

FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN PERILAKU PERSONAL HYGIENE SAAT MENSTRUASI PADA SISWI SMP PGRI DEPOK II TENGAH JAWA BARAT TAHUN 2020

Nabila Azzahra¹⁾ Retno Mardhiati Adiwiryo²⁾

¹Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka

nabiladipo@yahoo.com

Factors Associated With Personal Hygiene During Menstruation In Student Of SMP PGRI Depok II Tengah West Java 2020

Abstract: Having a good personal hygiene behavior especially during menstruation can reduce the risk of reproductive health problems. The aim of this study is to find out factors associated with personal hygiene during menstruation in student of SMP PGRI Depok II Tengah West Java 2020. This study uses quantitative method with a cross sectional design study. This study is conducted in December 2019 to May 2020. The population of this study is the entire student in class VII and VIII. The number of sample in this study is 94 which conducted with quota sampling. This study uses a primer data which uses google form questionnaire as an instrument to collect a data. The data is analyzed using univariate and bivariate analysis with chi square. Univariate analysis results show that 76,6% respondents don't have good personal hygiene behavior during menstruation, 72,3% have the ideal age of menarche, 58,5% have low knowledge, 70,2% have negative attitudes, 84% have incomplete hygiene facilities and infrastructure in school, 91,5% are exposed to information, and 63,8% have sufficient peer support. Bivariate analysis show that there's a significant association between the completeness of hygiene facilities and infrastructure in school with personal hygiene behavior during menstruation with Pvalue=0,008.

Keywords: Adolescence, Behavior, Personal Hygiene, Menstruation

Abstrak: Memiliki perilaku personal hygiene yang baik terutama saat menstruasi dapat menurunkan risiko terkena gangguan kesehatan reproduksi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku personal hygiene saat menstruasi pada siswi SMP PGRI Depok II Tengah Jawa Barat Tahun 2020. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain penelitian potong lintang. Penelitian ini dilakukan dari bulan Desember 2019 sampai bulan Mei 2020. Populasi penelitian ini adalah seluruh siswi kelas VII dan VIII. Jumlah sampel penelitian ini adalah 94 siswi yang telah mengalami menstruasi. Teknik pengambilan sampel penelitian ini adalah quota sampling. Penelitian ini menggunakan data primer yang diambil menggunakan kuesioner google form sebagai instrumen penelitian. Penelitian ini menggunakan analisis univariat dan analisis bivariat. Penelitian ini menggunakan uji chi square. Hasil analisis univariat 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.

Kata kunci: Remaja, Perilaku, Personal Hygiene, Menstruasi

PENDAHULUAN

Menstruasi adalah keluarnya darah dari rahim secara periodik yang terjadi akibat tidak ada pembuahan oleh sperma terhadap sel telur, sehingga lapisan dinding rahim (endometrium) yang sudah menebal untuk persiapan kehamilan menjadi luruh. Rata-rata siklus ini adalah 28-35 hari dan lama haid antara 3-7 hari (Sinaga dkk, 2017). Saat perempuan mengalami menstruasi, saat itu juga perempuan harus lebih peduli dengan kebersihan area kewanitaan. Namun, banyak perempuan yang kurang peduli dengan hal tersebut.

Penelitian Gupta,dkk (2018) di Etawah, India menyebutkan 47,2% remaja perempuan tidak memiliki pengetahuan tentang menstruasi. Upashe (2015) mendapatkan 60,1% remaja perempuan di Ethiopia Barat memiliki perilaku *personal hygiene* saat menstruasi yang buruk. Penelitian Solehati, dkk (2016) di Garut menemukan bahwa 87% siswi SMP yang menjadi respondennya memiliki perilaku yang tidak mendukung *personal hygiene* saat menstruasi. Hal yang serupa juga ditemukan di Medan, 55,6% siswi SMA Etilandia tidak melakukan *personal hygiene* yang baik saat menstruasi (Pemiliana, 2018).

Terdapat lebih dari tiga faktor yang dapat memengaruhi perilaku saat menstruasi terutama *personal hygiene* pada remaja perempuan yang dikelompokkan menjadi faktor predisposisi (*predisposing*), faktor pendukung (*enabling*), dan

faktor pendorong (*reinforcing*). Salah satu variabel yang menjadi faktor predisposisi adalah pengetahuan. Penelitian Agustin dan Sari (2018) menyatakan bahwa ada hubungan yang signifikan antara variabel pengetahuan dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi (Pvalue=0,004).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan terhadap 30 siswi kelas IX di sekolah tersebut, didapatkan 10% siswinya memiliki perilaku *personal hygiene* yang buruk. Menurut informasi yang diberikan oleh kepala sekolah, di sekolah tersebut belum pernah dilakukan penelitian yang berkaitan dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi. Oleh karena itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi pada siswi SMP PGRI Depok II Tengah. Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi pada siswi SMP PGRI Depok II Tengah Jawa Barat Tahun 2020.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan desain potong lintang (*cross sectional*). Populasi dalam penelitian ini adalah siswi kelas VII dan VIII SMP PGRI Depok II Tengah dengan sampel sebanyak 94 responden yang diambil menggunakan metode *quota sampling*. Jenis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data primer dengan menggunakan kuesioner online (*google form*) sebaagi instrumennya. Data diolah dengan aplikasi SPSS dan diuji dengan

menggunakan uji *chi-square*. Variabel dalam penelitian ini terdiri dari variabel dependen yaitu perilaku *personal hygiene* saat menstruasi dan variabel independen yaitu usia *menarche*, pengetahuan, sikap, kelengkapan sarana dan prasarana kebersihan di sekolah, keterpaparan informasi, dan dukungan teman sebaya.

HASIL PENELITIAN

Analisis Univariat

Tabel 1 Rekapitulasi Hasil Analisis Univariat tentang Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Perilaku *Personal Hygiene* pada Siswi SMP PGRI Depok II Tengah Jawa Barat Tahun 2020

Variabel	Kategori	n	%
Perilaku <i>Personal Hygiene</i> saat Menstruasi	Kurang	72	76,6
	Baik	22	23,4
	Tidak	26	27,7
Usia <i>Menarche</i>	Ideal	68	72,3
	Ideal		
Pengetahuan	Rendah	55	58,5
	Tinggi	39	41,5

Analisis Bivariat

Tabel 2 Rekapitulasi Hasil Bivariat Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Perilaku *Personal Hygiene* saat Menstruasi pada Siswi SMP PGRI Depok II Tengah Jawa Barat Tahun 2020

Variabel	Perilaku <i>Personal Hygiene</i> saat Menstruasi				Total		PR (95% CI Lower-Upper)	Pvalue
	Kurang Baik		Baik		n	%		
	n	%	n	%				
Usia <i>Menarche</i>								
Tidak ideal							1,006 (0,785-1,290)	1,000
Ideal	20	76,9	6	23,1	26	100		
	52	76,5	16	23,5	68	100		
Pengetahuan							1,255 (0,976-1,612)	0,095
Rendah	46	83,6	9	16,4	55	100		

Sikap	Negatif	66	70,2
	Positif	28	29,8
Kelengkapan Sarana dan Prasarana Kebersihan di Sekolah	Kurang	79	84
	Lengkap	15	16
	Lengkap		
Keterpaparan Informasi	Tidak	8	8,5
	Terpapar	86	91,5
	Terpapar		
Dukungan Teman Sebaya	Kurang	34	36,2
	Cukup	60	63,8

Tabel 1 menunjukkan bahwa distribusi perilaku *personal hygiene* saat menstruasi yang kurang baik sebanyak 72 responden (76,6%) dengan distribusi terbesar pada faktor kelengkapan sarana dan prasarana kebersihan di sekolah sebanyak 79 responden (84%), sedangkan yang paling sedikit pada faktor keterpaparan informasi sebanyak 8 responden (8,5%).

Tinggi	26	66,7	13	33,3	39	100		
Sikap								
Negatif	50	75,8	16	24,2	66	100	0,964 (0,761- 1,222)	0,977
Positif	22	78,6	6	21,4	28	100		
Kelengkapan Sarana dan Prasarana Kebersihan di Sekolah								
Kurang Lengkap	65	82,3	14	17,7	79	100	1,763 (1,017- 3,058)	0,008
Lengkap	7	46,7	8	53,3	15	100		
Keterpaparan Informasi								
Tidak Terpapar	6	75	2	25	8	100	0,977 (0,644- 1,482)	1,000
Terpapar	66	76,7	20	23,3	86	100		
Dukungan Teman Sebaya								
Kurang	25	73,5	9	26,5	34	100	0,939 (0,737- 1,195)	0,783
Cukup	47	78,3	13	21,7	60	100		

Tabel 2 menunjukkan bahwa terhadap hubungan yang signifikan antara perilaku personal hygiene saat menstruasi dengan kelengkapan sarana dan prasarana kebersihan di sekolah (Pvalue = 0,008 dan PR = 1,763)

PEMBAHASAN

Perilaku *personal hygiene* saat menstruasi

Menstruasi merupakan kejadian fisiologis yang biasa terjadi pada perempuan sebelum *menopause*. Unicef (2019) mengatakan bahwa menstruasi merupakan proses alami keluarnya darah dan zat lain dari uterus melalui vagina. Sedangkan *personal hygiene* saat menstruasi merupakan tindakan menjaga kebersihan areaewanitaan sebagai upaya mencegah penyakit.

Perilaku *personal hygiene* saat menstruasi dalam penelitian ini dikategorikan menjadi baik dan kurang baik. Hasil analisis univariat menunjukkan bahwa siswi dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi yang kurang baik (76,6%) lebih banyak daripada siswi dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi yang baik (23,4%). Penelitian ini sejalan dengan penelitian Desky (2015) yang menunjukkan bahwa remaja putri dengan praktik *personal hygiene* saat menstruasi yang kurang (54,1%) lebih banyak dibandingkan remaja putri dengan praktik *personal hygiene* saat menstruasi yang baik.

Hubungan usia menarche dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi

Berdasarkan penelitian ini, menunjukkan bahwa siswi SMP PGRI Depok II Tengah paling banyak mengalami menstruasi pertama kali pada saat usia 12 tahun (38,3%) dan paling sedikit siswinya mengalami menstruasi pertama kali pada usia 10 tahun (5,3%).

Hasil analisis bivariat antara usia menarche dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi dengan menggunakan uji *chi square* diperoleh $Pvalue=1,000$ artinya tidak ada hubungan signifikan antara dua variabel tersebut. Peneliti menduga tidak ada hubungan yang signifikan antara usia *menarche* dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi pada penelitian ini disebabkan oleh tidak menjamainya usia *menarche* seseorang dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasinya.

Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Matta dan Wuryaningsih (2014) yang menemukan tidak ada hubungan antara usia *menarche* dengan perilaku menstruasi ($Pvalue=0,227$). Penelitian Wahyudi, dkk (2018) juga menemukan tidak ada hubungan antara variabel usia *menarche* dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi ($Pvalue=0,473$). Berdasarkan penelitian Wahyudi, dkk (2018) tidak ada hubungan antara usia *menarche* dengan perilaku *personal hygiene* terjadi karena tidak semua responden mendapatkan informasi yang cukup tentang perilaku *personal hygiene* saat menstruasi yang baik sebelum responden tersebut

mengalami menstruasi pertamanya. Hal itulah yang menyebabkan usia *menarche* seseorang tidak menjamin perilaku *personal hygiene* saat menstruasinya.

Hubungan pengetahuan dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi

Pada penelitian ini ditemukan bahwa siswi dengan pengetahuan yang rendah (58,5%) lebih banyak daripada siswi dengan pengetahuan yang tinggi (41,5%). Hasil ini sejalan dengan penelitian Desky (2015) dimana ditemukan siswi dengan pengetahuan yang kurang (54,1%) lebih banyak daripada siswi dengan pengetahuan yang baik (45,9%).

Hasil analisis bivariat dalam penelitian ini dengan menggunakan uji *chi square* diperoleh $Pvalue=0,095$ artinya tidak ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi. Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Husni dan Efendi (2016) yang menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara pengetahuan dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi ($Pvalue=0,794$).

Menurut Tarigan dan Hassan (2013), peningkatan pengetahuan tidak selalu menyebabkan perilaku berubah. Hal ini dapat terjadi karena perilaku seperti perilaku *personal hygiene* dapat terbentuk dari faktor-faktor lainnya. Penelitian Maidartati, dkk (2016) menunjukkan hal yang tidak sejalan dengan penelitian ini yaitu penelitiannya menemukan bahwa ada hubungan antara pengetahuan dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi ($Pvalue=0,000$).

Hubungan sikap dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi

Sikap dapat membuat seseorang menjauhi atau mendekati suatu objek. Menurut Notoatmodjo (2007), seseorang yang memiliki sikap positif terhadap suatu nilai tidak selalu terwujud dalam perilaku atau tindakan yang nyata. Pada penelitian ini siswi cenderung memiliki sikap positif terhadap cara membuang pembalut dalam keadaan terbungkus plastik atau kertas dan memiliki sikap negatif terhadap menstruasi dan menganggap menstruasi sebagai hal yang mengganggu.

Hasil analisis bivariat dalam penelitian ini dengan menggunakan uji *chi square* diperoleh $Pvalue=0,977$ yang artinya tidak ada hubungan antara sikap dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi. Hasil analisis bivariat penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Husni dan Efendi (2016) yang menunjukkan tidak ada hubungan antara sikap dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi ($Pvalue=0,975$). Penelitian lain yang sejalan dengan penelitian ini adalah penelitian Matta dan Wuryaningsih (2014) yang menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara sikap dengan perilaku menstruasi ($Pvalue=0,427$).

Penelitian lain menunjukkan hasil yang berbeda. Hasil penelitian Zuraida dan Rahmi (2017) menemukan bahwa ada hubungan yang signifikan antara sikap dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi pada remaja ($Pvalue=0,006$).

Hubungan kelengkapan sarana dan prasarana kebersihan di sekolah dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi

Penelitian ini menunjukkan bahwa siswi dengan sarana dan prasarana kebersihan di sekolah yang kurang lengkap (84%) lebih banyak daripada siswi dengan sarana dan prasarana kebersihan di sekolah yang lengkap (16%). Hasil analisis bivariat dalam penelitian ini dengan menggunakan uji *chi square* diperoleh $Pvalue=0,008$ yang artinya ada hubungan yang signifikan antara kelengkapan sarana dan prasarana kebersihan di sekolah dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi. Penelitian Suryani (2019) sejalan dengan penelitian ini dimana ditemukan ada hubungan yang signifikan antara sarana dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi ($Pvalue=0,007$).

Ketersediaan sarana dan prasarana tentu sangat dibutuhkan oleh siswi untuk berperilaku *personal hygiene* saat menstruasi yang baik. Pada penelitian ini, siswi dengan sarana dan prasarana kebersihan di sekolah yang kurang lengkap terdapat 84%. Peneliti berasumsi adanya hubungan antara kelengkapan sarana dan prasarana kebersihan di sekolah dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi karena kelengkapan sarana dan prasarana kebersihan di sekolah termasuk dalam faktor pemungkin. Siswi akan sulit melakukan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi dengan baik jika sarana dan prasarana kebersihan di sekolahnya kurang lengkap.

Beberapa penelitian lain menunjukkan hasil yang berlawanan dengan penelitian ini. Salah satunya adalah penelitian Tarigan dan Hassan (2013) menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara kelengkapan sarana kebersihan dan kesehatan di sekolah dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi (Pvalue=0,799).

Hubungan keterpaparan informasi dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi

Hasil analisis bivariat pada penelitian ini dengan menggunakan uji *chi square* diperoleh Pvalue=1,000 yang artinya tidak ada hubungan yang signifikan antara keterpaparan informasi dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi. Penelitian ini sejalan dengan penelitian Matta dan Wuryaningsih (2014) yang menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara keterpaparan informasi dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi (Pvalue=0,182).

Penelitian Suryani (2019) menunjukkan hasil yang berlawanan dengan penelitian ini dimana ditemukan ada hubungan antara informasi dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi (Pvalue=0,000). Informasi tentang menstruasi tentu dapat ditemukan atau diakses dengan mudah sehingga keterpaparan informasi dalam penelitian ini cukup tinggi yaitu 91,5%. Namun pada penelitian ini juga menunjukkan bahwa siswi yang terpapar informasi lebih banyak yang memiliki perilaku *personal hygiene* saat menstruasi yang kurang baik (76,7%). Peneliti berasumsi hal itu dapat terjadi karena meskipun siswi terpapar

informasi seputar menstruasi, namun belum tentu informasi yang didapatkan dapat dipercaya kebenarannya.

Hubungan dukungan teman sebaya dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi

Pada penelitian ini menunjukkan siswi dengan dukungan teman sebaya yang cukup (63,8%) lebih banyak daripada siswi dengan dukungan teman sebaya yang kurang (36,2%). Hasil analisis bivariat dalam penelitian ini dengan menggunakan uji *chi square* diperoleh Pvalue=0,783 yang artinya tidak ada hubungan yang signifikan antara dukungan teman sebaya dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi. Penelitian ini sejalan dengan penelitian Yusuf dan Budiono (2016) yang menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara dukungan teman sebaya dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi (Pvalue=1,000). Penelitian ini juga di dukung oleh penelitian Amanda (2019) yang menunjukkan tidak ada hubungan antara dukungan teman dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi (Pvalue=0,205).

Beberapa penelitian menunjukkan hasil yang berbeda dengan penelitian ini. Penelitian Bujawati, dkk (2016) menunjukkan bahwa ada hubungan antara komunikasi teman sebaya dengan *personal hygiene* saat menstruasi (Pvalue=0,002). Penelitian lain yang menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara dukungan teman dengan perilaku menstruasi adalah penelitian Fauziah dan Fikawati (2014) dengan Pvalue=0,004

Soetjiningsih (2010) menyebutkan bahwa kehidupan remaja sangat terpengaruh oleh teman sebayanya. Pada penelitian ini siswi yang pernah membicarakan atau menanyakan hal-hal yang berkaitan dengan kebersihan saat menstruasi dengan teman-temannya (91,5%) lebih banyak daripada yang tidak pernah (8,5%). Namun pada penelitian ini juga menunjukkan bahwa siswi dengan dukungan teman sebaya yang cukup lebih banyak yang memiliki perilaku *personal hygiene* saat menstruasi yang kurang baik (78,5%) daripada yang memiliki perilaku *personal hygiene* saat menstruasi yang buruk (21,7%). Pada penelitian ini teman sebaya juga menjadi sumber informasi (19,1%) maka peneliti berasumsi jika siswi saling bertukar informasi yang tidak tepat dengan temannya tentu hal itu dapat memengaruhi perilaku *personal hygiene* saat menstruasinya.

PENUTUP

Berdasarkan pada hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara perilaku *personal hygiene* dengan kelengkapan sarana dan prasarana kebersihan di sekolah. Diharapkan penelitian ini dapat menambah pengetahuan pada siswi terkait *personal hygiene* saat menstruasi dan juga untuk sekolah diharapkan dapat menambah prasarana yang menunjang perilaku *personal hygiene* saat menstruasi yang baik.

DAFTAR PUSTAKA

Agustin K, Sari RP. 2018. Pengaruh Pengetahuan Terhadap Tindakan *Personal Hygiene* saat Menstruasi pada Siswi Kelas VIII di SMP N 1 Masaran. *Maternal* 2(4): 271-276

- Amanda D. 2019. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Perilaku *Menstrual Hygiene* pada Santriwati di Pondok Pesantren Al-Karimiyyah Kota Depok Tahun 2019. Jakarta: Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah
- Astuti LP, Dewi NS, Widiastuti YP. 2016. Hubungan Tingkat Pengetahuan Remaja Putri dengan Perilaku *Personal Hygiene* Organ Reproduksi di SMP Negeri 3 Kendal. *Jurnal Ilmu Kesehatan* 6(1): 34-37
- Aswatini. 2011. Sumber dan Koleksi Data (Bidang IPS). Cibinong: Pusbindiklat Peneliti LIPI
- Begum M, Das S, Sharma HK. 2016. *Menstrual Disorders: Causes and Natural Remedies*. *Journal of Pharmaceutical Chemical and Biological* 4(2): 307-320
- Budhathoki SS, Bhattachan M, Sanchez EC, Sagtani RA, Rayamajhi RB, Rai P, Sharma G. 2018. *Menstrual Hygiene Management among Women and Adolescent Girls in The Aftermath of The Earthquake in Nepal*. *Bio Med Central Women's Health* 18(33): 1-8
- Bujawati E, Raodhah S, Indriyanti. 2016. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan *Personal Hygiene* Selama Menstruasi pada Santriwati di Pesantren Babul Khaer Kabupaten Bulukumba Provinsi Sulawesi Selatan Tahun 2016. *Higiene* 3(1): 1-9
- Desky. 2015. Hubungan Perilaku *Personal Hygiene* Menjaga Kebersihan Genitalia Eksterna dengan Kejadian Keputihan pada Remaja Putri. *Wawasan Kesehatan* 1(2): 82-89
- Fauziah I, Fikawati S. 2014. Praktik Higiene Menstruasi pada Siswi SMP Negeri dan MTS Negeri di Kota Jakarta Selatan Tahun 2014. Depok: FKM UI
- Fitriyya M, Muslimah S, Alifia. 2015. Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri Tentang *Vulva Hygiene* pada saat Menstruasi pada Siswa kelas XI di SMA Madrasah Aliyah Negeri 1 Surakarta. *Jurnal Kebidanan* 7(2): 137-146
- Gupta N, Kariwala P, Dixit AM, Govil P, Mahima, Jain PK. 2018. *A Cross-Sectional Study on Menstrual Hygiene Practices among School Going Adolescent Girls (10-19 years) of Government Girls Inter College, Saifai, Etawah*. *International Journal of Community Medicine and Public Health* 5(10): 4560-4565
- Green, L. 2005. *Health Promotion Planning, A Diagnostic Approach*. California: Mayfield Publishing Company
- Husni, Efendi P. 2016. Hubungan Pengetahuan dan Sikap dengan Tindakan *Personal Hygiene* saat Menstruasi pada Remaja Putri. *Jurnal Media Kesehatan* 9(2): 165-169

- Irwan. 2017. Etika dan Perilaku Kesehatan. Yogyakarta: Absolute Media
- Kantiah E. 2015. Faktor Predisposisi, Faktor Pemungkin dan Faktor Penguat yang Berhubungan dengan Praktek Higiene Menstruasi pada Siswi Kelas 7 dan Kelas 8 di SMPN 86 Jakarta Selatan Tahun 2015. Depok: FKM UI
- Kapoor G, Kumar D. 2017. *Menstrual Hygiene: Knowledge and Practice among Adolescent School Girls in Rural Settings. International Journal Reproduction, Contraception, Obstetrics, Gynecology* 6(3): 959-962
- Khamim. 2018. Pedoman Pengembangan Sanitasi Sekolah Dasar. Jakarta: Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan
- Mahmudah M, Rosita SD. 2018. Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Sikap Siswa-Siswi Terhadap Kesehatan Reproduksi Remaja di SMP Negeri 3 Tasikmadu Kabupaten Karanganyar. *Maternal* 2(3): 189-193
- Maidartati, Hayati S, Nurhida LA. 2016. Hubungan Pengetahuan dengan Perilaku *Vulva Hygiene* pada saat Menstruasi Remaja Putri. *Jurnal Ilmu Keperawatan* 4(1): 50-57
- Matta M. 2015. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Menstruasi pada Siswi SMPN 87 Jakarta Selatan Tahun 2014. Depok: FKM UI
- Matta M, Wuryaningsih CE. 2014. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Menstruasi pada Siswi SMPN 87 Jakarta Selatan Tahun 2014. Depok: FKM UI
- Nisa AH, Dharminto, 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
- Pemiliana PD, Agustina W, Verayanti D. 2018. Perilaku Remaja Putri dengan *Personal Hygiene* saat Menstruasi di SMA Etidlandia Medan Tahun 2018. *Gaster* 17(1): 62-76
- Pertiwi TI, Megatsari H. 2018. Gambaran Tingkat Pengetahuan dan Praktik *Menstrual Hygiene* Siswi SDN 4 Pacarkembang Surabaya. *Jurnal Promkes* 6(2): 142-154
- Pythagoras KC. 2017. *Personal Hygiene* Remaja Putri Ketika Menstruasi. *Jurnal Promkes* 5(1): 12-24
- Rahmi N, Husna A, Andika F. 2016. Studi Crosssectional Hubungan Sikap, Dukungan Keluarga dan Pengetahuan dengan Perilaku Higienis Remaja saat Menstruasi di SMA Kartika XIV-1 Banda Aceh. *Journal of Healthcare Technology and Medicine* 2(2): 178-186
- Sanchez PIG, Mora YYP, Aguirre HPH, Robayo SPJ, Lugo JCP. 2012. *Menstruation in History*. *Invest Educ Enferm* 30(3): 371-377
- Samidah I, Ramlis R. 2016. Hubungan Pengetahuan Sikap dan Praktek *Personal Hygiene* dengan Kejadian Keputihan Remaja Putri di SMA N 4 Kota Bengkulu. *Journal of Nursing and Public Health* 4(2): 51-56
- Sinaga E, Saribanon N, Suprihatin, Sa'adah N, Salamah U, Murti YA, Trisnamiati A, Lorita S. 2017. Manajemen Kesehatan Menstruasi. Jakarta: Universitas Nasional Global One
- Solehati T, Ermiami, Trisyani M, Hermayanti Y. 2016. Hubungan Sumber Informasi dan Usia Remaja Puteri dengan Perilaku Perawatan Diri saat Menstruasi. *JKP* 5(2): 145-154
- Solehati T, Trisyani M, Kosasih CE. 2018. Gambaran Pengetahuan, Sikap, dan Keluhan Tentang Menstruasi Diantara Remaja Puteri. *Jurnal Keperawatan Komprehensif* 4(2): 86-91
- Soetjningsih. 2010. Tumbuh Kembang Remaja dan Permasalahannya. Jakarta: Sagung Seto.
- Steinberg LD. 2010. *Adolescence*. Michigan: Mc-Graw Hill College
- Sudeshna R, Aparajita D. 2012. *Determinants of Menstrual Hygiene among Adolescent Girls: A Multivariate Anlysis. National Journal of Community* 5(2): 294-301
- Suryani L. 2019. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Remaja Putri tentang *Personal Hygiene* pada saat Menstruasi di SMP Negeri 12 Kota Pekanbaru. *Journal of Midwifery Science* 3(2): 68-79
- Tantry YU, Solehati T, Yani DI. 2019. Gambaran Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Perawatan Diri Selama Menstruasi pada Siswi SMPN 13 Bandung. *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan* 10(1): 146-154
- Tarigan WJ, Hassan A. 2013. Gambaran Tentang Hubungan Pengetahuan dan Sikap dengan Praktek Higiene Menstruasi pada Remaja Putri Kelas 7 dan 8 di SMPN 141 Jakarta Selatan Tahun 2012. Depok: FKM UI
- Tiwari A, Ekka IJ, Thakur R. 2018. *Assessment of Knowledge and Practices Regarding Menstrual Hygiene among Adolescent Girls of Government Higher Secondary School, Station Murhipar, Rajnandgaon (C.G). International Journal Community Medicine and Public Health* 5(4): 1335-1338
- Unicef. 2017. Panduan Khusus Anak Perempuan untuk Sekolah Dasar dan Madrasah Ibtidaiyah. Geneva: Unicef
- Unicef. 2019. *Guide to Menstrual Hygiene Materials*. Geneva: Unicef

- Upashe SP, Tekelab T, Mekonnen J. 2015. *Assessment of Knowledge and Practice of Menstrual Hygiene among High School Girls in Western Ethiopia*. *BMC Women's Health* 15(84): 1-8
- Wahyudi AS, Asmoro CP, Suarilah I. 2018. Faktor yang Berhubungan dengan *Personal Hygiene* saat Menstruasi. *Jurnal Kesehatan Manarang* 4(2): 104-113
- Wahidah UW. 2014. Hubungan Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Infeksi Genitalia Eksternal dan Perilaku Vulva Hygiene Kelas IX MAN I Surakarta. *Jurnal Kebidanan* 6(1): 33-42
- WHO. 2018. *Tackling The Taboo of Menstrual Hygiene in The European Region*. Switzerland: WHO
- Widaad A, Setiowati E. 2017. Perubahan Perilaku *Personal Hygiene* Genitalia pada Santri Pondok Pesantren Al-Hidayah Tanggulangin Sudoarjo. *Jurnal Keperawatan* 10(2): 77-81
- Wiknjosastro. 2008. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo
- Yusiana MA, Saputri MST. 2016. Perilaku *Personal Hygiene* Remaja Puteri pada saat Menstruasi. *Jurnal STIKES* 9(1): 14-19
- Yusuf DF, Budiono I. 2016. Faktor yang Berhubungan dengan Praktik *Menstrual Hygiene* Genitalia pada Siswi SMPLB Tunagrahita. *Journal of Public Health* 1(1): 56-61
- Zakiudin A, Shaluhayah Z. 2016. Perilaku Kebersihan Diri (*Personal Hygiene*) Santri di Pondok Pesantren Wilayah Kabupaten Brebes akan Terwujud Jika Didukung dengan Ketersediaan Sarana Prasarana. *Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia* 11(2): 64-83
- Zuraida, Rahmi N. 2017. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Higienis Remaja saat Menstruasi pada Siswa di SMA Kartiks XIV-1 Banda Aceh. *Journal of Healthcare Technology and Medicine* 3(1): 81-93