



Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Menstruasi Hygiene Remaja Putri Di Desa Burni Bius Kecamatan Silih Nara Kabupaten Aceh Tengah Tahun 2022

Laora Apriliana¹, Agustina², Putri Ariscasari³

^{1,2,3}Universitas Muhammadiyah Aceh

Corresponding Author : ✉ laora2020.id@gmail.com

ABSTRACT

Menstruasi hygiene merupakan komponen *hygiene* perorangan berupa tindakan untuk memelihara kesehatan dan kebersihan alat reproduksi pada saat menstruasi. Penerapan menstruasi hygiene yang buruk pada remaja dapat berdampak terhadap kesehatan seperti ISR bahkan kemandulan. Dari data Puskesmas Silih Nara Penyakit ISR paling banyak di derita oleh remaja di Desa Burni Bius. Hasil survei pendahuluan remaja putri di Desa Burni Bius mengatakan hanya mengganti pembalut 2 kali dalam sehari, beberapa dari remaja putri juga mengatakan masih menggunakan kain sebagai ganti pembalut pada saat menstruasi, remaja putri juga yang mengatakan masih kurangnya pemahaman mengenai bagaimana cara mereka menjaga kebersihan organ genitalia eksternanya selama mestruasi. Dari hasil wawancara awal didapatkan juga bahwa remaja putri di Desa Burni Bius mengeluhkan gejala infeksi saluran reproduksi seperti, iritasi, gatal- gatal, keputihan yang banyak dan rasa perih. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui faktor- faktor apa saja yang berhubungan dengan perilaku menstruasi hygiene remaja putri di Desa Burni Bius Kecamatan Silih Nara Kabupaten Aceh Tengah tahun 2022. Desain penelitian ini dalam bentuk *bersifat deskriptif analitik dengan pendekatan cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini seluruh remaja putri yang berusia 16-18 tahun di Desa Burni Bius Kecamatan Silih Nara Kabupaten Aceh Tengah sebanyak 92 orang. Sampel dalam penelitian ini adalah total populasi. Pengumpulan data dari tanggal 10-15 Agustus dengan menggunakan kuesioner melalui wawancara. Analisis data menggunakan uji *Chi-Square* program SPSS 21. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 53,3% responden dengan perilaku menstruasi hygienenya kurang, 58,7% tidak pernah mendapatkan sumber informasi, 13% pengetahuan cukup, 53,3% kebiasaan negatif dan 62% berpengaruh terhadap kebudayaan. Hasil uji *chi-square* diperoleh bahwa ada hubungan antara sumber informasi $p = 0,008$, ada hubungan pengetahuan $p = 0,035$, ada hubungan kebiasaan $p = 0,013$, dan ada hubungan antara budaya $p = 0,004$ dengan perilaku menstruasi hygiene

Kata Kunci

Perilaku Menstruasi Hygiene, Pengetahuan, Sumber Informasi

PENDAHULUAN

Menstruasi merupakan hasil interaksi kompleks yang melibatkan sistem hormon dengan organ tubuh, yaitu *hipotalamus, hipofise, ovarium, dan uterus* serta faktor lain di luar organ reproduksi. Menstruasi merupakan salah satu bentuk pada periode remaja. Menstruasi pertama (*menarche*) terjadi pada usia

11 sampai 15 tahun dengan rata-rata 13 tahun. Menurut *World Health Organization* (WHO) Menstruasi pertama (*menarche*) terjadi pada usia 11 sampai 14 tahun dengan rata-rata 12 tahun (Maharani, 2018).

Pada saat menstruasi tubuh cenderung memproduksi lebih banyak keringat, hal ini menyebabkan bagian tubuh yang tertutup dan banyak memiliki lipatan- lipatan kulit seperti di daerah alat kelamin menjadi cenderung untuk lembab, sehingga dapat membantu pertumbuhan bakteri dan jamur yang akhirnya menimbulkan infeksi (Maharani, 2018).

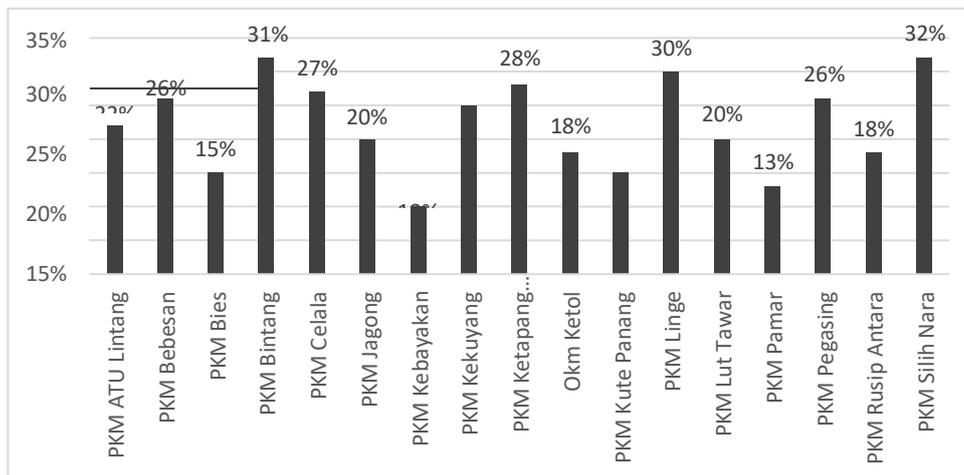
Menstruasi hygiene merupakan komponen *hygiene* perorangan berupa tindakan untuk memelihara kesehatan dan kebersihan alat reproduksi pada saat menstruasi. Upaya dalam menjaga kebersihan organ reproduksi dengan cara yaitu membasuh alat kelamin dari arah depan (vagina) ke belakang (anus), mengeringkan vagina dengan handuk bersih atau *tissue*, tidak memakai sabun dalam membersihkan vagina, tidak memakai bedak pada daerah vagina, memotong rambut kemaluan, mencuci tangan dengan sabun sebelum maupun sesudah menyentuh vagina, mengganti celana dalam minimal 2 kali sehari, menggunakan celana dalam berbahan katun, penggunaan pembalut selama menstruasi harus diganti secara teratur 4 sampai 5 kali sehari atau setiap 6 jam sekali (Cahyono, 2016).

Penelitian yang juga dilakukan oleh Novianti (2016), menunjukkan sebanyak 60% remaja putri mengganti pembalut mereka selama 5 atau 6 jam, hal ini akan mengakibatkan infeksi dan jamur, karena bakteri akan berkembang pada pembalut yang lembab. Perilaku saat menstruasi seseorang tergantung pada kesadaran dan pengetahuan tentang menstruasi hygiene. Dalam perkembangannya, teori perilaku oleh Benyamin Bloom dibagi menjadi 3 (tiga) domain yaitu pengetahuan, sikap dan tindakan. Perilaku seseorang dipengaruhi oleh pengetahuan. Pengetahuan seseorang tentang sesuatu hal akan mempengaruhi sikapnya. Sikap tersebut positif maupun negatif tergantung dari pemahaman individu tentang suatu hal tersebut (Yusiana, 2016).

Pentingnya penyuluhan kesehatan reproduksi remaja muda (*younger adolescents*) pada kelompok usia 10-14 tahun, karena pada usia tersebut merupakan masa emas untuk membentuk landasan kuat pada diri remaja sebagai dasar pengambilan keputusan yang bijak dalam berperilaku. Pengetahuan tentang kesehatan reproduksi pada remaja harus diperhatikan sejak usia *menarche*. Akan tetapi, kesehatan reproduksi masih tabu dibicarakan di kalangan remaja. Akibatnya, remaja yang kurang mengerti kadang-kadang mengambil keputusan yang salah mengenai kesehatan reproduksi (Bujawati, 2017).

Remaja seringkali merasa tidak nyaman atau tabu untuk membicarakan masalah seksualitas dan kesehatan reproduksinya. Karena faktor keingintahuannya mereka akan berusaha untuk mendapatkan informasi. Remaja merasa bahwa orang tuanya menolak membicarakan mengenai kesehatan reproduksi dan kemudian mencari alternatif sumber informasi lain seperti teman dan media massa. Sehingga dapat menyebabkan simpang siur atau pemahaman yang salah karena tidak adanya bimbingan dari orang tua. Problematika yang dihadapi oleh remaja tidak lain bersumber pada kurangnya informasi tentang kesehatan reproduksi (Latifah, 2017). Penerapan menstruasi hygiene yang buruk pada remaja dapat berdampak terhadap kesehatan seperti kemandulan. Kondisi tersebut disebabkan oleh infeksi jamur dan bakteri yang terjadi akibat perilaku *hygiene* saat menstruasi yang tidak baik (Setianingsih, 2016). Perempuan yang tidak teratur menjaga hygiene selama menstruasi beresiko terkena infeksi saluran reproduksi (ISR) 1,66 kali dibanding mereka yang menjaga *hygiene* selama menstruasi (Rakhmilla, 2016).

Prevalensi infeksi saluran reproduksi (ISR) pada remaja putri di dunia yaitu kandidiasis (25%- 50%), vaginosis bakterial (20-40%) dan trikomoniasis (5-15%). Di antara negara- negara di Asia Tenggara, wanita Indonesia lebih rentan mengalami ISR yang dipicu iklim Indonesia yang panas dan lembab. Penyebab tingginya dari kasus tersebut adalah jamur *candida albican* sebanyak 77% yang senang berkembang biak dengan kelembapan tinggi seperti pada saat menstruasi (Pratiwy, 2020).



Gambar 1.

Kasus ISR Di Kabupaten Aceh Tengah (Dinkes Aceh Tengah, 2021)

Data Puskesmas Silih Nara didapatkan bahwa kasus ISR meningkat pada tiap tahunnya, diketahui pada tahun 2019 kasus ISR sebanyak 18%, tahun 2020 kasus ISR sebanyak 22% dan tahun 2021 kasus ISR sebanyak 32%. Dari data

Puskesmas Silih Nara Penyakit ISR paling banyak di derita oleh remaja di Desa Burni Bius.

Dari 33 desa yang ada di wilayah kerja Puskesmas Silih Nara, terdapat 6 desa yang termasuk dalam kategori mengalami penyakit ISR tertinggi yaitu desa Burni Bius sebanyak 32 kasus, desa Genting Gerbang sebanyak 27 kasus, desa Arul Kumer sebanyak 21 kasus, desa Jerata sebanyak 18 kasus, desa Pepayungen Angkup sebanyak 18 kasus dan desa Wih Porak sebanyak 16 kasus ISR.

Hasil survei pendahuluan dengan melakukan wawancara terhadap beberapa remaja putri di Desa Burni Bius pada tanggal 12 November 2021, remaja putri di Desa Burni Bius mengatakan hanya mengganti pembalut 2 kali dalam sehari, beberapa dari remaja putri juga mengatakan masih menggunakan kain sebagai ganti pembalut pada saat menstruasi, remaja putri juga yang mengatakan masih kurangnya pemahaman mengenai bagaimana cara mereka menjaga kebersihan organ genitalia eksternanya selama menstruasi. Dari hasil wawancara awal didapatkan juga bahwa remaja putri di Desa Burni Bius mengeluhkan gejala infeksi saluran reproduksi seperti, iritasi, gatal-gatal, keputihan yang banyak dan rasa perih.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian yang bersifat deskriptif analitik dengan pendekatan *cross sectional* yaitu di mana data yang menyangkut variabel Independen (bebas) dan variabel Dependen (terikat). Akan di teliti dan di kumpulkan pada waktu yang sama (Notoatmodjo, 2012). Data yang dikumpulkan dalam penelitian ini adalah data primer yaitu data yang diperoleh dari objek penelitian atau responden, guna untuk mengetahui hubungan antara variable X dan Y dengan teknik pengumpulan data dengan menyebarkan angket ke respondent untuk di isi dengan maksud memperoleh jawaban yang tepat dan jelas mengenai judul, angket di ambil dan dikumpulkan kembali oleh peneliti pada hari itu juga.

Pengolahan data yang telah di kumpulkan dan di olah melalui tahap sebagai berikut (Notoatmodjo, 2012) :

1. *Editing*, yaitu sebelum meninggalkan responden, memeriksa semua kuesioner yang sudah diisi oleh responden, apa sudah diisi semua atau belum.
2. *Coding*, yaitu memberi kode berupa nomor atau angka-angka pada setiap kuesioner yang di isi oleh responden, misalnya 1 untuk yang memiliki nilai pengetahuan baik dan 2 untuk yang memiliki nilai pengetahuan kurang baik.

3. *Transferring*, yaitu data yang telah di beri kode di susun secara teratur mulai dari responden pertama sampai responden terakhir dan kemudian di masukan dalam master tabel dan kemudian di olah data kedalam aplikasi SPSS
4. *Tabulating*, yaitu data yang telah di olah kemudian di susun dalam bentuk tabel dan nasari untuk di presentasikan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hubungan Sumber Informasi Dengan Perilaku Menstruasi Hygiene Pada Remaja Putri Di Desa Burni Bius Kecamatan Silih Nara Kabupaten Aceh Tengah Tahun 2022

Hasil uji statistik dengan menggunakan chi-square di peroleh nilai p value $0,008 < 0,05$ berarti (H_0) ditolak. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan sumber informasi dengan perilaku menstruasi hygiene remaja putri di Desa Burni Bius Kecamatan Silih Nara Kabupaten Aceh Tengah tahun 2022.

Notoatmodjo (2012) menyatakan bahwa dalam perkembangan sekarang, termasuk dalam bidang kesehatan. Kesehatan masyarakat juga sangat memperhatikan perihal informasi sebagai aspek yang sangat penting dalam perubahan perilaku kesehatan yaitu dengan adanya komunikasi kesehatan masyarakat.

Pemahaman tentang sesuatu yang positif dan negatif akan mempengaruhi sikap dan perilaku seseorang dan hal ini tergantung pada ketersediaan informasi yang akurat. Ketersediaan informasi lebih awal dan dari berbagai sumber yang terpercaya dapat mempengaruhi perilaku anak remaja terhadap hygiene menstruasi lebih baik. Dalam hal ini orang tua mempunyai peranan penting sebagai sumber informasi sehingga harus memberikan informasi yang sejelas-jelasnya mengenai suatu pengetahuan, begitu juga dengan pendidikan kesehatan reproduksi (Weni, 2018).

Hubungan Pegetahuan Dengan Perilaku Menstruasi Hygiene Pada Remaja Putri Di Desa Burni Bius Kecamatan Silih Nara Kabupaten Aceh Tengah Tahun 2022

Hasil uji statistik dengan menggunakan chi-square di peroleh nilai p value $0,035 < 0,05$ berarti (H_0) ditolak. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan pengetahuan dengan perilaku menstruasi hygiene remaja putri di Desa Burni Bius Kecamatan Silih Nara Kabupaten Aceh Tengah tahun 2022.

Teori Lawrence Green (1980) menyatakan bahwa pengetahuan merupakan hal terpenting dalam pembentukan perilaku. Perilaku kesehatan seseorang ditentukan oleh orang tersebut. Dalam perilaku kesehatan, hal yang penting adalah masalah ketika membentuk perubahan perilaku, karena

perubahan perilaku merupakan tujuan dari pendidikan atau penyuluhan kesehatan sebagai penunjang program-program kesehatan lainnya. Menurut Becker dalam Notoatmodjo (2010), pengetahuan tentang kesehatan mencakup apa yang diketahui oleh seseorang terhadap cara-cara memelihara kesehatan, seperti pengetahuan tentang penyakit menular, pengetahuan tentang fasilitas pelayanan kesehatan dan pengetahuan untuk menghindari kecelakaan.

Pengetahuan tentang personal hygiene menstruasi perlu didapatkan guna meningkatkan derajat kesehatan seseorang. Dengan memelihara kebersihan diri, memperbaiki personal hygiene yang kurang, pencegahan penyakit, meningkatkan kepercayaan diri dan menciptakan keindahan. (Isro'in & Andarmoyo, 2012). Personal hygiene pada saat menstruasi adalah kebersihan diri seorang wanita ketika menstruasi yang bertujuan untuk mencegah penyakit serta meningkatkan perasaan sejahtera (Sinaga, 2017).

Hubungan Kebiasaan Dengan Perilaku Menstruasi Hygiene Pada Remaja Putri Di Desa Burni Bius Kecamatan Silih Nara Kabupaten Aceh Tengah Tahun 2022

Hasil uji statistik dengan menggunakan chi-square di peroleh nilai p value $0,013 < 0,05$ berarti (H_0) ditolak. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan kebiasaan dengan perilaku menstruasi hygiene remaja putri di Desa Burni Bius Kecamatan Silih Nara Kabupaten Aceh Tengah tahun 2022.

Sikap yang dimiliki seseorang adalah suatu jalinan atau suatu kesatuan dari berbagai komponen yang bersifat evaluasi. Secara umum sikap dapat dirumuskan sebagai kecenderungan untuk berespons (secara positif atau negatif) terhadap orang, obyek atau situasi tertentu. Selain bersifat positif atau negatif, sikap memiliki tingkat kedalaman yang berbeda-beda, misalnya sangat benci, agak benci, dan sebagainya. Sikap seseorang dapat berubah dengan diperolehnya tambahan informasi tentang obyek tersebut, melalui persuasi serta tekanan dari kelompok sosialnya. Sikap yang ada dalam diri seseorang memerlukan unsur respon dan stimulus. Kepuasan merupakan respon dari stimulus yang diterima. *Output* sikap pada seseorang dapat berbeda, jika suka maka seseorang akan mendekat, mencari tahu, dan bergabung, sebaliknya jika tidak suka, maka seseorang akan menghindar dan menjauh (Diana, 2012).

Remaja putri umumnya kurang memahami bahwa menstruasi adalah peristiwa yang normal yang terjadi pada wanita. Mereka tidak mengetahui hal-hal yang mendasar yang berkaitan dengan menstruasi antara lain adalah pengertian, mekanisme terjadinya menstruasi, dan siklus menstruasi. Sikap tertutup tersebut menyebabkan mereka kurang mendapat informasi mengenai menstruasi, Seharusnya remaja putri memiliki sikap terbuka supaya dapat menerima berbagai informasi mengenai kesehatan reproduksi khususnya

menstruasi (Rahmatika, 2010).

Hubungan Budaya Dengan Perilaku Menstruasi Hygiene Pada Remaja Putri Di Desa Burni Bius Kecamatan Silih Nara Kabupaten Aceh Tengah Tahun 2022

Hasil uji statistik dengan menggunakan chi-square di peroleh nilai p value $0,004 < 0,05$ berarti (H_0) ditolak. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan budaya dengan perilaku menstruasi hygiene remaja putri di Desa Burni Bius Kecamatan Silih Nara Kabupaten Aceh Tengah tahun 2022.

Perbedaan dalam mitos-mitos budayamembuat beberapa komunitas masyarakat juga berbeda dalam personal hygiene saat menstruasi. Kebersihan diri merupakan langkah awal mewujudkan kesehatan diri. Tubuh yang bersih meminimalkan resiko seseorang terhadap kemungkinan terjangkitnya suatu penyakit, terutama penyakit yang berhubungan dengan kebersihan diri yang buruk (Lestariningsih, 2015).

Kepercayaan pada hal-hal tertentu sangat dipengaruhi oleh kebiasaan suatu masyarakat tertentu yang kemudian disebut sebagai kebudayaan suatu komunitas masyarakat yang unik dan tipikal. Intervensi budaya dalam hal ini tentu saja tidak selalu benar secara ilmiah sehingga kemudian disebut sebagai mitos dalam budaya, termasuk dalam hal perilaku hygienemenstruasi, banyak mitos-mitos yang berkembang di masyarakat terkait hal ini. Semakin seseorang percaya dengan mitos-mitos seputar menstruasi tersebut sangat mungkin seseorang jauh dari perilaku personal hygiene yang sehat tentang menstruasi (Bujawati, 2017).

Beberapa wilayah di Indonesia pada umumnya terdapat budaya tertentu sehubungan dengan datangnya haid pertama kali pada remaja putri salah satunya tidak diperbolehkan melakukan keramas pada saat haid dikarenakan akan menimbulkan anemia. Hal tersebut merupakan mitos yang beredar di lingkungan masyarakat. Mitos tersebut tidak benar karena wanita yang mengalami menstruasi wajib menjaga kebersihan dirinya. Wanita yang sedang mengalami menstruasi wajib menjaga kebersihan rambut karena pada saat menstruasi kulit kepala lebih berminyak dan berkeringat sehingga akan memudahkan timbulnya ketombe dan mikroorganismen lainnya (Latifah, 2017).

Budaya atau mitos seperti pembalut sekali pakai sebaiknya dicuci dahulu sebelum dibuang telah melekat pada banyak individu, mereka mempercayai bahwa bila tidak mencucinya dahulu akan “diikuti” oleh setan, sedangkan hal tersebut belum terbukti kebenarannya. Namun, apabila seseorang menolak pada kepercayaan, budaya atau mitos yang tidak disertai tanpa adanya kebenaran secara ilmiah memberikan makna bahwa pengetahuan yang dimiliki semakin baik, sehingga secara tak langsung bisa mempengaruhi personal

hygiene yang dimiliki (Wahyudi, 2018).

Hasil penelitian sejalan dengan penelitian Maharani bahwa terdapat hubungan antara budaya dengan perilaku personal hygiene saat menstruasi. Namun, penelitian Nita menunjukkan tidak terdapat pengaruh yang signifikan faktor budaya dengan perilaku personal hygiene (Rahman, 2014). Perbedaan dalam mitos-mitos budaya membuat beberapa komunitas masyarakat juga berbeda dalam melakukan personal hygiene saat menstruasi. Kebersihan diri adalah langkah awal untuk mewujudkan kesehatan diri. Tubuh yang bersih akan meminimalisir resiko kemungkinan terjangkitnya suatu penyakit, terutama penyakit yang berhubungan dengan kebersihan diri yang buruk (Maharani, 2018).

KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang dilakukan dapat disimpulkan bahwa semua variabel memiliki hubungan dengan perilaku menstruasi hygiene remaja putri di Desa Burni Bius Kecamatan Silih Nara Kabupaten Aceh Tengah tahun 2022. Yaitu:

1. Ada hubungan antara budaya dengan dengan perilaku menstruasi hygiene remaja putri di Desa Burni Bius Kecamatan Silih Nara Kabupaten Aceh Tengah tahun 2022. *P value* 0.004
2. Ada hubungan antara sumber informasi dengan dengan perilaku menstruasi hygiene remaja putri di Desa Burni Bius Kecamatan Silih Nara Kabupaten Aceh Tengah tahun 2022. *P value* 0.008
3. Ada hubungan antara kebiasaan dengan dengan perilaku menstruasi hygiene remaja putri di Desa Burni Bius Kecamatan Silih Nara Kabupaten Aceh Tengah tahun 2022. *P value* 0.013
4. Ada hubungan antara pengetahuan dengan dengan perilaku menstruasi hygiene remaja putri di Desa Burni Bius Kecamatan Silih Nara Kabupaten Aceh Tengah tahun 2022. *P value* 0.035

DAFTAR PUSTAKA

- Afiyanti, Yati & Anggi Pratiwi. (2016) ."*Seksualitas dan Kesehatan Reproduksi Perempuan*". Jakarta: Rajawali Pers
- Ambarwati, E,R,Diah, W. 2010. Asuhan Kebidanan Nifas. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Andriana,Nana Aldriana,Andria. (2018) ."*Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Siklus Menstruasi pada mahasiswi di Universitas Pasir Pengaraian*". *Jurnal Maternity and Neonatal Vol 2 No 5*
- Arief. 2011. Tingkat Pengetahuan Remaja Putri tentang Vulva Higiene saat

- Menstruasi pada Siswi Kelas X SMA Islam Terpadu Al-Masyhur Pati
Aryani, R. 2010. Kesehatan remaja problem dan solusinya. Jakarta: Salemba Medika.
- Bujawati, E., S. Raodhah,, dan Indriyanti. 2017. Faktor-Faktor Yang Berhubungan dengan Personal Hygiene Selama Menstruasi pada Santriwati di Pesantren Babul Khaer Kabupaten Bulukumba, Provinsi Sulawesi Selatan Tahun 2017. *Jurnal Higiene* 3(1) : 1-9.
- Diana. (2012). Hubungan Antara Pengetahuan Kesehatan Reproduksi dengan Perilaku Higienis Remaja Putri Pada Saat Menstruasi. Skripsi Universitas Muhammadiyah Surakarta
- Dina, D. N. 2013. Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Higienis Remaja Putri Saat Menstruasi di MTs Al-Khairiyah. *Jurnal Dunia Kesmas* 2(3) : 141- 152.
- Ernawati, S., dkk. (2017). *"Manajemen Kesehatan Menstruasi"*. Universitas Nasional IWWASH Global One.
- Haryono, Rudi. (2016). Siap Menghadapi Menstruasi dan Menopause. Yogyakarta : Gosyen Publishing
- Indriastuti, Dian Putri. Hubungan Antara Pengetahuan Kesehatan Reproduksi dengan Perilaku Higienis Remaja Putri Pada Saat Menstruasi. Skripsi Universitas Muhammadiyah Surakarta ; 2009.
- Latifah, N. 2017. Gambaran Perilaku Hygiene Menstruasi pada Siswi SMKN 8 Kota Bekasi. *Jurnal Kedokteran dan Kesehatan*, Vol.13 (1): 35-47.
- Lestariningsih, S. 2015. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Praktik Hygiene Menstruasi. *Jurnal Kesehatan Metro Sai Wawai*, Vol.VIII (2): 14-22.
- Lianawati, iis. (2012). Tingkat Pengetahuan Remaja Puteri tentang Personal Hygiene saat Menstruasi pada siswi kelas X di SMA Islam terpadu AlMasyhur Pati Tahun 2012. Karya Tulis Ilmiah: Surakatra
- Luthfa, Adrikni & Nendhi Wahyunia Utami. (2017) *."Gambaran Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri Dilihat Berdasarkan Tingkat Stress Di Pondok Pesantren Kuno Putri Gamping Sleman"*. Yogyakarta
- Kartikawati, Sri Lestari & Apriza Irma Sari. (2017) *."Hubungan Tingkat Stres Dengan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswa Kebidanan Tingkat Iii (Remaja Akhir Usia 18-21 Tahun) Di Stikes Bhakti Kencana Bandung"*. *Dinamika Kesehatan*, Vol. 8 No. 1Kementerian Kesehatan RI. Rajin Aktivitas Fisik, KEMENKES RI.
- Kemenkes RI. 2020. *Profil Kesehatan Indonesia*. Jakarta: Pusat Data dan Informasi Kemenkes RI.
- Khan, Asif. (2012). Perceptions and Practices about Menstrual Hygiene among

- Adolescent Girls in a Rural Area – A Cross-Sectional Study. International Journal of Health Sciences & Research; Vol.2; Issue:8.
- Kusmiran. 2012. Kesehatan Reproduksi Remaja dan Wanita. Bandung : Salemba Medika
- Kusmiran, E. Kesehatan Reproduksi Remaja dan Wanita. Jakarta :SalembaMedika; 2014.
- Maharani, R. dan Andriyani, W. 2018. Faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Personal Hygiene saat Menstruasi pada Santriwati di MTS Pondok Pesantren Darel Hikmah Kota Pekanbaru. Jurnal Kesmas, Vol.1 (1): 69-77.
- Maidartati, Hayati, S., & Nurhida, L. A. (2016). Hubungan Pengetahuan dengan perilaku Vulva Hygiene Pada saat menstruasi Remaja Putri. IV(1), 50-57.
- Naibaho, Winny Novietta K, Slamet Riyadi, Arif Suryawan. (2014). "Hubungan antara Tingkat Aktivitas Fisik dan Siklus Menstruasi pada Remaja di SMA Warga Kota Surakarta" *Nexus Kedokteran Komunitas Vol3./No.2*
- Natalia, K. 2015. Analisis Determinan yang Mempengaruhi Personal Hygiene Selama Menstruasi pada Remaja Putri di SMA Dharma Bakti Medan Tahun 2015. Tesis Tidak Diterbitkan. Universitas Sumatera Utara, Medan.
- Rahman, Nita. (2014). Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Personal Hygiene pada Saat Menstruasi di SMP Muhammadiyah 5 Yogyakarta Tahun 2014. Skripsi. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Aisyiyah Yogyakarta.
- Rahmatika. (2010). Pengaruh Pengetahuan dan Sikap Tentang Personal Hygiene Menstruasi Terhadap Tindakan Personal Hygiene Remaja Puteri Pada Saat Menstruasi Di SMK Negeri 8 Medan Tahun 2010. Skripsi. Universitas Sumatera Utara.
- Setianingsih, A., (2016). Hubungan Pengetahuan dan Sikap Terhadap Perilaku Personal Hygiene Menstruasi. Jurnal Kesehatan Masyarakat. 1 (05).
- Simbolon, Purnama. (2016). "Hubungan Indeks Massa Tubuh Dengan Lama Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi Angkatan 2016 Fakultas Kedokteran Universitas Lampung". Lampung
- Tombokan, Kevin C, Damajanty. H. C. Pangemanan., Joice N. A. engka (2017). "Hubungan antara Stres dan Pola Siklus Menstruasi pada Mahasiswa Kepaniteraan Klinik Madya (co-assistant) di RSUP prof. Dr. R. D. Kandou Manado." *jurnal e-biomedik volume 5 nomor 1*.
- Verawaty, S.N & Rahayu. 2012. Merawat dan menjaga kesehatan seksual wanita, Bandung: PT. Grafindo Media Pratama.
- Wahyudi, A. S. Asmoro, C. P. & Suarilah, I. (2018). Faktor Yang Berhubungan Dengan Personal Hygiene Saat Menstruasi. Jurnal Kesehatan Manarang,

4(2), 104- 113.

- Weni, Riri. 2018. Faktor yang berhubungan dengan perilaku personal hygiene saat menstruasi pada santriwati di MTS Pondok Pesantren Dar El Hikmah Kota Pekanbaru. *Jurnal Kesmas* 1 (1): 69-77.
- WHO. 2014. *Health for the World's Adolescents: A Second Chance in the Second Decade*. Geneva, World Health Organization Departemen of Noncommunicable disease surveillance. (2014).
- Yamin, R., Pratiwy, E., dan Amalia, M. 2020. Analisis Hubungan Sikap Terhadap Praktik Hygiene Menstruasi Pada Siswa Perempuan di Pesantren Ummul Mukminin Kota Makassar Tahun 2020. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Mulawarman*, 1(2), pp. 40-45.
- Yudita, N. A., Yanis, A., & Iryani, D. (2017). Hubungan antara Stress dengan Pola Menstruasi Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Andalas.
- Yusiana, M. A. dan M. S. T. Saputri. 2016. Perilaku Personal Hygiene pada Saat Menstruasi. *Jurnal STIKES* 9(1) : 14-19.