

Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku *Personal Hygiene* Organ Reproduksi Saat Menstruasi Pada Siswi SMAN 1 Lhoknga Kecamatan Lhoknga Tahun 2023

Factors Associated With Personal Hygiene Behavior of Reproductive Organs During Menstruation In Students of SMAN 1 Lhoknga Lhoknga in 2023

Rizqa Aufa*¹, Radhiah Zakaria¹, Dedi Andria¹

¹Program Studi Kesehatan Masyarakat, FKM Unmuha, Aceh

²Magister Kesehatan Masyarakat, Pascasarjana Unmuha, Aceh

e-mail: *¹aufarizqa@icloud.com, ²radhiah@unmuha.ac.id, ³dediandria@yahoo.com

Abstrak

Personal Hygiene organ reproduksi merupakan perawatan khusus pada alat kelamin luar yang dilakukan oleh wanita untuk memelihara kesehatannya terutama saat menstruasi. Dampak yang akan terjadi apabila perilaku personal hygiene tidak dilakukan antara lain remaja putri tidak dapat memenuhi kebersihan alat reproduksinya sehingga dapat terkena infeksi saluran kemih, keputihan dan gangguan kesehatan reproduksi lainnya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku personal hygiene alat reproduksi. Jenis penelitian ini ialah kuantitatif dengan pendekatan *Cross Sectional*. Populasi seluruh siswi kelas 1 dan 2 SMAN 1 Lhoknga yang berjumlah 97 siswi dan sampel berjumlah 97siswi. Teknik pengambilan sampel menggunakan *total sampling*. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner dan dianalisis secara univariat dan bivariate dengan menggunakan analisis *chi-square* melalui SPSS. Hasil penelitian menunjukkan sumber ($p\text{-value}=0.264$), peran orang tua ($p\text{-value}=0.000$), pengetahuan ($p\text{-value}=0.324$), sikap ($p\text{-value}=0.002$) dan peran teman sebaya ($p\text{-value}=456$). Dari hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa adanya hubungan peran orang tua dan sikap dengan perilaku personal hygiene alat reproduksi saat menstruasi pada siswi SMAN1 Lhoknga dan tidak adanya hubungan antara sumber informasi, pengetahuan dan peran teman sebaya terhadap perilaku personal hygiene alat reproduksi saat menstruasi pada siswi SMAN 1 Lhoknga. Pihak sekolah diharapkan dapat bekerja sama dengan tenaga kesehatan agar dapat memberikan penyuluhan kesehatan terutama tentang kesehatan reproduksi kepada siswi-siswi.

Kata kunci: Personal Hygiene, Alat Reproduksi, Menstruasi

Abstract

Personal hygiene of the reproductive organs is special care for the external genital organs carried out by women to maintain their health, especially during menstruation. The impacts that will occur if personal hygiene behavior is not carried out include young women not being able to maintain the cleanliness of their reproductive organs so that they can be exposed to urinary tract infections, vaginal discharge and other reproductive health problems. This research aims to determine the factors related to personal reproductive hygiene behavior. This type of research is quantitative with a cross sectional approach. The population of all grade 1 and 2 female students at SMAN 1 Lhoknga is 97 female students and the sample size is 97 female students. The sampling technique uses total sampling. Data was collected using a questionnaire and analyzed univariately and bivariately using chi-square analysis via SPSS. The research results show the source ($p\text{-value}=0.264$), the role of parents ($p\text{-value}=0.000$), knowledge ($p\text{-value}=0.324$), attitude ($p\text{-value}=0.002$) and the role of peers ($p\text{-value}=456$). From the research results, it can be concluded that there is a relationship between the role of parents and attitudes with personal reproductive hygiene behavior during menstruation among female students at SMAN 1 Lhoknga and there is no relationship between sources of information, knowledge and attitudes towards personal reproductive hygiene behavior during menstruation among female students at SMAN 1 Lhoknga. Schools are expected to work together with health workers to provide health education, especially about reproductive health, to female students.

Keywords: Personal Hygiene, Reproductive Organs, Menstruation

Pendahuluan

Dampak yang terjadi apabila perilaku Personal Hygiene tersebut tidak dilakukan antara lain remaja putri tidak akan bisa memenuhi kebersihan alat reproduksinya, penampilan dan kesehatan sewaktu menstruasi juga tidak terjaga, sehingga dapat terkena infeksi saluran kemih, keputihan, kanker serviks dan kesehatan reproduksi lainnya. Keluhan yang sering dirasakan adalah gatal yang diakibatkan oleh jamur kandida yang tumbuhnya akan sumbur pada saat terjadinya menstruasi¹.

Personal hygiene juga salah satu faktor eksternal yang dapat merubah keseimbangan PH vagina ditandai dengan penggunaan celana dalam yang terlalu ketat dan juga perilaku personal hygiene yang buruk². Perempuan yang kurang melaksanakan personal hygiene saat menstruasi akan muncul resiko kanker serviks 19,386 kali lebih besar dari pada perempuan yang memiliki personal hygiene yang baik³.

Oleh karena itu kebiasaan menjaga kebersihan, termasuk kebersihan pada alat reproduksi merupakan awal dari usaha menjaga kesehatan. Karena pada saat menstruasi pembuluh darah pada rahim sangat mudah terinfeksi maka dari itu kebersihan pada alat genitalia harus lebih dijaga karena kuman mudah masuk dan dapat menimbulkan penyakit pada alat reproduksi⁴.

Menstruasi adalah proses alamiah yang terjadi pada perempuan dengan terjadinya perdarahan yang teratur dari uterus sebagai tanda bahwa organ kandungan telah berfungsi matang. Menstruasi ini biasanya dimulai pada usia 11-14 tahun. Setelah terjadinya menstruasi remaja putri akan mengalami perubahan fisik seperti tinggi badan, payudara membesar, panggul membesar, kulit berminyak, tumbuh bulu pada alat kelamin dan ketiak. Perubahan psikologi seperti tertarik pada lawan jenis, cemas, mudah sedih, lebih perasa, menarik diri, pemalu dan pemaah⁵.

Personal hygiene merupakan suatu tindakan untuk memelihara kebersihan dan kesehatan seseorang untuk menjaga kesejahteraan, baik fisik maupun psikisnya. Seseorang dikatakan melakukan personal hygiene dengan baik apabila seorang tersebut menjaga kebersihan tubuhnya yang meliputi kebersihan kulit, mulut, gigi, rambut, telinga, kaki, kuku serta alat genitalia, salah satu perawatan alat genitalia dilakukan adalah pada saat menstruasi¹.

Personal hygiene organ reproduksi merupakan perawatan khusus pada alat kelamin luar yang dilakukan oleh wanita untuk memelihara kesehatannya terutama pada saat menstruasi. Membersihkan organ kewanitaan (*Vulva hygiene*) pada bagian itu sangat penting dilakukan oleh setiap remaja putri hal supaya tidak terjadinya penyakit kelamin. Perilaku vulva hygiene yang baik dan benar merupakan salah satu kunci untuk meningkatkan kesehatan reproduksi seorang wanita⁶. Saat sedang menstruasi seorang remaja putri harus tetap menjaga kebersihan pada daerah kewanitaan untuk menghindari pembusukan dan berkembangnya jamur yang bisa menimbulkan keputihan dan sebagainya⁷.

Perilaku tidak menjaga kebersihan pada daerah kelamin saat menstruasi masih cukup tinggi hal ini disebabkan kurangnya mendapatkan pengetahuan tentang pentingnya menjaga kebersihan alat kelamin, mengganti pembalut dalam sehari dan juga kurangnya pengetahuan yang diperoleh remaja putri tentang menstruasi⁴.

Berdasarkan data Riskesdas, anak perempuan yang berusia 10 -14 tahun memiliki hygiene yang sangat buruk. Bukti dari hasil riset bahwa 5,2 remaja putri yang tinggal di 17 Provinsi di Indonesia menderita penyakit yang sering terjadi karena ketidak patuhan menjaga kebersihan saat menstruasi⁸. Di Indonesia menunjukkan bahwa sebanyak 5,2 juta remaja putri yang sering mengalami keluhan setelah menstruasi akibat tidak menjaga kebersihannya ditandai dengan adanya sensasi gatal pada alat kelamin wanita. Prevalensi terjadinya infeksi saluran reproduksi akibat kurangnya hygiene pada organ genitalia masih cukup tinggi, jumlah infeksi saluran reproduksi di Indonesia adalah 90-100 kasus per 100.000 penduduk pertahun³.

Metode Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif bersifat analitik deskriptif dengan desain *cross sectional*. Penelitian dilakukan di SMAN 1 Lhoknga Kecamatan Lhoknga dan dilaksanakan pada tanggal 17-24 Juni 2023. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh siswi kelas 1 dan 2 di SMAN 1 Lhoknga yang berjumlah 97 siswi dan sampel dengan menggunakan teknik *total sampling*.

Pengumpulan data dilakukan dengan wawancara menggunakan kuesioner. Analisis data yang digunakan adalah analisis univariat dan bivariat dengan menggunakan uji *chi-square*. Data disajikan dalam bentuk tabel disertai narasi atau penjelasan.

Hasil

Tabel 1. Analisis Univariat

| Keterangan | Frekuensi | % |
|----------------------------------|-----------|------------|
| Umur | | |
| 15 Tahun | 22 | 22,68% |
| 16 Tahun | 41 | 42,27% |
| 17 Tahun | 34 | 35,05% |
| Total | 97 | 100 |
| Kelas | | |
| Kelas 1 | 51 | 52,6% |
| Kelas 2 | 46 | 47,4% |
| Total | 97 | 100 |
| Perilaku Personal Hygiene | | |
| Perilaku Buruk | 44 | 45,4% |
| Perilaku Baik | 53 | 54,6% |
| Total | 91 | 100 |
| Sumber Informasi | | |
| Kurang Mendapatkan | 44 | 45,4% |
| Mendapatkan | 53 | 54,6% |
| Total | 97 | 100 |
| Peran Orang Tua | | |
| Kurang Berperan | 37 | 38,1% |
| Berperan | 60 | 61,9% |
| Total | 97 | 100 |
| Pengetahuan | | |
| Kurang Baik | 19 | 19,6% |
| Baik | 78 | 80,4% |
| Total | 97 | 100 |
| Sikap | | |
| Negatif | 31 | 32,0% |
| Positif | 66 | 68,0% |
| Total | 97 | 100 |
| Peran Teman Sebaya | | |
| Kurang Berperan | 38 | 39,2% |
| Berperan | 59 | 60,8% |
| Total | 97 | 100 |

Tabel 1. Menunjukkan bahwa sebanyak 22,68% siswi berumur 15 tahun, 42,27% siswi berumur 16 tahun dan 35,05% siswi berumur 17 tahun. Sebanyak 51,55% siswi kelas 1 dan 48,45% siswi kelas 2. Sebanyak 45,4% siswi perilaku personal hygiene buruk dan 54,6% perilaku personal hygiene baik. Sebanyak 45,4% siswi kurang mendapatkan sumber informasi dan 54,6% yang

mendapatkan sumber informasi. Sebanyak 38,1% siswi yang kurang mendapatkan peran orang tua dan 61,9% siswi peran orang tua berperan. Sebanyak 19,6% siswi yang berpengetahuan kurang baik dan 80,4% siswi berpengetahuan baik. Sebanyak 32,0% siswi yang bersikap negatif dan 68,0% siswi yang bersikap positif. Sebanyak 39,2% siswi yang peran teman sebaya kurang berperan dan 60,8% siswi peran teman sebaya berperan.

Tabel 2. Analisis Bivariat

| Variabel | Perilaku Personal Hygiene Organ Reproduksi Saat Menstruasi | | | | | | P value |
|---------------------------|--|-------|------------------|-------|-------|-------|---------|
| | Perilaku Negatif | | Perilaku Positif | | Total | | |
| | n | % | n | % | n | % | |
| Sumber Informasi | | | | | | | |
| Kurang Mendapatkan | 22 | 22,7% | 22 | 22,7% | 44 | 45,4% | 0,264 |
| Mendapatkan | 22 | 22,7% | 31 | 32,0% | 53 | 54,6% | |
| Peran Orang Tua | | | | | | | |
| Kurang Berperan | 26 | 26,8% | 11 | 11,3% | 37 | 38,1% | 0,000 |
| Berperan | 18 | 18,6% | 42 | 43,3% | 60 | 61,9% | |
| Pengetahuan | | | | | | | |
| Kurang Baik | 10 | 10,3% | 9 | 9,4% | 19 | 19,6% | 0,324 |
| Baik | 34 | 35,1% | 44 | 54,4% | 78 | 80,4% | |
| Sikap | | | | | | | |
| Negatif | 21 | 21,6% | 10 | 10,3% | 31 | 32,0% | 0,002 |
| Positif | 23 | 23,7% | 43 | 44,3% | 66 | 68,0% | |
| Peran Teman Sebaya | | | | | | | |
| Kurang Berperan | 18 | 18,6% | 20 | 20,6% | 38 | 39,2% | 0,456 |
| Berperan | 26 | 26,8% | 33 | 34,0% | 59 | 60,8% | |

Tabel 2. hasil uji statistik diperoleh nilai p-value 0,000 terdapat adanya hubungan yang bermakna antara peran orang tua dengan perilaku personal hygiene alat reproduksi saat menstruasi dan di peroleh nilai p-value 0,002 terdapat adanya hubungan yang bermakna antara sikap dengan perilaku personal hygiene alat reproduksi saat menstruasi, kemudian hasil uji statistik diperoleh nilai p-value 0,264 terdapat tidak adanya hubungan yang bermakna antara sumber informasi dengan perilaku personal hygiene alat reproduksi saat menstruasi, diperoleh nilai p-value 0,324 terdapat tidak adanya hubungan yang bermakna antara pengetahuan dengan perilaku personal hygiene alat reproduksi saat menstruasi, diperoleh nilai p-value 0,456 terdapat tidak adanya hubungan yang bermakna antara peran teman sebaya dengan perilaku personal hygiene alat reproduksi saat menstruasi.

Pembahasan

1. Hubungan Sumber Informasi Dengan Perilaku *Personal Hygiene* Organ Reproduksi Saat Menstruasi

Informasi adalah data yang telah diproses dan diolah sehingga dapat meningkatkan pengetahuan seseorang terutama terkait perilaku personal hygiene organ reproduksi saat menstruasi). Hasil ini menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara sumber informasi dengan perilaku *personal hygiene* organ reproduksi saat menstruasi pada siswi SMAN 1 Lhoknga.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nanda Fitriyah dan Wiwin Imas Laswini yang menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang sumber informasi dengan perilaku personal hygiene saat menstruasi dengan hasil nilai $p\text{-value} = 0,367$ dan $p\text{-value} = 0,693$ ^{9,10}. Namun hasil penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Wira Ekdeni Aifa dan Nia bahwa ada hubungan sumber informasi dengan perilaku personal hygiene saat menstruasi dengan $p\text{-value} = 0.000$.¹¹ Begitu juga dengan penelitian yang dilakukan oleh Kartika Adyani (2023), diperoleh hasil nilai $p\text{-value} = 0.006$ yang berarti ada hubungan signifikan antara sumber informasi dengan perilaku personal hygiene saat menstruasi¹².

Informasi juga bisa didapatkan secara langsung maupun tidak langsung. Informasi yang bisa didapatkan langsung seperti dari ibu, guru, tenaga kesehatan, dll. Sedangkan informasi tidak langsung seperti buku, iklan, media social, dll. Ketersediaan informasi lebih awal dan dari berbagai sumber yang terpercaya dapat mempengaruhi perilaku anak remaja terhadap personal hygiene saat menstruasi lebih baik. Minimnya sumber informasi yang diperoleh responden dapat menimbulkan kurangnya informasi remaja putri dalam melakukan personal hygiene saat menstruasi. Hal tersebut sangat disayangkan mengingat informasi merupakan salah satu hal yang dapat meningkatkan pengetahuan dan kesadaran remaja putri akan pentingnya perilaku personal hygiene saat menstruasi¹.

2. Hubungan Peran Orang Tua Dengan *Personal Hygiene* Organ Reproduksi Saat Menstruasi

Riset menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara peran orang tua dengan perilaku *personal hygiene* organ reproduksi menstruasi pada siswi SMAN 1 Lhoknga. Komunikasi Ibu dan anak-anak perempuannya dapat menentukan seberapa besar kemungkinan anak memiliki perilaku personal hygiene saat menstruasi yang baik. Semakin rendah komunikasi maka semakin besar kemungkinan anak melakukan personal hygiene yang salah.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Syukrianti Syahda bahwa ada hubungan antara peran orang tua dengan perilaku personal hygiene saat menstruasi dengan $p\text{-value} = 0.000$.¹³ Begitu pula penelitian yang dilakukan oleh Erny Elviany Sabaruddin dkk, dengan hasil nilai $p\text{-value} = 0.013$ yang menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara peran orang tua dengan perilaku personal hygiene saat menstruasi. Penelitian Nur Khasanah juga menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara peran orang tua dengan perilaku personal hygiene saat menstruasi dengan hasil nilai $p\text{-value} = 0.000$.¹⁴

Peran orang tua juga sangat penting dalam memberikan pengetahuan personal hygiene saat menstruasi kepada anak perempuannya maka dari itu orang tua juga harus memiliki pengetahuan yang mendalam tentang perilaku personal hygiene saat menstruasi.¹⁴

3. Hubungan Pengetahuan Dengan Perilaku *Personal Hygiene* Organ Reproduksi Saat Menstruasi

Semakin bagus pengetahuan siswi tentang personal hygiene organ reproduksi saat menstruasi maka perilaku personal hygienenya semakin baik. Hasil ini menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan perilaku *personal hygiene* organ reproduksi saat menstruasi pada siswi SMAN 1 Lhoknga.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Nanda Fitriyah, dkk bahwa tidak ada hubungan antara pengetahuan dengan perilaku personal hygiene dengan nilai $p\text{-value} = 0.642$.⁹

Penelitian yang dilakukan oleh Imas Wiwin Laswini juga menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara pengetahuan remaja putri tentang personal hygiene saat menstruasi dengan perilaku personal hygiene saat menstruasi dengan nilai $p\text{-value} = 1.000$.¹⁰ Akan tetapi penelitian

yang dilakukan oleh Wira Ekdeni Aifa, dkk menunjukkan bahwa ada hubungan antara pengetahuan dengan perilaku personal hygiene saat menstruasi dengan hasil nilai p -value =0.000.¹¹ Pengetahuan tentang personal hygiene saat menstruasi sangatlah penting untuk diketahui oleh wanita, karena semua wanita perlu merawat alat kewanitaannya dengan baik. Penanganan kebersihan diri yang tidak benar dan tidak higienis dapat mengakibatkan tumbuhnya mikroorganisme secara berlebihan dan pada akhirnya mengganggu reproduksi.¹³

4. Hubungan Sikap Dengan Perilaku *Personal Hygiene* Organ Reproduksi Saat Menstruasi

Riset menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara sikap dengan perilaku *personal hygiene* organ reproduksi saat menstruasi pada siswi SMAN 1 Lhoknga. Hampir semua remaja putri memiliki sikap positif hal ini disebabkan oleh beberapa faktor diantaranya dari pengalaman pribadi terhadap tindakan personal hygiene saat menstruasi.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Fitriani, dkk yang menunjukkan bahwa ada hubungan antara sikap dengan perilaku personal hygiene saat menstruasi, dengan nilai yang diperoleh p -value 0,04. Hasil penelitian lainnya yang didapatkan oleh Nanda Fitriyah, dkk dengan hasil nilai p -value =0.000 menunjukkan bahwa ada hubungan antara sikap dengan perilaku personal hygiene saat menstruasi⁽⁹⁾.

Akan tetapi penelitian yang dilakukan oleh Nabila Azzahra dkk menunjukkan hasil yang berbeda dengan hasil nilai p -value=0.977 yang menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara sikap dengan perilaku personal hygiene saat menstruasi¹⁵. Sikap merupakan faktor yang sangat penting dalam menentukan perilaku yang baik, dengan mempunyai sikap yang positif maka remaja putri akan mempunyai kesadaran sendiri untuk berperilaku yang baik dalam personal hygiene khususnya pada saat menstruasi.

Baik buruknya perilaku personal hygiene siswi saat menstruasi dipengaruhi oleh sikap, bila siswi bersikap positif terhadap suatu informasi seperti menjaga daerah kewanitaan saat menstruasi maka ia akan bertindak ke arah yang lebih baik, yaitu mendorong dirinya untuk melakukan hal-hal yang sejalan dengan kebersihan pribadi¹.

5. Hubungan Peran Teman Sebaya Dengan Perilaku *Personal Hygiene* Organ Reproduksi Saat Menstruasi

Peran teman sebaya sangat berpengaruh karena dengan adanya peran teman sebaya bisa saling mengingatkan tentang pentingnya personal hygiene organ reproduksi saat menstruasi. Hasil ini menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara peran teman sebaya dengan *personal hygiene* organ reproduksi saat menstruasi pada siswi SMAN 1 Lhoknga.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nabila Azzahra, dkk dengan hasil nilai p -value 0.783 yang menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara peran teman sebaya dengan perilaku personal hygiene saat menstruasi¹⁵. Akan tetapi penelitian yang dilakukan oleh Anna himmatin Nisa, dkk menunjukkan hasil yang berbeda dengan hasil nilai p -value =0.005 yang berarti ada hubungan antara teman sebaya dengan perilaku personal hygiene saat menstruasi¹⁶.

Soetjningsih menyebutkan bahwa kehidupan remaja sangat terpengaruh oleh teman sebayanya. Dengan adanya peran teman sebaya dengan praktik personal hygiene saat menstruasi, teman menjadi salah satu faktor penting terhadap perilaku remaja putri. Pendidikan teman sebaya akan memberikan efek yang lebih positif karena remaja akan lebih terbuka dan mudah berkomunikasi dengan temannya dibandingkan dengan orang tua maupun guru.¹⁶

Kesimpulan

Proporsi faktor perilaku personal hygiene organ reproduksi saat menstruasi pada siswi SMAN 1 Lhoknga Kecamatan Lhoknga Tahun 2023 sebagian besar siswi kurang mendapatkan informasi (45.4%), peran orang tua kurang berperan (38.1%), pengetahuan kurang baik (19.6%), sikap negatif (32.0%) dan peran teman sebaya yang kurang berperan (39.2%). Semakin tinggi presentase perilaku positif maka lebih baik.

Saran

Kepada siswi juga disarankan agar lebih meningkatkan kesadaran diri terkait pentingnya menjaga personal hygiene organ reproduksi saat menstruasi dan juga lebih sering mencari informasi tentang kesehatan terutama pada pentingnya menjaga personal hygiene organ reproduksi saat menstruasi. Pihak sekolah juga dapat berkerja sama dengan tenaga kesehatan agar dapat memberikan penyuluhan kesehatan terutama tentang kesehatan reproduksi kepada siswi-siswi.

Diharapkan kepada peneliti selanjutnya agar bisa melakukan penelitian lebih lanjut mengenai variable lainnya terkait personal hygiene saat menstruasi seperti peran guru, budaya, aktivitas fisik dan kepercayaan terhadap mitos menstruasi.

Daftar Pustaka

1. Maharani Riri AW. Faktor Yang Berhubungan dengan Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi Paa santriwati Di Mts Pondok Pesantren Darel Hikmah Kota Pekanbaru. *J Keseharan Masy*. 2018;1(1):69–77.
2. Handayani S. 2018. Hubungan Tingkat Pengethuan Personal Hyiegen Dengan Perilaku Vulva Hygiene Saat Menstruasi Pada Remaja Putri Di Pondok Pesantren Al- Ghifari Gamping Sleman Yogyakarta. 2018;
3. Gultom RU, Manik RM, Sitepu A. Tingkat Pengetahuan Remaja Tentang Personal Hygiene Saat Menstruasi Di Smp Swasta Bahagia Jalan Mangaan I No . 60 Mabar Kecamatan Medan Deli Provinsi Sumatera Utara Tahun 2021. *J Healthc Technol Med*. 2021;7(2):1–14. Available from: <https://jurnal.uui.ac.id/index.php/JHTM/article/download/1792/976>
4. Meriam AS, Sitompul M. Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Vulva Hygiene Saat Menstruasi Di Sma Advent Tompaso. *J Kesehat*. 2022;10(1):23–8.
5. Suryani L. 2019. Faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku remaja putri tentang personal hygiene pada saat menstruasi di SMP Negeri 12 Kota Pekanbaru. *J Midwifery Sci [Internet]*. 2019;3(2):68–79. Available from: jurnal.univrab.ac.id
6. Juwitasari, Aini N, Aini N, Virganita DA. 2020. Hubungan Antara Tingkat Pengetahuan Tentang Vulva Hygiene dengan Perilaku Vulva Hygiene saat Menstruasi Pada Remaja Awal. *J Kesehat Al-Irsyad*. 2020;13(2):102–13.
7. Hubaedah A. Hubungan Pengetahuan Dan Perilaku Vulva Hygiene Saat Menstruasi Dengan Kejadian Pruritus Vulvae Pada Remaja Putri Kelas Vii Di Smp Negeri 1 Sepulu Bangkalan. *Embrio*. 2019;11(1):30–40.
8. Kemenkes RI. *Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018*. Kementrian Kesehat RI. 2018;53(9):1689–99.
9. Nanda Fitriyah K, Ulfa Mutthalib N, Epidemiologi P, Kesehatan Masyarakat F. Organ Reproduksi Eksterna Remaja Putri Smp Negeri 30 Makassar. 2023;4(1):36–47.
10. Laswini IW. Pengetahuan, Sikap, dan Sumber Informasi Dengan Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Remaja Putri. *SIMFISIS J Kebidanan Indones*. 2022;2(1):228–36.
11. Aifa WE, Desriva N. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Personal Hygiene

- Saat Menstruasi Pada Siswi Kelas Xi Di SMA N 14 Pekanbaru. *Ensiklopedia J.* 2022;4(4):212–8.
12. Kartika Adyani FRPS. 2023. Pengetahuan, Sikap dan Informasi dengan Perilaku Personal Hygiene : studi Kuantitatif. 2023;XV(01):14–27.
 13. Avianty I. 2020. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Terhadap Kebersihan Organ Genital Di Pondok Pesantren Darussalam Kabupaten Bogor. *Promotor.* 2020;3(1):56.
 14. Khasanah N. 2021. Aktifitas Fisik, Peran Orang Tua, Sumber Informasi terhadap Personal Hygiene saat Menstruasi pada Remaja Putri. *SIMFISIS J Kebidanan Indones.* 2021;1(1):23–34.
 15. Azzahra N, 2020. Mardhiati Adiwiryo R. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Siswi SMP PGRI Depok II Tengah Jawa Barat TAHUN 2020. *J Pendidik Kesehat.* 2020;9(2):211–20.
 16. 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. *J Kesehat Masy.* 2020;8:145–51.