P-ISSN 2087-7239
E-ISSN 2807-1069

HUBUNGAN PENGETAHUAN REMAJA PUTRI TENTANG PERSONAL HYGIENE SAAT MENSTRUASI DI WILAYAH KERJA PMB SURATMI

[1] Dyka Aidina, [2]Sarmauli Franshisca Sihombing, [3] Tri Ribut Sulistiyawati
[1]dyka@univbatam.ac.id, [2]sarmauli.f.sihombing@univbatam.ac.id,[3]triribut@univbatam.ac.id
[1,2,3]Kebidanan, Fakultas Kedokteran, Universitas Batam
Jl. Abulyatama No 5, Batam

ABSTRACT

In general, young women still have beliefs and habits that tend to be wrong when viewed from the aspect of personal hygiene during menstruation. This is evidenced by the fact that there are still many young women who do not understand about menstruation and its relationship to reproductive health. This study uses a quantitative descriptive study design. This research was conducted at PMB Suratmi Batam City, Riau Islands. The population used in this study were young women, amounting to 298 people. The sample in this study is the total population of 298 people with the sampling technique using total sampling. The data measurement method uses a questionnaire that is distributed online using the help of google forms, while the data analysis method uses the help of statistical applications. The source of data in this study is primary data where the data is fully obtained by researchers from research results. Based on the results of a study involving 298 young women, it can be concluded that the respondent's level of knowledge is in the good category, then in responding to the first menstruation the respondent says he tells about his menstruation to the mother, and based on the action, the respondent's personal hygiene during menstruation is in the good category.

Keywords : Personal Hygiene, Young Women, Menstruation

PENDAHULUAN

Personal hygiene pada saat menstruasi dapat dilakukan dengan cara mengganti pembalut setiap 2 jam sekali atau 3 sampai 4 kali dalam sehari. Pembalut tidak boleh dipakai lebih dari 6 jam atau harus di ganti sesering mungkin bila sudah penuh darah menstruasi agar terhindar dari infeksi. Menstruasi merupakan salah satu faktor yang mencerminkan potensi fungsional seorang perempuan yang dapat dipengaruhi oleh sejumlah variabel yang meliputi usia, riwayat keluarga, status sosial - ekonomi, pendidikan, aktivitas fisik, kepribadian, olahraga, berat badan, tinggi badan, stres, infeksi, persentase distribusi lemak maupun hormonal. Kebiasaan menjaga kebersihan terutama pada bagian reproduksi merupakan awal dari usaha menjaga menjaga kesehatan. Dimana pada saat menstruasi, pembuluh darah dalam rahim terbuka sehingga sangat mudah terkena infeksi. Menstruasi adalah proses keluarnya darah dari vagina yang terjadi diakibatkan siklus bulanan alami pada tubuh wanita. Siklus ini merupakan proses organ reproduksi wanita untuk bersiap jika terjadi kehamilan. Persiapan ini ditandai dengan penebalan dinding rahim (endometrium) yang berisi pembuluh darah. Jika tidak terjadi kehamilan, endometrium akan mengalami peluruhan dan keluar bersama darah melalui vagina. Siklus ini berjalan sekitar 4 minggu, dimulai sejak hari pertama menstruasi, hingga hari pertama menstruasi berikutnya tiba.

P-ISSN 2087-7239
E-ISSN 2807-1069

Siklus menstruasi pada seorang wanita diatur oleh berbagai hormon, baik yang dihasilkan oleh organ reproduksi maupun kelenjar lain. Beberapa hormon yang terlibat adalah GnRH (*gonadotropin relasing hormone*), FSH (*folicle stimulating hormone*), LH (*luteinizing hormone*), estrogen, dan progesterone. Siklus menstruasi yang tidak teratur adalah suatu penyimpangan dari siklus yang normal.

Lamanya siklus menstruasi merupakan suatu indikator klinis noninvasif, yang penting untuk menilai fungsi reproduksi. Gangguan siklus menstruasi dapat dihubungkan dengan meningkatnya risiko penurunan fertilitas pada wanita usia subur. Istilah adolescence atau remaja berasal dari kata latin adolescence (kata bendanya adolescenta yang berarti remaja) yang berarti tumbuh menjadi dewasa. Adolescence artinya berangsur-angsur menuju kematangan secara fisik, akal, kejiwaan dan sosial serta emosional.

Menurut WHO (2014), yang disebut remaja adalah mereka yang berada pada tahap transisi antara masa kanak-kanak dan dewasa. Batasan usia remaja menurut WHO adalah 12 sampai 24 tahun. Berdasarkan hasil penelitian Ansuree (2014) bahwa kurang dari setengah remaja perempuan memiliki pengetahuan yang baik tentang kebersihan menstruasi hal ini mengidentifikasi bahwa masih kurangnya pengetahuan yang memadai mengenai kebersihan menstruasi di kalangan remaja perempuan. Remaja putri rentan terkena infeksi organ reproduksi. Hal ini terjadi karena kurangnya perilaku dalam merawat kebersihan diri terutama saat mengalami menstruasi. Remaja putri memiliki tingkat perhatian yang rendah terkait kesehatan reproduksi. Menurut hasil dari penelitian yang telah dilakukan oleh Wulandari tahun 2012, didapatkan bahwa pengetahuan yang diterima oleh remaja putri berusia 13 hingga 16 tahun tentang perawatan alat reproduksi eksternal ketika menstruasi sebagian besar adalah cukup, yaitu 63 persen. Selain itu, perilaku dalam melakukan perawatan terhadap organ reproduksi eksternal yang mayoritas dalam frekuensi cukup sejumlah 48 persen. Permasalahan ini disebabkan oleh pendidikan yang tergolong rendah dan memiliki usia yang relatif muda diasumsikan tidak memiliki faktor pemungkin untuk terkena suatu penyakit yang dapat menyerang organ reproduksi (Sari, 2012). Sementara itu, Lely tahun 2012 mengungkapkan peningkatan kejadian infeksi pada organ reproduksi dapat dipengaruhi oleh zaman globalisasi diwujudkan dengan lebatnya aliran informasi yang deras dan cepat.

Berdasarkan data yang dihimpun dari Badan Pusat Statistik dan Badan Perencanaan Pembangunan Nasional pada tahun 2010, 63 juta remaja di Negara Indonesia berisiko melakukan perilaku yang tidak sehat. Misal, kurangnya tindakan merawat kebersihan organ reproduksi ketika mengalami menstruasi. Angka insiden penyakit infeksi yang terjadi pada saluran reproduksi pada remaja (10–18 tahun), yaitu 35 sampai 42 persen serta dewasa muda (18–22 tahun) sebesar 27 hingga 33 persen. Rahmatika (2010) dalam penelitiannya mengungkapkan bahwa faktor pemicu kasus ISR antara lain imunitas yang rendah sejumlah 10 persen, perilaku kurang dalam merawat hygiene ketika menstruasi sejumlah 30 persen, lingkungan buruk dan tata cara dalam penggunaan pembalut yang kurang tepat ketika menstruasi sejumlah 50 persen. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Bujawati et al (2014) yang melakukan penelitian ini mengenai faktor-faktor yang berhubungan dengan personal hygiene

P-ISSN 2087-7239
E-ISSN 2807-1069

selama menstruasi pada remaja putri, mengatakan bahwa terdapat hubungan antara pengetahuan tentang menstruasi dengan personal hygiene selama menstruasi.

Hasil penelitian lainnya seperti yang dilakukan oleh Agra (2016) yang mengatakan bahwa Pengetahuan remaja putri tentang pengertian menstruasi menunjukkan bahwa dari 67 responden, sebanyak 32 responden (47,8%) memiliki tingkat pengetahuan yang baik, sebanyak 25 responden (37,3%) memiliki tingkat pengetahuan yang cukup dan sebanyak 10 responden (14,9%) memiliki tingkat pengetahuan yang kurang. Penelitian ini dilakukan pada masa pandemi Covid-19 dengan mengikuti prosedur kesehatan yang berlaku dimana, penelitian ini dilakukan dengan sistem daring menggunakan angket yang disebar secara daring. Penelitian ini bertujuan untuk mengukur sejauh mana personal hygiene remaja putri selama menstruasi meliputi aspek pengetahuan, sikap dan tindakan.

TUJUAN PENELITIAN

Untuk mengetahui dan melihat hubungan pengetahuan remaja putri tentang personal hygiene saat menstruasi.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain studi deskriptif kuantitatif. Populasi yang digunakan pada penelitian ini adalah seluruh remaja putri yang berjumlah 298 orang. Sampel dalam penelitian ini adalah keseluruhan jumlah populasi yaitu sebanyak 298 orang dengan teknik pengambilan sampel menggunakan total sampling. Metode pengukuran data dengan menggunakan kuesioner yang disebarkan secara daring menggunakan bantuan google form sedangkan metode analisis data menggunakan bantuan aplikasi statistik. Sumber data dalam penelitian ini adalah data primer dimana data tersebut sepenuhnya peneliti peroleh dari hasil penelitian.

HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia Dan Usia Menstruasi Pertama

Kategori Usia	Frekuensi	Persentase
17-18 tahun	188	63
19-20 tahun	110	37
Total	298	100
Usia Menstruasi Pertama		
5-10 tahun	4	1
11-15 tahun	223	75
16-18 tahun	71	24
Total	298	100

Sumber: Data Primer (2021)

P-ISSN 2087-7239
E-ISSN 2807-1069

Berdasarkan tabel 1, mayoritas responden berusia antara 17-18 tahun yaitu sebanyak 188 orang (63%) kemudian rentang usia 19- 20 tahun sebanyak 110 orang (37%). Berdasarkan usia menstruasi pertama, mayoritas responden mengalami menstruasi pertama pada usia mereka antara 11-15 tahun yaitu sebanyak 223 orang (75%), kemudian pada usia mereka antara 16-18 tahun sebanyak 71 orang (24%) dan usia mereka antara 5-10 tahun sebanyak 4 orang (1%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Jawaban Responden Tentang Personal Hygiene Remaja Putri Selama Menstruasi Berdasarkan Pengetahuan

Kategori	Frekuensi	Persentase
Baik	271	91
Cukup	27	9
Kurang	-	-
Total	298	100

Sumber: Data Primer (2021)

Berdasarkan tabel 2 diatas, pengetahuan responden tentang personal hygiene selama menstruasi mayoritas berada pada kategori baik yaitu sebanyak 271 orang (91%) dan cukup sebanyak 27 orang (9%).

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Jawaban Responden Tentang Personal Hygiene Remaja Putri Selama Menstruasi Berdasarkan Sikap

Pertanyaan	Frekuensi	Persentase
Kepada Siapa Anda Menceritakan Perihal Menstruasi Anda?		
Ibu	264	89
Kakak Perempuan	22	4
Teman	12	4
Guru	-	-
Total	298	100

Sumber: Data Primer (2021)

Berdasarkan tabel 3 diatas, mayoritas responden menceritakan perihal menstruasinya kepada Ibu yaitu sebanyak 264 orang (89%), kemudian kepada kakak perempuan sebanyak 22 orang (7%) dan kepada teman sebanyak 12 orang (4%).

P-ISSN 2087-7239
E-ISSN 2807-1069

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Jawaban Responden Tentang Personal Hygiene Remaja Putri Selama Menstruasi Berdasarkan Tindakan

Pertanyaan	Frekuensi	Persentase
Material sanitasi yang dipakai pada tahun pertama menstruasi		
Pembalut kain	160	54
Pembalut sekali pakai	138	46
Total	298	100
Seberapa sering anda mengganti pembalut?		
Lebih dari 4 kali	86	29
3 kali	155	52
2 kali	54	18
1 kali	3	1
Total	298	100
Apakah anda membersihkan alat genital anda setelah buang air kecil ketika menstruasi?		
Ya	290	97
Tidak	8	3
Total	298	100
Apa yang anda gunakan untuk membersihkan alat genital anda setelah buang air kecil ?		
Air, sabun dan tissue	77	26
Air dan tissue	57	19
Air saja	163	54
Tisu saja	1	1
Total	298	100
Bagaimana cara anda membuang/membersihkan pembalut yang telah dipakai ?		
Dicuci lalu dibuang ketempat sampah	244	82
Dibuang begitu saja ketempat sampah	54	18
Total	298	100
Apakah frekuensi mandi anda dalam sehari meningkat ketika menstruasi berlangsung ?		
Ya	175	59
Tidak	123	41
Total	298	100
Apakah anda mengkonsumsi tablet penambah darah selama menstruasi ?		
Selalu	7	2
Kadang-kadang	265	89
Tidak pernah	26	9
Total	298	100
Apakah Anda mengkonsumsi makanan sehat dan bergizi lengkap selama menstruasi ?		
Selalu	110	37
Kadang-kadang	175	59
Tidak pernah	13	4
Total	298	100

Sumber: Data Primer (2021)

P-ISSN 2087-7239
E-ISSN 2807-1069

Berdasarkan tabel 4 diatas, untuk pertanyaan ke-1, kebanyakan responden menjawab menggunakan pembalut kain pada tahun pertama menstruasi yaitu sebanyak 160 orang (54%) dan menggunakan pembalut sekali pakai sebanyak 138 orang (46%).

Berdasarkan pertanyaan ke-2, mayoritas jawaban responden mengatakan bahwa ketika menstruasi durasi mengganti pembalut sebanyak 3 kali yaitu sebanyak 155 orang (52%), lebih dari 4 kali sebanyak 86 orang (29%), 2 kali sebanyak 54 orang (18%) dan 1 kali sebanyak 3 orang (1%).

Berdasarkan pertanyaan ke-3, mayoritas jawaban responden mengatakan bahwa membersihkan alat genital setelah buang air kecil ketika menstruasi yaitu sebanyak 290 orang (97%) dan menjawab tidak sebanyak 8 orang (3%).

Berdasarkan pertanyaan ke-4, mayoritas jawaban responden mengatakan bahwa membersihkan alat genital setelah buang air kecil menggunakan air saja yaitu sebanyak 163 orang (54%), menggunakan air, sabun dan tisu sebanyak 77 orang (26%), menggunakan air dan tisu sebanyak 57 orang (19%) dan menggunakan tisu saja sebanyak 1 orang (1%).

Berdasarkan pertanyaan ke-5, mayoritas jawaban responden mengatakan bahwa pembalut terlebih dahulu dicuci lalu dibuang ketempat sampah, yaitu sebanyak 244 orang (82%) dan yang mengatakan dibuang begitu saja ketemoat sampah sebanyak 54 orang (18%).

Berdasarkan pertanyaan ke-6, frekuensi mandi dalam sehari meningkat ketika menstruasi berlangsung, yaitu sebanyak 175 orang (59%) kemudian mengatakan tidak meningkat sebanyak 123 orang (41%).

Berdasarkan pertanyaan ke-7, mayoritas jawaban responden mengakan bahwa kadang-kadang mengkonsumsi tablet penambah darah selama menstruasi yaitu sebanyak 265 orang (89%), kemudian menjawab tidak pernah sebanyak 26 orang (9%) dan menjawab selalu sebanyak 7 orang (2%).

Berdasarkan pertanyaan ke-8, kebanyakan jawaban responden mengatakan bahwa kadang-kadang mengkonsumsi makanan sehat dan bergizi lengkap selama menstruasi yaitu sebanyak 175 orang (59%), kemudian menjawab selalu sebanyak 110 orang (37%) dan menjawab tidak pernah sebanyak 13 orang (4%).

PEMBAHASAN

Personal Hygiene Remaja Putri Selama Menstruasi Berdasarkan Pengetahuan Berdasarkan hasil penelitian, pengetahuan responden tentang personal hygiene selama menstruasi mayoritas berada pada kategori baik yaitu sebanyak 271 orang (91%) dan cukup sebanyak 27 orang (9%).

Hal ini sejalan dengan yang dilakukan oleh Amalia et al (2019) yang mengatakan bahwa remaja putri yang memiliki pengetahuan baik ada 35 orang (53.8%), 22 orang memiliki pengetahuan cukup (33.8%), sisanya 8 orang (12.3%) memiliki pengetahuan yang kurang tentang menstruasi. Penelitian lainnya seperti yang dilakukan oleh Khotimah et al (2014), pengetahuan remaja putri tentang menstruasi di SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta dengan kategori pengetahuan baik yaitu sebanyak 43 orang (60,6%). Menurut Oktariani (2019), pengetahuan responden tentang personal hygiene saat menstruasi termasuk dalam kategori baik sebanyak 37 orang (78,7%).

Pengetahuan adalah kesan di dalam pikiran manusia sebagai hasil penggunaan pancainderanya. Pengetahuan adalah segala yang diketahui berdasarkan pengalaman yang didapatkan oleh manusia. Pengetahuan adalah suatu hasil dari rasa keingintahuan melalui proses sensoris, terutama pada mata dan telinga terhadap objek tertentu. Pengetahuan merupakan domain yang penting dalam terbentuknya perilaku terbuka atau open behavior.

P-ISSN 2087-7239
E-ISSN 2807-1069

Namun demikian, masih terdapat 27 orang (9%) yang memiliki pengetahuan seputar menstruasi. Hal tersebut bias diperbaiki dengan cara memberikan informasi yang lebih intens bisa berupa pendidikan kesehatan, penyuluhan dan juga meyebarkan brosur atau lieflet. Personal Hygiene Remaja Putri Selama Menstruasi. Berdasarkan Sikap Berdasarkan hasil penelitian, mayoritas responden menceritakan perihal menstruasinya kepada Ibu yaitu sebanyak 264 orang (89%), kemudian kepada kakak perempuan sebanyak 22 orang (7%) dan kepada teman sebanyak 12 orang (4%). Dilihat dari hasil penelitian, mayoritas reponden menceritakkan perihal menstruasi kepada ibunya, hal ini dikarenakan responden merasa lebih nyaman menceritakannya kepada wanita yang melahirkan dan tentu lebih paham akan dirinya.

Dalam riset yang dilakukan oleh Sangobion Femine MenstruPain (2017) bekerja sama dengan Female Daily Network, salah satu komunitas wanita terbesar di Indonesia ini menunjukan fakta yang mencerminkan kekuatan ikatan antara ibu dan anak ini diperoleh dari survei kepada lebih dari 1,000 remaja perempuan Indonesia. Dari survei tersebut dijelaskan bahwa 70.7% memperoleh informasi pertama mengenai menstruasi dari ibu, 64.7% perempuan Indonesia merasa nyaman untuk berdiskusi mengenai menstruasi dan reproduksi dengan ibu dan 27.3% di antaranya merasa lebih nyaman untuk membicarakan perihal topik tersebut dengan teman mereka Fakta menarik lainnya ditemukan bahwa perihal sanitasi ketika menstruasi (67.7%), fakta dan mitos mengenai menstruasi (65.9%), dan tips untuk mengurangi rasa sakit saat menstruasi (54.9%) menjadi tiga topik utama yang paling dibicarakan ibu dan anak remaja perempuannya.

Sikap adalah suatu bentuk kesiapan atau kemauan seseorang dalam bertindak dan tidak berarti melaksanakan motif tertentu. Bisa dikatakan bahwa sikap bukan sesuatu yang berfungsi sebagai tindakan atau yang disebut dengan reaksi terbuka maupun aktifitas. Sikap adalah predisposisi tindakan atau yang disebut dengan reaksi tertutup.

Disamping itu faktor lain yang sangat penting yang akan mendukung perilaku tersebut diantaranya adalah sarana fasilitas yang memadai, begitu juga dengan perilaku yang baik dan ramah dari petugas kesehatan. Anak biasanya lebih dekat dengan ibu. Penanaman pendidikan dilakukan sudah sejak dini. Ibu juga paling mengerti karakter anak sehingga mampu memberikan pendidikan yang sesuai. Ibu mendidik anak tentang apa yang harus dilakukan dalam kehidupan dan bagaimana menjadi seorang yang baik. Sepanjang daur pertumbuhan seorang anak dipengaruhi oleh ajaran dari ibu dan ayahnya untuk tumbuh menjadi manusia yang baik. Disisi lain, terdapat 22 orang yang memanfaatkan sosok kakak perempuan sebagai tempat remaja putri menceritakan perihal mestruasinya, hal ini bisa terjadi oleh kerena adanya kedekatan psikologis dan sosial dimana, kedua hal tersebut menciptakan kondisi saling percaya dan saling mengerti bila dibandingkan dengan meceritakan perihal menstruasi kepada teman ataupun kepada guru.

Personal Hygiene Remaja Putri Selama Menstruasi Berdasarkan Tindakan Berdasarkan hasil penelitian, 160 responden mengatakan material sanitasi yang dipakai pada tahun pertama menstruasi adalah pembalut kain. Hal ini didasari oleh pengalaman ibu dan kakak perempuan pada saat mereka mendapatkan haid pertama kalinya. Penggunaan pembalut kain saat menstruasi dapat digunakan kembali, sehingga lebih hemat biaya. Sebagian besar pembalut ini dapat bertahan sampai lima tahun jika dirawat dengan benar dan kebersihannya tetap terjaga, sedangkan penggunaan pembalut sekali pakai memiliki tingkat kepraktisan yang lebih baik pada saat penggunaan namun, dilain sisi penggunaan pembalut sekali pakai dapat menimbulkan efek kesehatan organ vital wanita apabila bahan

P-ISSN 2087-7239
E-ISSN 2807-1069

atau komponen pembalut tidak diperhatikan dengan baik. Durasi mengganti pembalut, membersihkan alat genital setelah buang air kecil, yang digunakan untuk membersihkan alat genital setelah buang air kecil, cara membuang/membersihkan pembalut yang telah dipakai, dan frekuensi mandi dalam sehari ketika menstruasi berlangsung merupakan faktor lainnya yang berkorelasi langsung terhadap kesehatan alat reproduksi wanita, semakin sering memperhatikan dan membersihkan diri saat mesntruasi, semakin kecil pula risiko remaja putri mengalami gangguan kesehatan seputar organ intimnya. Menstruasi yang berat dan panjang biasanya akan membuat remaja putri lemas dan lesu. Dalam kondisi ini, penting untuk minum obat penambah darah. Periode datang bulan ini rata-rata berlangsung antara 2-5 hari. Dalam rentang tersebut, diperkirakan 220-250 mg zat besi per liter darah hilang selama menstruasi. Jumlah ini dapat bervariasi, dipengaruhi oleh perubahan dalam penyimpanan besi.

Berdasarkan pertanyaan ke-8, kebanyakan jawaban responden mengatakan bahwa kadang-kadang mengkonsumsi makanan sehat dan bergizi lengkap selama menstruasi yaitu sebanyak 175 orang (59%), kemudian menjawab selalu sebanyak 110 orang (37%) dan menjawab tidak pernah sebanyak 13 orang (4%). Hasil penelitian Hidayah (2016), menunjukkan bahwa siklus menstruasi tidak teratur lebih banyak terjadi pada responden dengan status gizi kurus (33,3%) dan status gizi gemuk (10,2%). Gizi seimbang perlu diterapkan oleh siswi supaya dapat pengaturan pola makan baik dari jumlah dan kualitas makanan serta melakukan aktivitas fisik yang cukup agar tercipta status gizi yang normal. Jika hal tersebut dilakukan maka kemungkinan akan memperkecil risiko untuk mengalami gangguan siklus menstruasi.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang melibatkan para remaja putri dapat disimpulkan bahwa tingkat pengetahuan responden berada pada kategori baik, kemudian dalam menyikapi menstruasi pertama reponden mengatakan menceritakan perihal menstruasinya kepada ibu, dan berdasarkan tindakan, personal hygiene responden selama menstruasi berada pada kategori baik.

SARAN

Penelitian ini hanya menghubungkan satu variabel, dan masih ada faktor-faktor lain yang berhubungan dengan perilaku personal hygiene remaja putri saat menstruasi. Saran untuk penelitian selanjutnya adalah dengan melakukan analisis faktor yang mempengaruhi perilaku personal hygiene saat menstruasi.

Dari kesimpulan diatas, dapat disarankan kepada pihak sekolah bekerja sama secara aktif dengan Puskesmas setempat. Kegiatan yang dapat dilaksanakan adalah sosialisasi, diskusi, tanya jawab terkait kesehatan reproduksi. Pembagian leaflet maupun penempelan poster di lingkungan sekolah, dengan judul Personal Hygiene Remaja sehingga dari lingkungan sekolah dapat membantu menyadarkan siswi akan pentingnya perawatan diri terkait reproduksi. Selain itu, membentuk kelompok peduli kesehatan reproduksi yang melibatkan siswi. Dengan adanya beberapa kegiatan ini, diharapkan dapat menekan angka kejadian Infeksi Saluran Reproduksi pada remaja, khususnya remaja putri.

DAFTAR PUSTAKA

Adelia, Y. 2009. Gambaran Pengetahuan dan Sikap terhadap Perilaku Hygiene Menstruasi, Suatu Studi Kasus pada Siswi kelas 7 dan 8 SMPN 7 Depok. Skripsi, FKM UI Depok. 2009. http://lontar.ui.ac.id/file?file=digital/20293541-YYohana%20Adelia.pdf.

P-ISSN 2087-7239
E-ISSN 2807-1069

Angrainy, R., Fitri, L. and Utari, A. (2021) 'Hubungan pengetahuan dengan perilaku Personal saat menstruasi dengan remaja', *Jurnal Proteksi Kesehatan*, 10(1), pp. 49–54.

Ardiati, A. N., Ernawati, H. and Purwanti, L. E. (2019) 'Hubungan Pengetahuan Dengan Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Remaja Putri Di SMP 2 Ponorogo', *Prosiding Seminar Nasional dan Call for Paper*, pp. 110–114.

Agustiani - 'AFIYAH, 2015 - ejournal.stikesyarsi.ac.id.

Ayu, F dan Maya, K. 2010. Hubungan antara Komunikasi Ibu-Anak dengan Kesiapan Menghadapi Menstruasi Pertama pada Siswi SMP Muhammadiyah Banda Aceh. Ejournal Undip. http://ejournal. undip.ac.id/index.php/psikologi/artic le/ download/288/5/2568.

Devita, Y. and Kardiana, N. (2017) 'Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Personal Hygiene Dengan Benar Saat Menstruasi di MA Hasanah Pekanbaru', *STIKes Payung Negeri Pekanbaru*, 4(2), pp. 64–68.

Husni, H. (2018) 'Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Dengan Tindakan Personal Hygiene Saatmenstruasi Pada Remaja Putri', *Jurnal Media Kesehatan*, 9(2), pp. 165–170. doi: 10.33088/jmk.v9i2.309.

Izzati, W. and Agustina, R. (2014) 'Hubungan Pengetahuan Dengan Pelaksanaan Personal Hygiene Genitalia Saat Menstruasi Pada Remaja Putri Kelas IX SMP Negeri 4 Bukittinggi', *Jurnal Kesehatan*, 6(3), pp. 2–5. Available at: W Izzati, R

Hidayat, A. 2009. *Pengantar Ilmu Kesehatan Anak Untuk Pendidikan Kebidanan*. Jakarta: Salemba Medika.

Keraf, S., dan Dua, M. 2011. *Ilmu Pengetahuan*. Yogyakarta: Kanisius.

Kusmiran, E., Wilopo, S., Paramastri, I. 2006. Hubungan Peran Teman Sebaya Sebagai Sumber Informasi Kesehatan Reproduksi dengan Sikap Remaja Mengenai Hubungan Seks Pra Nikah. http://stikesayani.ac.id/publikasi/ejournal/fi lesx/2006/200604/200604-003.

Leli, I. 2012. *Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Tentang Perineal Hygiene Di SMPIT As Salam Pasar Minggu*. *Skripsi* http://digital_20301518-S42025-IndidaLeliIndahF.pdf.

Mardani, S., Aris, S., Priyoto. 2010. Hubungan Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Remaja Putri dengan Perilaku Personal Hygiene Menstruasi di Desa Kedung Kumpul Kecamatan Sarirejo Kabupaten Lamongan. Skripsi. http://7.pdf

Maula, G. 2013. Reproduksi Saat Menstruasi Pada Remaja Putri Dengan Retardasi Mental. Skripsi http://GhinaMF2013.pdf.

Pemiliana, P. D. (2019) 'Perilaku Remaja Putri Dengan Personal Hygiene Saat Menstruasi Di Sma Etidlandia Medan Tahun 2018', *Gaster*, 17(1), p. 62. doi: 10.30787/gaster.v17i1.341.

Prodi DIII Kebidanan STIKES Nusantara Lasinrang Pinrang, M. (2020) 'Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Terhadap Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi', *Jurnal Kesehatan Luwu Raya*, 7(1), pp. 88–95.

Purnama, N. L. A. (2021) 'Pengetahuan Dan Tindakan Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Remaja', *Jurnal Keperawatan*, 10(1), pp. 61–66. doi: 10.47560/kep.v10i1.264.

Qomariah, S. 2013. Hubungan Pengetahuan dan Sikap tentang

P-ISSN 2087-7239
E-ISSN 2807-1069

Kebersihan Genetalia dengan Kejadian Fluor Albus 24 Jurnal Promkes, Vol. 5, No. 1 Juli 2017: 12–24 (Keputihan) pada Remaja Putri. Skripsi. http://lppmunigresblog.fi les.wordpress. cm/2013/09/jurnal-keperawatan-samakovernya.pdf

Rohidah, S. and Nurmaliza (2019) 'Hubungan tingkat pengetahuan remaja putri terhadap personal hygiene saat menstruasi di SMA Negeri 3 Pekanbaru tahun 2018', *Jomis (Journal of Midwifery Science)*, 3(1), pp. 32–35.

Rahmatika, D. 2010. *Pengaruh Pengetahuan dan Sikap tentang Personal Hygiene Menstruasi terhadap Tindakan Personal hygiene Remaja Putri Saat Menstruasi di SMK Negeri 8 Medan*. *Skripsi*. http:// RahmawatiD2010.pdf.

Rahmayanti, N. 2012.Perilaku Perawatan Kebersihan Alat Reproduksi dalam Mencegah Kanker Serviks pada Siswi SMAN 9 Kebon Pala Jakarta Timur. Skripsi. http://lontar.ui.ac.id/ file?file=digital/20293541Novita% 20 Rahmayanti.pdf

Sari, I. 2012. *Pengaruh Pendidikan Kesehatan tentang Menstruasi Terhadap Perubahan Perilaku Menstrual Hygiene Remaja Putri Untuk Pencegahan Infeksi Saluran Reproduksi (ISR)*. *Skripsi*. http://old.fk.ub.ac.id/Indah%Puspita. pdf.

Sassi Mahfoudh, S., Bellalouna, M. and Horchani, L. (2018) 'Solving CSS-Sprite Packing Problem Using a Transformation to the Probabilistic Non-oriented Bin Packing Problem', *Lecture Notes in Computer Science (including subseries Lecture Notes in Artificial Intelligence and Lecture Notes in Bioinformatics)*, 10861 LNCS, pp. 561–573. doi: 10.1007/978-3-319-93701-4_44.

Solihat Holida, S. and Sri, I. (2020) 'HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN SIKAP PERSONAL HYGIENE PADA SAAT MENSTRUASI DENGAN PERILAKU PENCEGAHAN PRURITUS VULVAE PADA REMAJA PUTRI (Relationship of Knowledge And Attitude of Personal Hygiene During Menstruation With Pruritus Vulva Prevention Behavior (Irri', VIII(2), pp. 1–10.

Susanti, D. and Lutfiyati, A. (2020) 'Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Dengan Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi', *Jurnal Kesehatan*, 11(2), pp. 110–114

Wulandari, R. 2012. *Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Usia 13–16 Tahun tentang Perawatan Alat Reproduksi Eksternal dengan Perilaku Merawat Alat Reproduksi Eksternal*. *Skripsi*. *Http://Www.Akbidpamenang. Ac.Id/Admin/Foto_Berita/23_Hubungan_ Pengetahuan_Remaja_Putri_Usia_13_16_ Tahun_Tentang_Perawatan_Alat_ Reproduksi_Eksternal_Dengan_Perilaku _ Merawat_Alat_Reproduksi_Eksternal.Pdf.*

Yusuf, Y., Kundre, R., Rompas, S. 2014. *Hubungan Pengetahuan Menarche dengan Kesiapan Remaja Putri Menghadapi Menarche di SMP Negeri 3 Tidore Kepulauan. Jurnal*. Https:// Ejournal.Unsrat.Ac.Id/Index.Php/Jkp/ Article/View/5272.