukan tindakan, meskipun banyak responden yang bersikap positif tetapi masih tidak berperilaku baik dalam manajemen kebersihan menstruasi dikarenakan mereka masih terpengaruh akan adat, budaya atau mitos-mitos seputar menstruasi, terlihat dari hasil kuesioner masih ada responden yang tidak keramas selama menstruasi, serta masih adanya responden yang merasa malu untuk membicarakan hal terkait menstruasi dan hal ini juga menurut peneliti disebabkan oleh pemahaman responden terhadap suatu objek yang belum optimal. Dalam analysis multivariate didapatkan kalau variabel sikap merupakan variabel yang paling dominan dalam perilaku manajemen kebersihan menstruasi menurut peneliti karena sikap sangat berkaitan erat dengan keinginan untuk melakukan sesuatu dimana dengan bertambahnya kematangan dalam diri remaja maka remaja akan berusaha untuk melakukan sesuatu sesuai pengetahuannya dan persepsi dirinya yang ditunjang faktor lain berupa fasilitas, dukungan dari berbagai pihak.

Keluarga merupakan tempat yang dapat memberikan kehangatan serta ikatan emosi dalam kadar yang tidak berlebihan dan senantiasa memberikan dukungan positif dan dapat membantu anak untuk mengembangkan ikatan diluar keluarga secara lebih baik (Rosyida, 2019b). Bentuk dukungan keluarga dapat berupa kualitas dukungan yang baik dan bersifat komprehensif, menunjukkan sikap empati, memberikan fasilitas dan menyediakan informasi yang dibutuhkan, dapat meningkatkan motivasi dan membuat pasien merasa lebih aman dan nyaman saat berada di dekat keluarga (Putra, 2019). Menstruasi adalah fakta kehidupan, tetapi tidak semua orang tua merasa nyaman membicarakannya dengan anak mereka. Tidak tahu apa yang diharapkan selama periode pertama mereka dapat membuat anak perempuan merasa cemas atau takut dan dengan banyak pertanyaan yang belum terjawab. Anak perempuan perlu tahu bahwa menstruasi itu normal dan mereka dapat mengandalkan Anda dan orang dewasa tepercaya lainnya untuk mendapatkan informasi dan dukungan (Unicef, 2018). Orang tua khususnya ibu merupakan sumber yang paling banyak dijadikan rujukan oleh anak perempuan terkait menstruasi, akan tetapi tidak semua orang tua dapat memberikan informasi yang akurat dan menyeluruh, terkait ketidaktahuan, kurangnya informasi yang benar, stigma, mitos, kepercayaan dan miskonsepsi terkait menstruasi yang berasal dari orang



tua (Kemendikbud, 2017). Kurangnya informasi tentang menstruasi menyebabkan kesalahpahaman dan diskriminasi yang merusak, dan dapat menyebabkan anak perempuan kehilangan pengalaman dan aktivitas normal masa kanak-kanak (Unicef, 2018).

Penelitian yang dilakukan di SD Pentingen Yogyakarta dari 45 responden dapat diketahui bahwa sebagian besar responden pada penelitian ini memiliki dukungan keluarga yang baik 35 (77,8%) Cukup 9 (20,0%) dan dukungan keluarga yang rendah yaitu 1 responden (2,2 %). Hasil analisis statistik didapatkan nilai p-value 0,000 dan r-tabel 0,528 terdapat hubungan dukungan keluarga dengan perilaku hygiene saat menstruasi kategori (Pratiwi et al., 2020). Penelitian pada siswi SMP Yapenthom 2 Maumere didapatkan hasil penelitian bahwa dukungan keluarga dengan perilaku personal hygiene saat menstruasi lebih banyak responden memiliki dukungan keluarga cukup sebanyak 58 orang (82,9%) dan perilaku personal hygiene buruk sebanyak 44 orang (62,9%). Hasil uji spheran Rho diperoleh nilai signifikan  $0.001 < 0,05$  sehingga  $H_a$  di tolak  $H_o$  diterima. Hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa ada hubungan dukungan keluarga dengan perilaku personal hygiene remaja putri saat menstruasi Menurut pendapat peneliti dukungan keluarga cukup namun perilaku personal hygiene buruk hal ini disebabkan oleh kurangnya informasi yang didapatkan dari keluarga, guru, teman sebaya, dan sebagainya (Mara & Adesta, 2022). Penelitian Mayasari, dkk didapatkan Kurangnya pengetahuan tentang personal hygiene saat menstruasi pada sebagian remaja putri mengindikasikan bahwa selayaknya para remaja putri memperoleh informasi tentang menstruasi. Pendekatan yang bisa dilakukan diantaranya melalui keluarga, kelompok sebaya, institusi sekolah, serta kelompok kegiatan remaja yang peduli terhadap masa puber (Mayasari et al., 2022)

Menurut peneliti dukungan keluarga memegang peranan penting dalam perilaku manajemen kebersihan menstruasi karena remaja akan mendapatkan informasi tentang menstruasi lebih dulu dari anggota keluarga ibu atau saudara perempuan, kadang-kadang seorang ibu telah menginformasikan hal-hal terkait menstruasi bahkan ketika anaknya belum mengalami menstruasi. Dukungan keluarga juga diperlukan dalam hal kecukupan kebutuhan saat menstruasi misalnya penyediaan pembalut, sarana air bersih, makanan, meskipun masih ada responden yang mendapat dukungan tapi berperilaku kurang baik dalam manajemen menstruasi hal ini menurut peneliti dikarenakan responden merasa menstruasi adalah hal yang biasa yang tidak memerlukan perhatian khusus. Penelitian Yadanar dan Win pengetahuan mengenai manajemen kebersihan menstruasi lebih baik pada kelompok usia 14-15 tahun dan ibu yang berpendidikan tinggi. Namun, remaja yang tinggal di daerah pedesaan dan mereka yang tidak menerima pendidikan kesehatan mengenai kebersihan menstruasi di sekolah memiliki kemungkinan yang lebih kecil untuk mengalami hal tersebut. memiliki pengetahuan yang baik tentang kebersihan menstruasi (Yadanar & Win, 2020). Keinginan untuk bisa mandiri akan timbul dalam diri remaja, bentuk kemandirian tersebut dengan mulai melepaskan diri dari pengaruh orang tua dan ketergantungan secara emosional dengan orang tua. Dalam usia remaja, seseorang menghabiskan lebih banyak waktu bersama teman sebayanya dibandingkan bersama dengan orang tuanya, sehingga menjadi wajar jika tingkah laku dan norma-norma yang dipengang banyak dipengaruhi teman sebayanya (Rosyida, 2019b) Masa remaja menjadi masa yang rentan terhadap penyimpangan dan seringkali terjadi ketika seorang remaja salah memilih teman atau ketika merasa sukar beradaptasi dengan perubahan yang ada pada dirinya (Revika, 2019).

Menteri kesehatan menyatakan bahwa remaja mudah dipengaruhi oleh teman sebaya dan media sosial sehingga rawan terpengaruh oleh perilaku yang tidak sehat, atau mendapatkan informasi kesehatan dan gizi yang tidak benar (hoax). Misalnya, mengikuti pola diet selebritis, mengonsumsi jajanan yang sedang hits namun tidak bergizi, atau kurang beraktifitas fisik karena terlalu sering bermain games sehingga malas gerak (mager) (Kemkes, 2012). Teman teman disekitar kita bisa menjadi sumber informasi, dengan

berkumpul bersama teman baik yang telah menstruasi maupun yang belum dan membahas tentang menstruasi akan menambah pengetahuan yang sebelumnya belum kamu ketahui dari keluarga atau buku seputar menstruasi, dengan berbagi pengalaman bersama teman seputar menstruasi biasanya kita akan menjadi lebih mudah memahami (Asrinah, Syarifah, J., 2011). Pola interaksi sosial ini yang terjadi pada remaja umumnya masih belum mendalam dan jarang membentuk ikatan emosional yang kuat. Interaksi sosial masih bersifat egosentris, jika mengalami bentrokan pada umumnya akan berkelahi, bermusuhan saling menghindar dan menjauh sedangkan ketergantungan pada teman sebaya lebih mengarah kepada hal-hal misalnya kebiasaan sehari-hari, kesukaan, aktifitas yang dipilih, gaya bahasa dan lainnya (Rosyida, 2019b). Penelitian (Nurulicha, 2019) dari 63 responden didapatkan hasil berdasarkan faktor peran teman sebaya mayoritas berpengaruh positif terkait dengan perilaku personal hygiene saat menstruasi sebanyak 55 siswi (87,3%). Dari 50 siswi yang berperilaku personal hygiene saat menstruasi baik, 92% memiliki peran teman sebaya yang positif. Berdasarkan uji statistik dengan chi-square didapatkan P value =0,084, artinya tidak ada perbedaan yang bermakna pada peran teman sebaya dengan perilaku personal hygiene saat menstruasi. Menurut peneliti hal ini bisa saja terjadi karena mereka merasa pengetahuan akan menstruasi masih pada tahap yang sama, belum begitu mengetahui hal-hal khusus terkait menstruasi. , sehingga mereka membicarakan tentang menstruasi hanya pada hal-hal umum saja terkait menstruasi.

Keterbatasan sarana di sekolah misalnya, sangat kurangnya jumlah kamar mandi di sekolah, tidak ada kamar mandi khusus untuk anak perempuan, sekolah tidak menyediakan pembalut cadangan, dan hal lain yang menyebabkan anak perempuan memilih tidak masuk sekolah (membolos) ketika menstruasi. Menurut survey Unicef, lima puluh persen sekolah di Indonesia tidak mempunyai jamban terpisah (Umniyati, 2020). Penerapan sistem *full day school* atau sekolah sehari penuh oleh pemerintah Indonesia menyebabkan remaja lebih banyak menghabiskan waktunya di sekolah daripada di Rumah. Remaja menghabiskan sekitar 8 sampai 9 jam perharinya di Sekolah. Jadwal sekolah yang sangat padat cenderung membuat remaja putri sekolah mengabaikan kebersihan saat menstruasi (Mira, 2023). Menurut *Herie ferdian* ( plan International Indonesia ) lima dari sepuluh anak perempuan yang sedang menstruasi sengaja tidak datang ke sekolah karena bingung saat membersihkan pembalut. Sebagian lagi pulang kerumah dan tidak kembali ke sekolah , karena sarana membersihkan menstruasi tidak memadai (Kemenag, 2020). Fasilitas yang tidak memadai dapat mempengaruhi pengalaman anak perempuan di sekolah, menyebabkan mereka bolos sekolah selama menstruasi. Semua sekolah harus menyediakan air mengalir, toilet yang aman dan bersih untuk remaja putri (Unicef, 2018). Organisasi Kesehatan Dunia menemukan dalam studi tahun 2019 bahwa 43 persen sekolah di seluruh dunia tidak memiliki fasilitas cuci tangan dan sabun yang memadai, angka yang meningkat menjadi 70 persen jika mempertimbangkan negara-negara kurang berkembang. Penyediaan pintu jamban toilet yang dapat ditutup dengan baik dan dapat dikunci juga memberikan privasi tambahan bagi anak perempuan. Selain itu, fasilitas pembuangan yang tepat diperlukan di toilet ini untuk produk saniter, yang juga seringkali kurang (World Bank, 2022).Perubahan kecil di tingkat sekolah dapat menciptakan lingkungan yang lebih mendukung bagi siswi perempuan, terutama dengan memberikan informasi yang benar sebelum mereka mendapatkan menarce. Pihak sekolah dapat menyampaikan materi kebersihan menstruasi sebagai bagian dalam pelajaran di sekolah, melaksanakan MKM sebagai salah satu kegiatan wajib pada Usaha Kesehatan Sekolah (UKS), menyediakan jamban yang ramah anak untuk siswi perempuan, menyediakan pembalut dan obat pereda rasa nyeri di ruang UKS, dan lain-lain. Guru juga harus memberikan informasi tentang menstruasi kepada siswa laki-laki supaya mereka dapat bersikap baik kepada teman perempuan yang sedang menstruasi (Kemendikbud, 2017).Penelitian di SMPN 12 Kota

Pekanbaru didapatkan faktor dominan yang mempengaruhi perilaku remaja putri tentang personal hygiene pada saat menstruasi adalah ketersediaan sarana dengan Ratio Prevalens (RP) sebesar 14 dan nilai (Pvalue 0,007) (Suryani, 2019). Penelitian yang dilakukan di SMA N 5 Magelang, dengan 80 responden didapatkan hasil, ada hubungan fasilitas toilet sekolah dengan praktik kebersihan menstruasi, koefisien korelasi 0,343 dan sig 0,002. Hasil tabulasi diketahui bahwa fasilitas toilet sekolah dengan praktik kebersihan menstruasi diperoleh hasil yaitu siswi yang melakukan praktik kebersihan menstruasi yang kurang dan fasilitas toilet yang tidak memadai memiliki prosentase lebih rendah dibandingkan pada fasilitas toilet yang memadai yaitu sebanyak 34,9% dibanding 76,5%. Sedangkan praktik kebersihan menstruasi yang baik dan fasilitas toilet yang memadai memiliki prosentase yang lebih tinggi dibandingkan fasilitas toilet yang tidak memadai yaitu sebanyak 65% dibanding 23% (Raudhotussyifa, 2019). Penelitian Azzahra, dkk menunjukkan bahwa 76,6% responden memiliki perilaku personal hygiene saat menstruasi yang kurang baik, 72,3% responden memiliki usia menarche yang ideal, 58,5% responden berpengetahuan rendah, 70,2% responden memiliki sikap yang negatif, 84% responden memiliki sarana dan prasarana kebersihan di sekolah yang kurang lengkap, 91,5% responden terpapar informasi, dan 63,8% responden memiliki dukungan teman sebaya yang cukup. Hasil analisis bivariat menunjukkan bahwa ada hubungan antara kelengkapan sarana dan prasarana kebersihan di sekolah dengan perilaku personal hygiene saat menstruasi dengan Pvalue=0,008 (Azzahra & Adiwiryo, 2020).

Menurut peneliti, sarana prasarana sangat dibutuhkan saat menstruasi, walaupun sarana belum lengkap tetapi masih ada responden yang berperilaku baik dalam manajemen kebersihan menstruasi hal ini karena lengkap itu tergantung kebutuhan masing-masing individu, di sekolah, toilet yang bisa dikunci dari dalam akan membuat siswi merasa nyaman pada saat mengganti pembalut juga ketersediaan air merupakan sarana yang paling dibutuhkan meskipun sarana lain belum lengkap misalnya ketersediaan tempat sampah, pembalut, tissue dan sabun.

## KESIMPULAN

Banyak factor yang dapat mempengaruhi perilaku remaja dalam menjaga kebersihan menstruasi Remaja harus terus didukasi mengenai perilaku MKM terutama saat menstruasi, edukasi sejak dini, bahkan sebelum remaja mengalami menstruasi. Perilaku Remaja yang baik mengenai MKM termasuk dengan pengelolaannya akan membuat remaja terhindar dari masalah- masalah seputar kesehatan reproduksi dan membuat remaja dapat mengatasi permasalahan terkait organ reproduksi.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada STIK Bina Husada Palembang yang telah memberikan fasilitas sehingga penelitian ini dapat terlaksana sesuai dengan jadwal penelitian. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada Kepala Sekolah SMP Puja Handayani beserta staff tata usaha yang telah memberikan kesempatan dan memfasilitasi pelaksanaan kegiatan penelitian sehingga dapat terlaksana dengan baik dan sesuai harapan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Afiyanti, Y., & Pratiwi, A. (2016). *Seksualitas dan Kesehatan Reproduksi Perempuan. Promosi, Permasalahan dan Penanganan dalam Pelayanan Kesehatan dan Keperawatan*. Jakarta: Rajawali Pers. Retrieved from <https://opac.perpusnas.go.id> ....
- Amanda, D., & Ariyanti, F. (2020). *Perilaku Menstrual Hygiene Remaja: Studi Pada*

- Santriwati Di Pondok Pesantren Modern Kota Depok. *Jurnal Publikasi Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 7(2).
- Ameade, E. P. K., & Garti, H. A. (2016). Relationship between female university students' knowledge on menstruation and their menstrual hygiene practices: a study in Tamale, Ghana. *Advances in Preventive Medicine*, 2016.
- Andhyantoro, I., & Kumalasari, I. (2012). Kesehatan Reproduksi untuk Mahasiswa Kebidanan dan Keperawatan. *Jakarta: Salemba Medika*.
- Asrinah, Syarifah, J., & S. (2011). *Menstruasi dan Permasalahannya*. Pustaka Panasea.
- Asrinah, S. (n.d.). Suciyanti.(2011). *Menstruasi Dan Permasalahannya*.
- Azzahra, N., & Adiwiryo, R. M. (2020). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Siswi Smp Pgri Depok II Tengah Jawa Barat Tahun 2020. *J Pendidik Kesehat*, 9(2), 211–220.
- Boakye-Yiadom, A., Aladago, D. A., Beweleyir, J., Mohammed, H. B., Salifu, M. F., & Asaarik, M. (2018). Assessing the knowledge, attitude and practice of menstrual hygiene management among junior high schools adolescent females in the Yendi Municipality in the northern region of Ghana. *European Scientific Journal, ESJ*, 14(36), 467.
- Chinyama, J., Chipungu, J., Rudd, C., Mwale, M., Verstraete, L., Sikamo, C., Mutale, W., Chilengi, R., & Sharma, A. (2019). Menstrual hygiene management in rural schools of Zambia: a descriptive study of knowledge, experiences and challenges faced by schoolgirls. *BMC Public Health*, 19, 1–10.
- Fauziah, N. A., Srisantryorini, T., Andriyani, A., & Romdhona, N. (2022). Hubungan Pengetahuan dan Sikap dengan Personal Hygiene saat Menstruasi pada Santriwati di MTs Pondok Pesantren “X” Kota Tangerang Selatan. *Environmental Occupational Health and Safety Journal*, 2(1), 81–88.
- Garg, S., Bhatnagar, N., Singh, M. M., Basu, S., Borle, A., Marimuthu, Y., Azmi, F., Dabi, Y., & Bala, I. (2022). Menstrual hygiene management and its determinants among adolescent girls in low-income urban areas of Delhi, India: a community-based study. *Osong Public Health and Research Perspectives*, 13(4), 273.
- Giri, K. E., & Arini, L. A. (2020). Analisis Pengetahuan Remaja Putri Analisis Pengetahuan Remaja Putri Terhadap Perilaku Hygiene Menstruasi Remaja Putri: Studi Kasus Pada Smp Desa Sudaji Singaraja: Analisis Pengetahuan Remaja Putri Terhadap Perilaku Hygiene Menstruasi Remaja Putri: Studi Kasus Pada Smp Desa Sudaji Singaraja. *MIDWINERSLION: Jurnal Kesehatan STIKes Buleleng*, 5(2), 396–400.
- Kawata, R., Endo, M., Rai, S. K., & Ohashi, K. (2022). Development of a scale to evaluate negative menstrual attitudes among Nepalese women. *Reproductive Health*, 19(1), 120.
- Kemenag. (2020, November). Kampanye MKM Bagi Remaja. *BDK Jakarta Kementerian Agama RI*.
- Kemendikbud, R. I. (2017). Panduan Manajemen Kebersihan Menstruasi Bagi Guru dan Orangtua. *Jakarta: Direktorat Pembinaan Sekolah Dasar, Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar Dan Menengah, Kementerian Pendidikan Dan Kebudayaan*.
- Kemkes, R. I. (2017). Manajemen kebersihan menstruasi perlu dipahami. *Jumat*, 26 Mei 2017.
- Kemkes. (2012). *Yuk, Jadi Remaja Gaul Sehat*. <https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/rilis-media/20120713/384790/yuk-jadi-remaja-gaul-sehat/>
- Kusmiran, E. (2011). Kesehatan reproduksi remaja dan wanita. *Jakarta: Salemba Medika*, 21.
- Larki, M., Salavati, A., & Azmoude, E. (2022). The relationship between menstrual patterns and menstrual attitude dimensions among women of reproductive age: cross-sectional survey. *Sultan Qaboos University Medical Journal*, 22(2), 241.
- Lestari, D. P., Armini, N. K. A., Mariyanti, H., & Yunitasari, E. (2020). The correlation between knowledge and menstrual hygiene practices in children with early menarche.

- International Journal of Psychosocial Rehabilitation*, 24(2), 4172–4180.
- Mara, K., & Adesta, R. O. (2022). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Perilaku Personal Hygiene Remaja Putri Pada Saat Menstruasi Di Smp Yapenthom 2 Maumere. *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan Masyarakat*, 9(2).
- Mayasari, W., Windari, A. P., Kiriwenno, E., & Dusra, E. (2022). Faktor Yang Berhubungan Dengan Personal Hygiene Saat Menstruasi Di Dusun Bunara Kecamatan Amahai Kabupaten Maluku Tengah. *Jurnal Kesehatan Maluku Husada*, 1(1), 19–26.
- Mira. (2023, January). Apa yang Mempengaruhi Prilaku Kebersihan Menstruasi Pada Remaja. *UNAIR NEWS*.
- Nisa, A. H., Dharminto, D., Winarni, S., & Dharmawan, Y. (2020). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Praktik Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Remaja Putri Pondok Pesantren Al Asror Kota Semarang Tahun 2019. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 8(1), 145–151.
- Nurulicha, S. P. D. K. W. (2019). Perbedaan Pengetahuan, Sikap, Sumber Informasi Dan Faktor Lainnya Pada Personal Hygiene Saat Menstruasi. *Jurnal Kesehatan Dan Kebidanan (Journal Of Health And Midwifery)*, 8(1), 1–13.
- Pandelaki, L. G. E. K., Rompas, S., & Bidjuni, H. (2020). Hubungan personal hygiene saat menstruasi dengan kejadian pruritus vulvae pada remaja di Sma Negeri 7 Manado. *Jurnal Keperawatan*, 8(1), 68–74.
- Phonna, R., & Diba, F. (2017). UPAYA MENJAGA KEBERSIHAN SAAT MENSTRUASI PADA REMAJA PUTRI Efforts to Keep Cleaning when Menstruation Period in Adolescents. *Idea Nursing Journal*, 9(2), 14–20.
- Podungge, Y., Nurlaily, S., & Mile, S. Y. W. (2021). Buku Referensi Remaja Sehat, Bebas Anemia. *Yogyakarta: Deepublish*.
- Pratiwi, J. K. E., Purwati, Y., Sarwinanti, M. K., & Mat, S. K. (2020). *Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Perilaku Hygiene Saat Menstruasi Pada Siswi Kelas V Dan Vi Di Sd Negeri Petinggen Yogyakarta*. Universitas' Aisyiyah Yogyakarta.
- Putra, G. J. (2019). *Dukungan Pada Pasien Luka Diabetes*. CV KANAKA MEDIA.
- Raudhotussyifa, T. (2019). *Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Fasilitas Toilet Sekolah Terhadap Praktik Kebersihan Menstruasi*.
- Revika, E. (2019). *Komunikasi dan Konseling dalam Praktik Kebidanan*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Rosyida, D. A. (2019a). *Buku Ajar Kebidanan Psikologi Ibu dan Anak*. PT Refika Aditama.
- Rosyida, D. A. (2019b). *Buku Ajar Kesehatan Reproduksi Remaja dan Wanita*. Yogyakarta : PT Pustaka Baru.
- Sabaruddin, E. E., Kubillawati, S., & Rohmawati, A. (2021). Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Siswi Smp Bangsa Mandiri 2 Bogor. *Jurnal Kesehatan Dan Kebidanan (Journal Of Health And Midwifery)*, 10(2), 1–10.
- Satriyandari, Fitriahadi, & M. (2020). *Modul Pendidikan Kesehatan Reproduksi*. Uversitas Aisyiyah Yogyakarta.
- Sinaga, E., Saribanon, N., Sa'adah, N., Salamah, U., Murti, Y. A., & Trisnamiati, A. (2017). *Buku: Manajemen Kesehatan Menstruasi*.
- Subiyatin, A., Balqis, F., & Hamidah, H. (2023). Hubungan Pengetahuan, Sikap, Dan Sumber Informasi Dengan Kebersihan Saat Menstruasi. *Prepotif: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 7(1), 1371–1379.
- Suryani, L. (2019). Faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku remaja putri tentang personal hygiene pada saat menstruasi di SMP Negeri 12 Kota Pekanbaru. *JOMIS (Journal of Midwifery Science)*, 3(2), 68–79.
- Umniyati, H. (2020). *Manajemen Kebersihan Menstruasi dan Pencegahan Perkawinan Anak*. Jakarta Selatan: Pimpinan Pusat Muslimat NU Bekerjasama Dengan UNICEF-

*Indonesia.*

Unicef. (2018). Nine things you didn't know about menstruation. *Press Release. New York, USA: UNICEF.*

World Bank. (2022). *Menstrual Health and Hygiene.*

Yadanar, Y., & Win, H. H. (2020). Menstrual hygiene and reproductive tract infections: Do Myanmar adolescent school girls response it properly? *International Journal of Infectious Diseases, 101*, 327.

Yamin, R. A., Pratiwi, E., & Amalia, M. (2019). Analisis hubungan sikap terhadap praktik higiene menstruasi pada siswa perempuan di Pesantren Ummul Mukminin Kota Makassar Tahun 2019. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Mulawarman (JKMM), 1(2)*, 87–92.

Yusuf, D. F. (2016). Faktor Yang Berhubungan Dengan Praktik Menstrual Hygiene Genitalia Pada Siswi SmpIb Tunagrahita Di Kota Semarang Tahun 2015. *Journal of Health Education, 1(1)*.