

**PENGARUH EDUKASI TERHADAP PENGETAHUAN TENTANG PERSONAL HYGIENE SAAT MENTRUASI PADA REMAJA PUTRI DENGAN METODE CERAMAH DI RT 11 KELURAHAN CEMPAKA PERMAI KOTA BENGKULU**

**THE EFFECT EDUCATION OF KNOWLEDGE ABOUT PERSONAL HYGINE FOR MENSTRUATING ADOLESCENT WITH LECTURE METHOD IN RT 11 CEMPAKA PERMAI SUB-DISTRICT OF BENGKULU CITY**

Oleh:

**Suci Pitria Sari<sup>1</sup>, Muhammad Amin<sup>2\*</sup>, Bintang Agustina<sup>3</sup>, Riska Yanuarti<sup>4</sup>**

<sup>1,2,3,4</sup> Program Studi Kesehatan Masyarakat Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Bengkulu Kampus IV UMB Jl. H. Adam Malik KM 8,5 Cempaka Permai Kota Bengkulu, Indonesia

\* Corresponding Author : [mamin@umb.ac.id](mailto:mamin@umb.ac.id), Telp:+6281278748961

**ABSTRACT**

Hygiene during menstruation is a very sensitive area and is easily infected during menstruation because germs easily enter and cause disease in the reproductive tract. The type of the research used was the quantitative analytics with a pre test and post test design. The Population consisted of 25 girls who have menstruated in RT 11 Cempaka Permai subdistrict of Bengkulu city with the T test technique paired t test. The independent variable was health education and the dependent variable was personal hygiene knowledge when the menstruation was occurring. The instruments used in this study were a questionnaire, data processing, editing, coding, scoring and tabulating, and analyzed statistical tests with the result  $< \alpha 0.05$ . The results of the study showed that most of the respondents had knowledge of personal hygiene during menstruation before the education was carried out. It was known that the average knowledge of respondents before being given health education about the effect of knowledge education about personal hygiene during menstruation was (9.88). The health education was given to (13.64) which means that there is an effect of knowledge education about personal hygiene during menstruation in RT 11 Cempaka Permai sub-district of Bengkulu city.

**Key words:** *Personal Hygiene, Menstruation, Adolescent*

**ABSTRAK**

Personal hygiene saat mentruasi merupakan daerah yang sangat sensitif dan mudah terinfeksi ketika menstruasi karena kuman mudah masuk dan menimbulkan penyakit pada saluran reproduksi. Jenis penelitian menggunakan analitik kuantitatif dengan desain *pre test post test*. Populasi sebanyak 25 remaja putri yang sudah menstruasi yang ada di RT 11 Kelurahan cempaka permai kota bengkulu dengan teknik *uji T paired t test (uji T berpasangan)*. Variabel independen edukasi kesehatan dan variabel dependen pengetahuan personal hygiene saat mentruasi. Instrumen pada penelitian ini menggunakan kuesioner, pengolahan data *editing, scoring dan tabulating*, dan di analisis uji statistik dengan hasil  $< \alpha 0,05$

Hasil penelitian di dapatkan hasil bahwa sebagian besar responden memiliki pengetahuan *personal hygiene saat* menstruasi sebelum dilakukan edukasi memiliki kurang mengetahui dengan nilai rata-rata 9.88 (57%) setelah di berikan edukasi pengetahuan responden meningkat menjadi cukup mengetahui dengan nilai rata-rata 13,28 atau 70% yang artinya responden mengalami peningkatan pengetahuan menjadi Cukup Mengetahui. Berdasarkan hasil uji statistik *shapiro wilk* diperoleh nilai sebesar  $p= 0,000 < \alpha 0,05$  yang berarti H1 diterima.

**Kata kunci :** *Personal Hygiene ,mentruasi, Remaja putri*

## PENDAHULUAN

Menurut *World Health Organization* (WHO), remaja adalah periode usia antara 10-19 tahun, sedangkan perserikatan bangsa-bangsa (PBB) menyebutkan kaum muda (*youth*) untuk usia antara 15-24 tahun. Sementara itu, menurut *The Health Resources and Services Administrations Guidelines* Amerika Serikat, rentan usia remaja adalah 11-21 tahun dan terbagi menjadi tiga tahap, yaitu remaja awal (11-14 tahun), remaja menengah (15-17 tahun), dan remaja akhir (18-21 tahun) (Rinjani, 2019).

Menurut WHO (*World Health Organization*) tahun 2016 memperkirakan 15 dari 20 remaja putri pernah mengalami keputihan setiap tahunnya. Infeksi tersebut disebabkan karena kurangnya kebersihan diri, terutama *vulva hygiene* saat menstruasi. Studi tentang kebersihan menstruasi pada perempuan dan remaja putri di Mesir ditemukan bahwa antara perempuan yang pernah menikah 15,3% menggunakan pembalut sekali pakai 42,1% menggunakan kapas, dan 39,4% menggunakan pembalut kain sebagai penyerap setelah mencucinya. Sebaliknya, 25,2% dari perempuan yang belum menikah menggunakan pembalut sebesar 50,5% dan 21% menggunakan kembali kain penyerap yang dicuci. Hanya 3,2% dari kedua kelompok perempuan tersebut yang menggunakan potongan kain dan dibuang setelah digunakan (WHO, 2016).

Perilaku kesehatan mengenai perilaku *personal hygiene* sangat penting dilakukan karena jika tidak diterapkan dengan benar maka akan menimbulkan infeksi saluran reproduksi, infeksi jamur, dan bakteri. Perilaku yang kurang dari perawatan *hygiene* pada saat menstruasi adalah malas mengganti pembalut. Salah satu penyebabnya adalah bakteri yang berkembang pada pembalut, perawatan diri yang baik saat menstruasi seperti penggunaan pembalut yang tepat adalah Pembalut tidak boleh dipakai lebih dari enam jam atau harus diganti sesering mungkin bila sudah penuh oleh darah menstruasi. *Personal hygiene* yang buruk terutama area genitalia juga menjadi faktor predisposisi terjadinya kanker serviks (Pemiliana, 2019).

Edukasi dengan metode ceramah dapat meningkatkan pengetahuan remaja tentang cara merawat personal hygiene dengan baik dan benar. Dengan memberikan edukasi berupa promosi kesehatan yang diberikan remaja mulai menyadari adanya stimulus sehingga menimbulkan ketertarikan terhadap stimulus tersebut lalu mengakibatkan adanya perhatian dari remaja tersebut dan apabila stimulus telah mendapat perhatian maka remaja mulai menimbang-nimbang tentang baik tidaknya stimulus tersebut bagi dirinya setelah itu akan terjadi kesediaan pada remaja tersebut untuk mencoba perilaku baru dan akhirnya dengan perilaku baru sesuai pengetahuan, sikap dan kesadarannya serta dukungan, fasilitas dan dorongan dari lingkungan maka remaja mengubah perilakunya dalam merawat personal hygiene (Gobel, 2020).

Remaja masih belum mampu menguasai dan memfungsikan secara maksimal fungsi fisik maupun fisikisnya namun yang perlu ditekankan disini adalah bahwa fase remaja merupakan fase perkembangan yang tengah berada pada masa amat potensial, baik dilihat dari aspek kognitif, emosi, maupun fisik (Phonna, 2018)

Hasil observasi awal terdapat 3 remaja putri yang berdomisili di RT 11 Kelurahan Cempaka Permai Kota Bengkulu. yang peneliti wawancarai mengenai *personal hygiene* maka di dapatkan informasi sebagai berikut, Remaja mengakui bahwa Menstruasi pertama kali membuat situasi panik dikarenakan kurangnya informasi yang didapat terkait menstruasi. Saat menstruasi remaja mengungkapkan bahwa tidak dapat mengaplikasikan bagaimana cara merawat bagian reproduksi khususnya pada saat menstruasi. Remaja yang sudah menstruasi Sering tidak mengantikan pembalut saat menstruasi, dan memakai pembalut yang cukup lama dalam satu hari, ada sebagian remaja yang belum terbiasa menggunakan pembalut oleh peneliti. Aspek pengukuran adalah aturan-aturan yang meliputi cara dan alat ukur (*instrument*), hasil pengukuran, kategori dan skala ukur yang digunakan untuk menilai suatu variabel.

Untuk mengukur pengetahuan personal hygiene digunakan 18 pertanyaan dan setiap item pertanyaan memiliki 2 alternatif jawaban yaitu, Untuk penilaian jawaban jika responden menjawab benar diberi skor 1 jika responden menjawab salah diberi skor 0.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini bersifat kuantitatif dengan desain penelitian yang digunakan adalah metode eksperimental dengan pra-eksperimental. Penelitian ini dilakukan Di lingkungan RT pada remaja putri yang berdomisili di Di RT 11 Kelurahan Cempaka Permai Kota Bengkulu, pada bulan April-Mei 2021.

Populasi dalam penelitian ini adalah remaja putri yang sudah menstruasi yang berumur 11-16 tahun yang berdomisili di RT 11 kelurahan cempaka permai kota Bengkulu sebanyak 25 orang. Sampel diambil dengan teknik *total sampling*.

Data dikumpulkan dengan menggunakan kuesioner terstruktur dan selanjutnya data yang terkumpul di analisis univariat dan bivariat (uji t independen).

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil analisis pengaruh edukasi terhadap pengetahuan remaja tentang personal hygiene dapat dilihat pada table di bawah ini.

Tabel 1

Pengaruh edukasi terhadap pengetahuan remaja tentang personal hygiene saat menstruasi pada remaja putri di RT 11 Kelurahan cempaka permai Kota Bengkulu

Pengetahuan	Mean	SD	min-max	p Value	N
Pretest	9,88	4,206	3.00-17.00	0.000	25
Posttest	13,64	3,545	6.00-18.00		

Test pada table di atas diketahui rata-rata pengetahuan responden sebelum diberikan edukasi kesehatan tentang pengaruh edukasi pengetahuan tentang personal hygiene saat menstruasi pada remaja di rt 11 kelurahan cempaka permai kota Bengkulu sebesar 9,88 dengan standar deviasi 4,206. Sedangkan rata-rata pengetahuan responden setelah diberikan edukasi kesehatan menjadi 13.64 dengan standar deviasi 3,545 ada perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan edukasi yaitu . Hasil uji T Berpasang didapat  $P = 0,000 < 0,005$  maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima yang artinya terdapat pengaruh tentang personal hygiene saat menstruasi di RT 11 kelurahan cempaka permai kota Bengkulu.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh penelitian Rofi'ah, S. (2017). Efektivitas pendidikan kesehatan metode peer group terhadap tingkat pengetahuan personal hygiene saat

menstruasi. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebelum diberikan pendidikan kesehatan dengan metode peer group sebanyak 33,8% siswi memiliki tingkat pengetahuan tentang personal hygiene saat menstruasi pada kategori kurang baik ,namun setelah diberikan pendidikan kesehatan tentang pengetahuan personal hygiene saat menstruasi terjadi peningkatan yaitu sebanyak 98,5% siswi yang memiliki tingkat pengetahuan tentang personal hygiene pada kategori baik .

Edukasi kepada remaja sangat di perlukan, melalui edukasi remaja akan mengetahui perilaku yang sesuai untuk menjaga kesehatan mereka. Kondisi ini terlihat dari perbedaan skor remaja, setelah diberikan edukasi skor pengetahuan remaja tentang personal hygiene semakin meningkat.(Pratiwi, 2021)

*Hygiene* saat menstruasi merupakan komponen *personal hygiene* (kebersihan

perorangan yang memegang peranan penting dalam status perilaku kesehatan seseorang, termasuk menghindari adanya gangguan pada fungsi alat reproduksi. Pada saat menstruasi pembuluh darah dalam rahim sangat mudah terinfeksi. Oleh karena itu kebersihan alat kelamin harus dijaga karena kuman mudah sekali masuk dan dapat menimbulkan infeksi saluran reproduksi (ISR) (Pythagoras,2017).

Pengetahuan tentang menstruasi, rendahnya pengetahuan kesehatan reproduksi tentang menstruasi akan memungkinkan perempuan tidak berperilaku *hygiene* saat menstruasi yang dapat membahayakan kesehatan reproduksi sendiri. Pengetahuan yang baik akan mempengaruhi perilaku kesehatan karena dengan ketidaktahuan maka perilaku kesehatan tidak diterapkan dengan benar dan akan menimbulkan penyakit pada saluran reproduksi (Maulana, 2010).

Seperti yang telah dijelaskan pada dasar teori, personal hygiene saat menstruasi merupakan suatu mekanisme fisiologi yang bermanfaat untuk menerapkan pola hidup sehat dan bersih. Pengetahuan mengenai Pengertian dan Tujuan personal hygiene saat menstruasi ini merupakan salah satu dasar untuk melakukan personal hygiene saat menstruasi. Banyak orang yang menganggap remeh personal hygiene saat menstruasi, mungkin karena kurangnya pengetahuan. Oleh karena itu, kita akan salah dalam mengambil langkah, apabila kita tidak dapat memahami pentingnya personal hygiene saat menstruasi (Ilmiawati,2016).

adapun faktor yang mempengaruhi seseorang untuk bisa memiliki pengetahuan tinggi yaitu Pendidikan mempengaruhi proses belajar, makin tinggi pendidikan seseorang makin mudah seseorang tersebut memperoleh informasi (Ulya,2018).

Menurut Mubarak (2012),faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan seseorang adalah pendidikan dan Umur mempengaruhi terhadap daya tangkap dan pola pikir seseorang. Semakin bertambah usia akan semakin bertambah dan berkembang pula daya

tangkap dan pola pikirnya,sehingga pengetahuan yang diperolehnya semakin membaik sedangkan jika rendahnya Pendidikan mempengaruhi proses belajar, makin tinggi pendidikan seseorang makin mudah seseorang tersebut memperoleh informasi.

Pengetahuan tentang hygiene pakaian dalam saat menstruasi ini merupakan salah satu dasar untuk melakukan personal hygiene saat menstruasi. Banyak orang yang menganggap remeh personal hygiene saat menstruasi, mungkin karena kurangnya pengetahuan. Kebersihan adalah hal yang sangat penting untuk diperhatikan setiap orang .tanpa terkecuali ,kebersihan celana dalam yang harus kamu ganti setiap harinya meski terkesan sepele ,jarang mengganti celana dalam meningkatkan pertumbuhan berbagai bakteri tersebut adalah bakteri Escherichia coli (E.Coli) ,bakteri E.coli tentunya berbahaya karena dapat menyebabkan berbagai penyakit dan kondisi medis lainnya (Solehati,2018).

Setiap wanita yang masih berada di masa subur akan mengalami menstruasi setiap bulannya antara dua sampai tujuh hari lamanya.Menstruasi adalah bagian alami dari siklus reproduksi. Namun, hal penting yang sering dilupakan adalah menjaga kebersihan saat menstruasi.Kebersihan saat menstruasi juga melihat dari sanitasi yang baik, akses air yang baik, dan fasilitas yang memungkinkan untuk mengganti hingga mencuci pakaian atau pembalut wanita.Nyatanya, setiap wanita juga dapat memilih jenis-jenis pembalut yang berbeda sesuai dengan kebutuhan.Namun, sebaiknya ketahui waktu yang tepat untuk mengganti pembalut agar kesehatan organ intim tetap terjaga dengan baik. menjaga Kesehatan saat menstruasi mengungkapkan, apabila wanita menggunakan tampon saat menstruasi, harus selalu diganti setelah maksimal 8 jam.Penggunaan tampon terlalu lama dan dibiarkan begitu saja dapat meningkatkan risiko terkena toxic shock syndrome Masalah kesehatan lainnya yang dapat terjadi adalah infeksi kulit pada area sekitar vagina yang

disebabkan infeksi jamur atau bakteri (Wati,2019).

### KESIMPULAN

rata-rata pengetahuan responden tentang personal hygiene saat menstruasi dengan metode ceramah pada remaja putri di RT 11 kelurahan cempaka permai kota bengkulu sebelum dan sesudah terdapat perbedaan yg signifikan diketahui rata-rata pengetahuan responden sebelum diberikan edukasi kesehatan tentang pengaruh edukasi pengetahuan tentang personal hygiene saat menstruasi sebesar (9,88). Sedangkan rata-rata pengetahuan responden setelah diberikan edukasi kesehatan menjadi (13.64) yang artinya terdapat pengaruh edukasi pengetahuan tentang personal hygiene saat menstruasi di RT 11 Kelurahan Cempaka Permai Kota Bengkulu.

### DAFTAR PUSTAKA

- Adawiyah, A., &Sulfasyah, J. A. (2016). Implikasi Pendidikan Nonformal Pada Remaja. *Jurnal Equilibrium Pendidikan Sosiologi*, 4(2).
- Arikunto, S. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta
- Anwas, O.M. (2013). Pengaruh pendidikan formal, pelatihan, dan intensitas pertemuan terhadap kompetensi penyuluh pertanian. *Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan*, 19(1), 50-62.
- Anugoro, D. 2010. Psikologi Permasalahan pada Remaja. Available Online 25 Maret 2018.
- Adila, W., Rinjani, M., & Cinderela, P. (2019). Tingkat pengetahuan remaja tentang personal hygiene. *Journal of Psychological Perspective*, 1(2), 59-66.
- Bulahari, S. N., Korah, H. B., & Lontaan, A. (2015). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Pengetahuan Remaja Tentang Kesehatan Reproduksi. *JIDAN (Jurnal Ilmiah Bidan)*, 3(2), 15-20.

Bujawati, et al. 2016. *Faktor-*

*Faktor Yang Berhubungan Dengan Personal Hygiene Selama Menstruasi pada Santriwati di Pesantren Babul Khaer Kabupaten Bulukumba Provinsi Sulawesi Selatan*. Vol 3 No. 1 Januari-April 2017 ISSN: 2541-5301. Diakses tanggal 09 November 2018.

Badan Koordinasi Keluarga Berencana Nasional (BKKBN), 2012. *Keluarga Berencana dan Kesehatan*. Jakarta : BKKBN

Bobak, 2010, *Buku Ajar Keperawatan Maternitas Edisi VI*. Jakarta : penerbit Buku Kedokteran EGC.

Cahya Agnesia K. (2017). *Pengaruh Pendidikan Kesehatan Melalui Peer Group Terhadap Perilaku Hygiene Menstruasi Pada Siswi Kelas VII Di SMPN 4 Gamping Sleman Yogyakarta*. *Jurnal Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta*.

Dapartemen Pendidikan Nasional (2003). *Undang-Undang Republik Indonesia No 20 Tahun 2003 tentang SISDIKNAS*. Bandung : Citra Umbara .

Diyanti, 2014, Hubungan Antara pengetahuan dan Perilaku tentang Vulva Hygiene dengan Kejadian Pruritus Vulvae saat Menstruasi pada Pelajar Putri SMA Negeri 1 Kartasura

Fitri, R. P. (2018). PENGARUH TEMAN SEBAYA, PENGETAHUAN, MEDIA MASA TERHADAP PERILAKU DIET MAHASISWI STIKES PAYUNG NEGERI

Gobel, F. A. (2020). Pengaruh metode video dan metode ceramah terhadap personal hygiene dan status kesehatan gigi dan mulut pada siswa sekolah dasar di Kec. Sinjai Barat Kab. Sinjai Tahun 2019. *Jurnal Mitra Sehat*, 10(1), 74-85.

Hidayati, A., Salawati, T., & Istiana, S. (2013). Pengaruh pendidikan kesehatan melalui metode ceramah dan demonstrasi dalam meningkatkan pengetahuan tentang kanker payudara dan keterampilan praktis sadari

- (Studi pada Siswi SMA Futuhiyyah Mranggen Kabupaten Demak). *Jurnal Kebidanan*, 1(1), 1-8.
- Indonesia, U. U. R. (2003). Sistem pendidikan nasional. Jakarta Direktorat Pendidik. Menengah Umum. Kelurahan Namogajah Kecamatan Medan Tuntungan tahun 2013. *Kebijakan, Promosi Kesehatan dan Biostatistika*, 2(1), 14398
- Ilimiawati, H., & Kuntoro, K. (2016). Pengetahuan personal hygiene remaja putri pada kasus keputihan. *Jurnal Biometrika dan Kependudukan*, 5(1), 43-51.
- Kusmiran, Eny. 2012. Kesehatan Reproduksi Remaja dan Wanita. Jakarta: Salemba Medika
- Lumongga, N., & Syahrial, E. (2013). Pengaruh penyuluhan dengan metode ceramah dan diskusi terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap anak tentang PHBS di Sekolah Dasar Negeri 065014 Kelurahan Namogajah Kecamatan Medan Tuntungan tahun 2013. *Kebijakan, Promosi Kesehatan dan Biostatistika*, 2(1), 14398.
- Livana, P. H., Yulianto, E., & Hermanto, H. (2018). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Personal Hygiene terhadap Tingkat Pengetahuan dan Sikap Masyarakat. *Jurnal Keperawatan Komprehensif (Comprehensive Nursing Journal)*, 4(1), 1-6.
- Manuaba, et al. Memahami Kesehatan Reproduksi Wanita. Jakarta : EGC 2009
- Nasrullah, Rulli. (2015). *Media Sosial: Perspektif Komunikasi, Budaya, dan Sosioteknologi*. Bandung: Simbiosis Rekatama Media.
- NICHD, 2013. Menstruasi and Menstrual Problem diakses pada tanggal 13 Maret 2018.
- Notoatmodjo, S. 2010. Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta
- Ngestiningrum, A. H., Nuryani, N., & Setiyani, A. (2017). Efektifitas Metode "Index Card Match" Dan Ceramah Dalam Meningkatkan Pengetahuan, Sikap Dan Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Remaja. 2-TRIK: TUNAS-TUNAS Riset KESEHATAN, 7(2), 114-120.
- Pythagoras, K. C. (2017). Personal Hygiene Remaja Putri Ketika Menstruasi. *Jurnal Promkes: The Indonesian Journal of Health Promotion and Health Education*, 5(1), 13-26.
- Perry & Potter, 2010. Fundamental Keperawatan : Konsep, Proses dan Praktik. Edisi 4. Alih Bahasa Renata Komalasari, Jakarta : EGC
- Patricia, A. 2010. Buku Ajar Fundamental Keperawatan Konsep Edisi 4. Jakarta: EGC
- Phonna, R., & Maulina, M. (2018). Upaya menjaga Kebersihan saat menstruasi pada remaja putri. *Idea Nursing Journal*, 9(2), 14-20.
- Pemiliana, P. D. (2019). Perilaku Remaja Putri dengan Personal Hygiene saat Menstruasi di SMA Etidlandia Medan Tahun 2018. *Gaster*, 17(1), 62-76.
- Pratiwi, B. A., Oktarianita, & Febriawati, H. (2021). Pendidikan Kesehatan Terhadap Personal Higiene Santri. *Kesmas Asclepius*, 3(1), 6. <https://journal.ipm2kpe.or.id/index.php/JKA/article/view/2379>
- Raden Rizky Amaliah, Abdul Fadhil, S. N. (2014). Penerapan Metode Ceramah dan Diskusi dalam Meningkatkan Hasil Belajar PAI di SMA Negeri 44 Jakarta. *Studi Al-Qur'an; Membangun Tradisi Berfikir Qur'an*, 10(2), 119-131. <http://journal.unj.ac.id/unj/index.php/jsq/article/view/4441>
- Rahmawati, K., & Elsanti, D. (2020). Efektivitas metode ceramah dan small group discussion

- tentang kesehatan reproduksi terhadap tingkat pengetahuan dan sikap remaja SMA Muhammadiyah Sokaraja. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*.
- Setianingsih, A., & Putri, N. A. (2017). Hubungan Pengetahuan dan Sikap Terhadap Perilaku Personal Hygiene Menstruasi. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 5(4), 15–23. <https://doi.org/10.33221/jikm.v5i4.15>
- Silalahi, V., & Putri, R. M. (2017). Personal hygiene pada anak SD Negeri Merjosari 3. *JAPI (Jurnal Akses Pengabdian Indonesia)*, 2(2), 15-23.
- Shohibat, Abd. Rosyid. 2017. Hubungan Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi Dengan Kejadian Pruritus Vulva Pada Santriwati Di Asrama Hurun'inn Darul Muttaqin Jombang. Dari [eprints.unipdu.ac.id/1073/](http://eprints.unipdu.ac.id/1073/) diakses tanggal 18 Februari 2018
- Solehati, T., Trisyani, M., & Kosasih, C. E. (2018). Gambaran pengetahuan, sikap, dan keluhan tentang menstruasi di antara remaja putri. *Jurnal Keperawatan Komprehensif (Comprehensive Nursing Journal)*, 4(2), 86-91.
- Tartowo dan Wartonah, 2010. *Kebutuhan Dasar Manusia dan Proses Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika
- Tambak, S. (2014). *Metode Ceramah: Konsep dan Aplikasi dalam Pembelajaran Pendidikan Agama Islam*. *Jurnal Tarbiyah*, 21(2).
- Ulya, Z., Iskandar, A., & Triasih, F. (2018). Pengaruh pendidikan kesehatan dengan media poster terhadap pengetahuan manajemen hipertensi pada penderita hipertensi. *Jurnal Keperawatan Soedirman*, 12(1), 38-46.
- Wirenviona, R., & Riris, A. I. D. C. (2020). *Edukasi Kesehatan Reproduksi Remaja*. Airlangga University Press.
- Wati, P. S., Ririanty, M., & Nafikadini, I. (2019). Perilaku Menjaga Kebersihan Organ Genitalia Pada Konsumen Pembalut Herbal. *Jurnal Kesehatan*, 7(1), 20-29.
- Wijayanti, T., Isnani, T., & Kesuma, A. P. (2016). Pengaruh Penyuluhan (Ceramah dengan Power Point) terhadap Pengetahuan tentang Leptospirosis di Kecamatan Tembalang, Kota Semarang Jawa Tengah. *Balaba: Jurnal Litbang Pengendalian Penyakit Bersumber Binatang Banjarnegara*, 39-46.
- Yusuf, Syamsu. 2012. *Psikologi Perkembangan Anak & Remaja*. Bandung ; PT Remaja Rosdakarya
- Yanti, S. D. (2014). *Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Menstruasi Terhadap Perilaku Higienis Pada Saat Menstruasi* (Doctoral dissertation, Riau University).

Yusiana, M. A., & Saputri, M. S. T. (2016). Perilaku Personal Hygiene Remaja Puteri Pada Saat Menstruasi. *Jurnal STIKES RS Baptis Kediri*, 9(1).

Zahtamal, Z., & Munir, S. M. (2019).

Edukasi kesehatan tentang pola makan dan latihan fisik untuk pengelolaan remaja underweight. *Jurnal PkM Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(01), 64-70.