

PENGARUH PROMOSI KESEHATAN TERHADAP PENGETAHUAN MANAJEMEN KEBERSIHAN MENSTRUASI (MKM) REMAJA KELOMPOK RENTAN

Eki Ardia Purbaningrum^{1*}, Nur Khasanah²

Universitas Respati Yogyakarta^{1,2}

*Corresponding Author : ekiardiap24@gmail.com

ABSTRAK

Masa remaja merupakan periode krusial dalam pembentukan perilaku kesehatan reproduksi, namun dukungan terhadap penerapan *Manajemen Kebersihan Menstruasi* (MKM) di kalangan remaja masih kurang, khususnya pada kelompok rentan seperti penghuni panti asuhan. Keterbatasan akses informasi dan fasilitas sanitasi dapat meningkatkan risiko gangguan kesehatan reproduksi serta menurunkan kualitas hidup remaja perempuan. Penelitian ini bertujuan untuk menilai efektivitas promosi MKM terhadap peningkatan pengetahuan dan perilaku higiene menstruasi pada remaja perempuan kelompok rentan di Panti Asuhan Yatim & Dhu'afa Mafaza Yogyakarta. Penelitian dilaksanakan pada bulan September–Oktober 2025 dengan menggunakan desain *pre-eksperimental one group pre-test post-test* dengan jumlah sampel 40 responden. Instrumen yang digunakan berupa kuesioner MKM berisi 25 pernyataan benar–salah. Analisis data meliputi uji univariat dan bivariat. Uji normalitas menunjukkan bahwa data pre-test tidak berdistribusi normal, sementara data post-test mendekati normal. Oleh karena itu, analisis dilakukan menggunakan Wilcoxon Signed Rank Test dan Paired Sample T-Test. Hasil Wilcoxon menunjukkan 40 *positive ranks* tanpa *ties* maupun *negative ranks* ($Z = -5,532$; $p = 0,000$), sedangkan Paired Sample T-Test menghasilkan $t = -16,62$; $p = 0,000$ dengan *mean difference* $-6,300$. Temuan tersebut menegaskan bahwa promosi kesehatan yang diberikan berpengaruh signifikan dalam meningkatkan pengetahuan MKM pada seluruh responden. Edukasi kesehatan berbasis promosi MKM terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran higiene menstruasi pada remaja perempuan kelompok rentan.

Kata kunci : edukasi kesehatan, manajemen kebersihan menstruasi, panti asuhan, remaja

ABSTRACT

Adolescence represents a pivotal phase in shaping reproductive health behaviors, yet support for effective Menstrual Hygiene Management (MHM) among adolescents—particularly those in vulnerable settings such as orphanages—remains insufficient. Limited access to accurate information and restricted sanitation facilities can heighten the risk of reproductive health issues and negatively influence the overall well-being of young girls. This study aimed to determine the effectiveness of a menstrual hygiene promotion intervention in enhancing knowledge and understanding of MHM among vulnerable female adolescents residing in the Mafaza Orphanage for Orphans and the Poor in Yogyakarta. This research employed a pre-experimental one-group pre-test post-test design and was conducted from September to October 2025. A total of 40 respondents were included, and data were collected using a 25-item true-false MHM questionnaire. The analytical procedures consisted of univariate analysis, the Shapiro–Wilk test for data normality, and both the Wilcoxon Signed Rank Test and Paired Sample T-Test to evaluate differences between pretest and posttest scores. The effect size (r) was also calculated to assess the magnitude of the intervention's impact. The normality test indicated that pretest scores were not normally distributed, whereas posttest scores approached normal distribution. Wilcoxon analysis revealed 40 positive ranks without ties or negative ranks ($Z = -5.532$; $p = 0.000$), indicating uniform improvement. Complementary analysis using the Paired Sample T-Test produced $t = -16.62$; $p = 0.000$ with a mean difference of -6.300 , confirming a significant increase in MHM knowledge following the intervention. The findings demonstrate that menstrual hygiene promotion effectively improves knowledge and awareness of MHM among vulnerable adolescent girls.

Keywords : menstrual hygiene management, health education, adolescents, orphanages

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan periode krusial dalam pembentukan perilaku kesehatan reproduksi, namun dukungan terhadap Manajemen Kebersihan Menstruasi (MKM) di lingkungan sekolah masih menunjukkan kesenjangan yang besar. Laporan WHO/UNICEF (2024) menyatakan bahwa hanya sekitar 39% sekolah di seluruh dunia yang menyediakan pendidikan kesehatan menstruasi, dan kurang dari sepertiga sekolah memiliki tempat pembuangan limbah menstruasi di toilet perempuan, yang menjadi hambatan dalam praktik kebersihan menstruasi yang layak” (*World Health Organization (WHO) & UNICEF, 2024*). Di Indonesia, praktik Manajemen Kebersihan Menstruasi (MKM) pada remaja putri masih menunjukkan perilaku yang kurang baik dan belum optimal. Pengetahuan serta sikap remaja terhadap *hygiene* menstruasi berpengaruh terhadap tindakan kebersihan yang dilakukan, namun masih banyak remaja yang belum mempraktikkan personal *hygiene* menstruasi secara benar (Andani, 2021). Perilaku kebersihan menstruasi remaja tidak hanya dipengaruhi oleh pengetahuan rendah, tetapi juga oleh faktor lingkungan dan budaya seperti norma sosial di komunitas atau sekolah (Nisa et al., 2020). Kurangnya pemahaman terhadap cara menjaga kebersihan organ reproduksi selama menstruasi semakin memperburuk risiko gangguan kesehatan reproduksi bagi remaja putri (Irianti & Tiрахma, 2021).

Penelitian sebelumnya di Indonesia menunjukkan bahwa praktik Manajemen Kebersihan Menstruasi (MKM) yang kurang baik, seperti jarang mengganti pembalut dan kebersihan area genital yang tidak memadai, berhubungan dengan risiko gangguan kesehatan reproduksi pada remaja putri. Rendahnya pengetahuan dan praktik personal *hygiene* menstruasi berkorelasi dengan munculnya keputihan dan gangguan reproduksi pada remaja putri (Harahap, 2021). Seperti penerapan *hygiene* menstruasi yang tidak tepat dapat meningkatkan risiko terjadinya infeksi saluran reproduksi, khususnya infeksi pada saluran reproduksi bagian bawah seperti *bacterial vaginosis*, *vulvovaginal candidiasis*, dan *Trichomonas vaginalis*. Gibson et al. (2019) menyebutkan bahwa sebagian besar masalah kesehatan reproduksi pada remaja selama menstruasi berkaitan dengan infeksi, antara lain infeksi saluran reproduksi, *bacterial vaginosis*, dan infeksi saluran kemih. Selain itu, penelitian Purnawingsih et al. (2023) menunjukkan bahwa praktik manajemen kebersihan menstruasi yang tidak higienis berkontribusi terhadap terjadinya infeksi saluran reproduksi, dengan prevalensi *bacterial vaginosis* sebesar 41%, *candidiasis* 34%, dan *Trichomonas vaginalis* 5,6%. Selain itu, hubungan pengetahuan dan sikap remaja terhadap kebersihan genital menunjukkan bahwa kurangnya pemahaman dapat berpotensi meningkatkan risiko infeksi saluran reproduksi dan masalah kesehatan lain akibat pertumbuhan mikroorganisme patogen di area genital (Dwi Y et al., 2025).

Rendahnya praktik Manajemen Kebersihan Menstruasi (MKM) dapat ditingkatkan melalui promosi kesehatan yang terstruktur bagi remaja di lingkungan sekolah dan komunitas. Berbagai inisiatif seperti pelatihan guru untuk implementasi MKM di UKS telah terbukti meningkatkan pengetahuan dan kesiapan sekolah dalam menyampaikan edukasi kesehatan menstruasi bagi siswa. Pelaksanaan edukasi MKM di sekolah dasar dan menengah menunjukkan bahwa intervensi pendidikan kesehatan melalui modul, pengabdian masyarakat, dan program kegiatan sekolah dapat membantu remaja putri memahami praktik kebersihan menstruasi yang tepat dan mendorong perubahan perilaku. Edukasi tersebut memberi peluang bagi pihak sekolah dan tenaga kesehatan untuk memperkuat program promotif dalam memfasilitasi pengetahuan serta praktik *hygiene* menstruasi yang lebih baik” (Umniyati, 2025). Selain itu, pendampingan mengenai manajemen menstruasi di posyandu remaja juga terbukti dapat membantu meningkatkan pemahaman dan perilaku kebersihan pada remaja putri (Distinarista et al., 2025). Kondisi tersebut semakin berisiko pada kelompok rentan seperti remaja yang tinggal di panti asuhan. Namun, hingga saat ini penelitian terkait manajemen kebersihan menstruasi di lingkungan panti asuhan belum banyak dilakukan. Padahal, remaja

yang tinggal di panti asuhan termasuk kelompok rentan yang memiliki berbagai keterbatasan, baik dari segi akses informasi maupun fasilitas, sehingga memerlukan perhatian dan dukungan khusus dalam upaya peningkatan pengetahuan serta praktik kebersihan menstruasi.

Praktik Manajemen Kebersihan Menstruasi (MKM) yang tidak optimal berkaitan dengan munculnya berbagai gangguan kesehatan pada organ reproduksi remaja putri. Penelitian di Martapura menunjukkan bahwa kebersihan organ reproduksi yang buruk selama menstruasi berisiko menyebabkan keputihan, infeksi saluran kemih, iritasi genital, dan alergi akibat pertumbuhan mikroorganisme patogen di area genital (Irianti & Tiarahma, 2021). Selain itu, perilaku personal *hygiene* menstruasi yang rendah meningkatkan kemungkinan tumbuhnya jamur *Candida* serta bakteri yang memicu pruritus dan infeksi alat reproduksi (Sofiyati, 2023). Upaya edukasi kebersihan diri selama menstruasi penting untuk mengurangi terjadinya infeksi dan komplikasi kesehatan reproduksi pada remaja putri (Rudatiningtyas et al., 2022). Penguatan regulasi dilakukan melalui Permenkes No. 2 Tahun 2025, yang menegaskan bahwa upaya promotif dan preventif bagi remaja harus dilaksanakan melalui komunikasi, informasi, dan edukasi (KIE) mengenai sistem reproduksi, kesehatan reproduksi, perilaku seksual berisiko, fungsi keluarga berencana, serta keterampilan menolak hubungan seksual yang tidak diinginkan.

Hasil survei pada remaja panti asuhan menunjukkan bahwa sekitar 25% mengalami masalah kesehatan reproduksi yang berkaitan dengan kurangnya pemahaman tentang perawatan organ reproduksi. Selain itu, sebagian besar remaja putri di beberapa panti asuhan masih memiliki praktik *hygiene* genital yang belum tepat, dengan keluhan keputihan sebagai salah satu masalah yang sering dilaporkan (Anggraeni et al., 2018). Kondisi tersebut menjadikan remaja panti asuhan sebagai kelompok rentan dalam kesehatan reproduksi, termasuk dalam manajemen kebersihan menstruasi. Berdasarkan studi pendahuluan di Panti Asuhan Yatim & Dhu'afa Mafaza Yogyakarta pada Agustus 2025, diketahui bahwa panti tersebut belum pernah mendapatkan edukasi terkait MKM. Dari hasil wawancara terhadap 10 responden, delapan di antaranya belum pernah menerima penyuluhan tentang kesehatan menstruasi.

Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk menganalisis efektivitas promosi MKM terhadap perilaku *hygiene* remaja kelompok rentan di panti asuhan.

METODE

Penelitian ini menggunakan desain pre-eksperimental dengan pendekatan *one group pre-test post-test design* untuk menilai pengaruh promosi kesehatan terhadap peningkatan pengetahuan Manajemen Kebersihan Menstruasi (MKM) pada remaja kelompok rentan. Penelitian dilaksanakan di Panti Asuhan Yatim & Dhu'afa Mafaza Yogyakarta pada bulan September hingga Oktober 2025. Populasi penelitian adalah seluruh remaja putri yang tinggal di panti asuhan. Sampel berjumlah 40 responden yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling* karena jumlah populasi relatif kecil dan seluruhnya memenuhi kriteria inklusi. Kriteria inklusi meliputi remaja perempuan berusia 15–18 tahun, telah mengalami menstruasi, dan bersedia menjadi partisipan dengan menandatangani lembar persetujuan (*informed consent*). Instrumen penelitian menggunakan kuesioner Manajemen Kebersihan Menstruasi (MKM) yang diadaptasi dan dimodifikasi dari penelitian Rahmawati et al. (2020). Kuesioner ini terdiri dari 25 item pernyataan dengan jawaban “Benar” atau “Salah” yang mencakup tiga dimensi, yaitu pengetahuan dasar tentang menstruasi, perilaku kebersihan selama menstruasi, serta pemilihan dan pengelolaan produk menstruasi. Analisis data meliputi uji univariat dan bivariat. Uji normalitas menunjukkan bahwa data *pre-test* tidak berdistribusi normal, sementara data *post-test* mendekati normal. Oleh karena itu, analisis dilakukan menggunakan Wilcoxon Signed Rank Test dan *Paired Sample T-Test*. Hasil Wilcoxon menunjukkan 40 *positive ranks*

tanpa *ties* maupun *negative ranks* ($Z = -5,532$; $p = 0,000$), sedangkan *Paired Sample T-Test* menghasilkan $t = -16,62$; $p = 0,000$ dengan *mean difference* $-6,300$. Temuan tersebut menegaskan bahwa promosi kesehatan yang diberikan berpengaruh signifikan dalam meningkatkan pengetahuan MKM pada seluruh responden.

HASIL

Tabel 1. Karakteristik Responden di Panti Asuhan Yatim & Dhu'afa Mafaza Yogyakarta

Karakteristik	Frekuensi	Persentase (%)
Umur		
14 Tahun	12	30,0
15 Tahun	14	35,0
16 Tahun	14	35,0
Pernah mendapat informasi MKM		
Ya	10	25,0
Tidak	30	75,0

Tabel 1 hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden berusia 15–16 tahun (70,0%). 10 responden pernah memperoleh informasi dan 30 responden belum pernah memperoleh informasi mengenai manajemen kebersihan menstruasi (MKM)

Tabel 2. Hasil Uji Normalitas (Kolmogorov–Smirnov & Shapiro–Wilk)

Variabel	KS p-value	SW p-value	df KS	df SW
Total Pre	0.001	0.006	40	40
Total Post	0.011	0.059	40	40

Tabel 2 uji normalitas menunjukkan bahwa data *pretest* tidak berdistribusi normal ($p < 0,05$), sedangkan data *posttest* mendekati normal (p mendekati 0,05). Dengan jumlah sampel yang besar ($n = 40$), analisis parametrik tetap dapat digunakan meskipun terdapat pelanggaran pada data *pretest*.

Tabel 3. Hasil Uji Wilcoxon Signed Rank

Jenis Rank	N	Mean Rank	Sum of Ranks
<i>Negative Ranks</i>	0	0.00	0.00
<i>Positive Ranks</i>	40	20.50	820.00
<i>Ties</i>	0	-	-

Tabel 3 uji wilcoxon menunjukkan bahwa seluruh responden mengalami peningkatan skor pengetahuan dengan 40 *positive ranks* dan tanpa *negative ranks* maupun *ties*. Nilai $Z = -5,532$ dan $p = 0,000$ menunjukkan peningkatan yang signifikan setelah intervensi.

Tabel 4. Hasil Uji Statistik Deskriptif dan Hasil Uji Paired Sample T-Test Skor

Variabel	Mean	SD	Min	Max	t-hitung	df	p-value	Mean Difference
Total Pre	12.55	2.287	7	17	-16.62	39	0.000	-6.300
Total Post	18.85	2.381	13	23	-16.62	39	0.000	-6.300

Tabel 4 hasil deskriptif menunjukkan adanya peningkatan skor pengetahuan MKM dari rata-rata 12,55 pada *pre-test* menjadi 18,85 pada *post-test*. Uji *Paired Sample T-Test* menunjukkan perbedaan yang signifikan antara skor *pre-test* dan *post-test* dengan nilai $t = -16,62$, $p = 0,000$, yang berarti intervensi mampu meningkatkan pengetahuan responden secara signifikan.

Tabel 5. Uji Analisis Perdimensi

Dimensi	Median <i>Pre-</i> <i>test (IQR)</i>	Median <i>Post-</i> <i>test (IQR)</i>	Z	p-value (Asymp. Sig. 2-tailed)	r (<i>Effect</i> <i>Size</i>)
Pemahaman Menstruasi	4 (3 - 5)	6 (5 - 6)	-3.738	< 0.001	-0.591
Kebersihan Diri Saat Menstruasi	3 (2 - 4)	5 (4 - 5)	-3.832	< 0.001	-0.606
Penggunaan Pembalut	3 (2 - 4)	4 (3 - 5)	-2.719	0.007	-0.430
Keputihan	1 (1 - 2)	2 (1 - 2)	-2.449	0.014	-0.387
Penggunaan Celana Dalam	5 (4 - 6)	7 (6 - 7)	-4.435	< 0.001	-0.701

Tabel 5 analisis perdimensi menunjukkan bahwa seluruh aspek pengetahuan MKM mengalami peningkatan setelah intervensi, ditunjukkan oleh kenaikan nilai median pada setiap dimensi. Uji Wilcoxon mengonfirmasi bahwa seluruh perubahan tersebut signifikan ($p < 0,05$). Dimensi dengan peningkatan paling kuat tampak pada Penggunaan Celana Dalam, diikuti Kebersihan Diri Saat Menstruasi dan Pemahaman Menstruasi. Secara keseluruhan, hasil ini menunjukkan bahwa intervensi efektif dalam meningkatkan pengetahuan pada seluruh dimensi yang diukur.

PEMBAHASAN

Manajemen Kebersihan Menstruasi (MKM) merupakan upaya yang dilakukan untuk menjaga kebersihan diri dan kesehatan remaja putri selama periode menstruasi (Pednekar et al., 2022). Upaya ini mencakup pemeliharaan kebersihan tubuh, khususnya organ reproduksi, dengan tujuan mencegah pertumbuhan bakteri dan jamur yang berpotensi menimbulkan gangguan Kesehatan (Irianti & Tiarahma, 2021). Kurangnya penerapan MKM yang baik dapat meningkatkan risiko terjadinya berbagai masalah pada organ reproduksi, seperti rasa gatal, vaginitis, leukorea (keputihan), candidiasis atau infeksi jamur, serta gangguan kesehatan reproduksi lainnya. Kondisi tersebut dipengaruhi oleh beberapa faktor, antara lain daya tahan tubuh yang rendah, praktik kebersihan menstruasi yang tidak adekuat, serta penggunaan pembalut yang tidak memenuhi standar kesehatan, sehingga menegaskan pentingnya penerapan MKM yang tepat pada remaja putri (Astutiningrum et al., 2021; Marlina et al., 2021).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa promosi kesehatan Manajemen Kebersihan Menstruasi (MKM) berpengaruh signifikan terhadap peningkatan pengetahuan remaja putri di Panti Asuhan Yatim & Dhu'afa Mafaza Yogyakarta. Seluruh responden mengalami peningkatan skor pengetahuan setelah intervensi, yang menandakan bahwa edukasi MKM efektif dalam mengatasi keterbatasan informasi pada kelompok remaja rentan. Temuan ini sejalan dengan laporan WHO dan UNICEF yang menyebutkan bahwa kurangnya edukasi kesehatan menstruasi masih menjadi kendala utama dalam penerapan praktik MKM yang layak (*World Health Organization* (WHO) & UNICEF, 2024). Uji Wilcoxon dan *Paired Sample T-Test* menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan yang signifikan setelah promosi kesehatan diberikan ($p < 0,05$). Hasil ini menunjukkan bahwa promosi kesehatan yang terstruktur mampu meningkatkan pemahaman remaja mengenai MKM dalam waktu relatif singkat. Temuan ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Efni dan Fatmawati (2021) menunjukkan bahwa pemberian penyuluhan kesehatan mengenai *menstrual hygiene* pada remaja perempuan di beberapa sekolah terbukti meningkatkan kesadaran dalam menjaga kebersihan selama menstruasi. Selain itu, hasil penelitian tersebut juga menyimpulkan bahwa intervensi penyuluhan memberikan dampak positif terhadap peningkatan pengetahuan serta praktik remaja dalam menerapkan manajemen kebersihan menstruasi. Temuan ini menegaskan bahwa

edukasi kesehatan merupakan strategi yang efektif dalam membentuk perilaku kebersihan menstruasi yang lebih baik pada remaja perempuan.

Analisis perdimensi menunjukkan bahwa seluruh aspek pengetahuan MKM mengalami peningkatan yang signifikan. Peningkatan tertinggi terdapat pada dimensi penggunaan celana dalam, mengganti pembalut setiap hari, dan pemahaman terhadap kebersihan diri saat menstruasi. Hal ini menunjukkan bahwa materi yang bersifat praktis dan aplikatif lebih mudah dipahami oleh remaja. Temuan ini sejalan dengan teori *Health Belief Model* (HBM) yang menjelaskan bahwa individu cenderung menerapkan perilaku sehat apabila memiliki persepsi yang kuat terhadap tingkat ancaman kesehatan, memahami manfaat dari tindakan pencegahan, serta didukung oleh tingkat *self-efficacy* yang memadai dalam melakukan perilaku tersebut (Kalia & Muhani, 2020). Tingkat pengetahuan yang baik berperan dalam membentuk sikap positif hingga mendorong munculnya perilaku untuk menjaga kebersihan genitalia. Perilaku sendiri dipahami sebagai respons individu terhadap suatu stimulus yang diwujudkan dalam tindakan tertentu. Secara konseptual, perilaku tersusun atas tiga komponen utama, yaitu aspek kognitif yang berkaitan dengan pengetahuan, aspek afektif yang mencerminkan sikap, serta aspek konatif yang berhubungan dengan kecenderungan bertindak (Hanum et al., 2021).

Karena kurangnya pengetahuan dan informasi yang memadai mengenai kebersihan diri selama menstruasi menjadi salah satu faktor utama yang memengaruhi rendahnya perilaku kebersihan menstruasi di kalangan remaja. Remaja putri yang memiliki tingkat pengetahuan terbatas cenderung kurang memahami pentingnya menjaga kebersihan diri saat menstruasi, sehingga tidak menerapkan praktik kebersihan yang benar secara konsisten. Kondisi ini dapat berdampak negatif terhadap kesehatan reproduksi, karena kebiasaan kebersihan menstruasi yang kurang baik dapat meningkatkan risiko terjadinya infeksi dan gangguan pada organ reproduksi (Pemiliana, 2019). Penelitian ini memiliki konteks khusus karena dilakukan pada remaja yang tinggal di panti asuhan. Oleh karena itu, penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan di Panti Asuhan Aisyiyah Bukittinggi yang menyatakan bahwa semakin tinggi tingkat pengetahuan remaja putri mengenai personal *hygiene* saat menstruasi, maka semakin baik pula perilaku kebersihan yang diterapkan. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa pengetahuan remaja putri tergolong tinggi dan diikuti dengan perilaku personal *hygiene* saat menstruasi yang berada pada kategori positif. Kondisi ini didukung oleh karakteristik responden, di mana lebih dari setengah responden (52,0%) telah memperoleh informasi mengenai praktik personal *hygiene* yang baik dan benar selama menstruasi (Permata et al., 2023).

Hasil penelitian ini juga mendukung kebijakan nasional sebagaimana tertuang dalam Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 2 Tahun 2025 yang menekankan pentingnya upaya promotif dan preventif melalui komunikasi, informasi, dan edukasi (KIE) kesehatan reproduksi remaja. Promosi MKM yang dilakukan sejalan dengan kebijakan tersebut, khususnya dalam upaya pencegahan masalah kesehatan reproduksi sejak usia remaja. Secara keseluruhan, promosi kesehatan MKM terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan remaja putri di panti asuhan pada seluruh dimensi yang diukur. Peningkatan pengetahuan ini diharapkan dapat menjadi dasar perubahan perilaku kebersihan menstruasi yang lebih baik. Pentingnya program edukasi menstruasi yang berkelanjutan untuk mendukung kesehatan reproduksi remaja. Dengan demikian, implementasi program edukasi MKM secara rutin pada lembaga pengasuhan dan institusi pendidikan diperlukan untuk meningkatkan literasi kesehatan reproduksi generasi muda secara berkelanjutan. Dengan demikian, hasil penelitian ini tidak hanya sejalan dengan berbagai penelitian terdahulu, tetapi juga menunjukkan kekuatan yang lebih menonjol pada aspek pemerataan peningkatan pengetahuan. Efektivitas intervensi dalam penelitian ini memperkuat literatur yang menekankan pentingnya edukasi interaktif dalam meningkatkan pengetahuan MKM, terutama pada remaja kelompok rentan seperti penghuni panti asuhan.

KESIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa promosi kesehatan melalui edukasi interaktif efektif meningkatkan pengetahuan remaja putri asuhan tentang manajemen kebersihan menstruasi (MKM). Adanya perbedaan signifikan antara nilai sebelum dan sesudah intervensi menunjukkan bahwa metode promosi kesehatan ini berhasil meningkatkan pemahaman serta kesadaran remaja terhadap pentingnya menjaga kebersihan selama menstruasi. Dengan demikian, kegiatan edukasi ini dapat menjadi upaya strategis dalam meningkatkan perilaku higienis dan kesehatan reproduksi pada remaja kelompok rentan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Saya mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada Universitas Respati Yogyakarta atas segala dukungan, bimbingan, serta kesempatan yang telah diberikan selama proses pembelajaran. Lingkungan akademik yang kondusif, dosen-dosen yang profesional, serta seluruh civitas akademika yang berdedikasi telah memberikan pengalaman berharga dan ilmu yang bermanfaat bagi pengembangan diri saya, baik secara akademik maupun pribadi. Semoga Universitas Respati Yogyakarta terus berkembang, maju, dan menjadi institusi pendidikan yang unggul dalam mencetak generasi yang berkualitas dan berintegritas.

DAFTAR PUSTAKA

- Andani, P. R. (2021). Correlation Between Knowledge And Attitude Toward Personal Menstrual Hygiene Practice Among Adolescents. *Journal of Public Health Research and Community Health Development*, 4(2), 88. <https://doi.org/10.20473/jphrecode.v4i2.14460>
- Anggraeni, E. T., Kurnia, A. D., & Harini, R. (2018). Gambaran Pengetahuan Perawatan Organ Reproduksi pada Remaja di Panti Asuhan. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Indonesia (JIKI)*, 2(1), 10–18. <https://doi.org/10.31000/jiki.v2i1.888.g637>
- Astutiningrum, D., Utami, L. D. A., & Riyanti, E. (2021). Increasing Knowledge and Attitude of Menstrual Hygiene with Health Education Using Poster Method in Adolescents. *Proceeding of The URECOL*, 650–660.
- Destinarista, H., Wuringsih, A. Y., Wahyuni, S., & Rahayu, T. (2025). Pendampingan Manajemen Menstruasi Islami Bagi Remaja Putri, Orangtua dan Kader Posyandu Remaja. *Jurnal Pengabdian Harapan Ibu (JPHI)*, 7(2), 195–203. <https://doi.org/10.30644/jphi.v7i2.990>
- Dwi Y, A., Gita, I., Risdianti, H., Devi, Rahma, M, T., Reny, Yanti, T., Suryaman, R., & Hari, F. (2025). The Relationship Between Knowledge And Attitude Of Adolescents About Genital Hygiene During Menstruation. *Jurnal Penelitian Keperawatan Kontemporer*, 5(1). <https://doi.org/10.59894/jpkk.v5i1.924>
- Efni, N., & Fatmawati, T. Y. (2021). Edukasi Manajemen Kesehatan Remaja Saat Menstruasi di SMP N 5 Kota Jambi. *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)*, 3(2), 215. <https://doi.org/10.36565/jak.v3i2.236>
- Gibson, L., Yamakoshi, B., Burgers, L., & Alleman, P. (2019). *Guidance on Menstrual Health and Hygiene*. <https://www.unicef.org/wash/files/UNICEF-Guidance-menstrual-health-hygiene-2019.pdf>
- Hanum, D. F., Rochmah, N., & Nabila, M. A. (2021). Edukasi Kesehatan Reproduksi Remaja Putri Tentang Personal Hygiene Saat Menstruasi. *Indonesian Journal of Community Dedication in Health (IJCDH)*, 1(02), 15. <https://doi.org/10.30587/ijcdh.v1i02.2460>
- Harahap, Y. W. (2021). Perilaku Personal Hygiene Remaja Putri Saat Menstruasi di MTS Swadaya Padangsidempuan. *Jurnal Kesehatan Ilmiah Indonesia (Indonesian Health*

- Scientific Journal*), 6(1), 134–140. <https://doi.org/10.51933/health.v6i1.435>
- Irianti, D., & Tiarahma, L. (2021). Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Dalam Menjaga Kebersihan Organ Reproduksi Saat Menstruasi. *Jurnal Ilmu Kesehatan Insan Sehat*, 9(1), 20–23. <https://doi.org/10.54004/jikis.v9i1.19>
- Kalia, N., & Muhani, N. (2020). Faktor Health Belief Model (HBM) yang Berhubungan Dengan Self Efficacy Melakukan Tes IVA pada Pasangan Usia Subur Usia 30-50 tahun. *JURNAL DUNIA KESMAS*, 9(3), 326–335. <https://doi.org/10.33024/jdk.v9i3.3046>
- Marlina, N. N. A. S., Suarniti, N. W., & Surati, I. G. A. (2021). Pengaruh Penyuluhan Melalui Media Video terhadap Pengetahuan dan Sikap Genetalia Hygiene Remaja Puteri SMP Dwijendra Denpasar. *Jurnal Ilmiah Kebidanan (The Journal Of Midwifery)*, 9(1), 90–97. <https://doi.org/10.33992/jik.v9i1.1485>
- 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. <https://doi.org/10.14710/jkm.v8i1.26025>
- Pednekar, S., Some, S., Rivankar, K., & Thakore, R. (2022). Enabling factors for sustainable menstrual hygiene management practices: a rapid review. *Discover Sustainability*, 3(1), 28. <https://doi.org/10.1007/s43621-022-00097-4>
- 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>
- Permata, P., Nugrahmi, M. A., & Erpidawati, E. (2023). Hubungan Pengetahuan Dengan Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Remajaputri Di Panti Asuhan Aisyiyah Bukittinggi Tahun 2022. *Jurnal Ners*, 7(1), 605–610. <https://doi.org/10.31004/jn.v7i1.9192>
- Purwaningsih, H., Istiqomah, N., Widyastuti, Y., Wardani, I. K., & Suyatno, S. (2023). Edukasi Menstrual Hygiene Management (MHM) Pada Siswi Sekolah Dasar Sebagai Penerapan Perilaku Kebersihan Diri Selama Menstruasi. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Sinar Surya*, 1(1), 1–7. <https://journals.itspk.u.ac.id/index.php/pkmss/article/view/178>
- Rahmawati, L. F., Widyasih, H., & Estiwidani, D. (2020). Pengaruh Media Aplikasi MKM Terhadap Peningkatan Pengetahuan Manajemen Kebersihan Menstruasi Siswi Kelas VII di SMP N 3 Sleman Tahun 2019 [Poltekkes Kemenkes Yogyakarta]. <https://eprints.poltekkesjogja.ac.id/2293/>
- Rudatiningtyas, U., Khasanah, S.Si, M.Si, N. A. H., & Husen, S.Si, M.Si, F. (2022). Edukasi Peningkatan Kebersihan Diri Santriwati Saat Menstruasi di Pesantren Miftahul Huda Putri. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Indonesia*, 2(4). <https://doi.org/10.52436/1.jpmi.716>
- Sofiyati, S. (2023). Penyuluhan Pengetahuan Tentang Menstruasi dengan Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi pada Remaja Putri di Desa Sutawinangun Kecamatan Kedawung Kabupaten Cirebon. *Jurnal Nusantara Berbakti*, 1(3), 167–181. <https://doi.org/10.59024/jnb.v1i3.183>
- Umniyati, H. (2025). Pelatihan Manajemen Kebersihan Menstruasi pada Guru SD dan SMP. *Indonesian Community Service and Empowerment Journal (IComSE)*, 6(1), 624–630. <https://doi.org/10.34010/icomse.v6i1.14541>
- World Health Organization (WHO) & UNICEF. (2024). *Global report reveals major gaps in menstrual health and hygiene in schools*. <https://www.who.int/news/item/28-05-2024-global-report-reveals-major-gaps-in-menstrual-health-and-hygiene-in-schools>