

**Pendidikan Kesehatan Media Video terhadap Pengetahuan, Sikap, dan
Praktik *Personal Hygiene* Saat Menstruasi
*Video Media Health Education on Knowledge, Attitudes, and
Personal Hygiene Practices During Menstruation***

Nadila Dewi Ulfah^{1*}, Dyan Kunthi Nugrahaeni¹, Novie Elvinawaty Mauliku¹

¹ Program Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu dan Teknologi Kesehatan, Pascasarjana, Universitas Jenderal Achmad Yani, Cimahi, Indonesia

Artikel info

Artikel history:

Submitted: 11-02-2025

Received : 15-05-2025

Revised : 30-05-2025

Accepted : 31-05-2025

Keywords:

education;
menstruation;
video media

Kata Kunci:

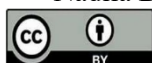
edukasi;
menstruasi;
media video

Abstract

Poor personal hygiene during menstruation had a significant impact on morbidity and complications. Lack of menstrual hygiene awareness was influenced by knowledge and attitudes, as well as external factors such as parental, teacher, peer support, and exposure to information. This study aimed to determine the effect of video-based health education on knowledge, attitudes, and personal hygiene practices during menstruation. The study employed an experimental pre-posttest design. The study population consisted of 98 female students. The sample was divided into two groups: a control group and a treatment group. The results showed differences in the mean scores for knowledge (p -value=0,021), attitudes (p -value=0,000), and practices (p -value=0,000). Parental support (p -value=0,000), teacher support (p -value=0,000), and peer support (p -value=0,000) were identified as confounding factors affecting menstrual hygiene. There was a significant difference in the mean scores of knowledge, attitudes, and practices after the video education intervention. It is recommended that adolescent girls develop clean and healthy living habits by consistently maintaining genital hygiene, both during menstruation and outside of it.

Abstrak

Buruknya *personal hygiene* saat menstruasi berpengaruh besar terhadap morbiditas dan komplikasi. Kurangnya kesadaran kebersihan menstruasi dipengaruhi oleh pengetahuan dan sikap serta faktor eksternal seperti dukungan orang tua, guru, teman sebaya dan keterpaparan informasi. Tujuan penelitian untuk mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan media video edukatif terhadap pengetahuan, sikap dan praktik *personal hygiene* saat menstruasi. Metode penelitian *experimental pre-posttest*. Populasi penelitian siswi berjumlah 98 siswi. Sampel dibagi menjadi 2 kelompok kontrol dan perlakuan. Hasil penelitian menunjukkan adanya perbedaan rata-rata nilai pengetahuan (p -value=0,021), sikap (p -value=0,000) dan praktik (p -value=0,000). Dukungan orang tua (p -value=0,000), dukungan guru (p -value=0,000) dan dukungan teman sebaya (p -value=0,000) merupakan faktor perancu *personal hygiene* saat menstruasi. Adanya perbedaan rata-rata nilai pengetahuan, sikap, dan praktik setelah edukasi video. Saran bagi Remaja putri perlu membiasakan perilaku hidup bersih dan sehat dengan selalu menjaga kebersihan alat kelamin baik saat menstruasi maupun tidak.

**Corresponden author:**

Nadila Dewi Ulfah, email: nadiladewi19@gmail.com

This is an open access article under the **CC-BY** license**Highlight:**

- Edukasi kesehatan melalui media video terbukti secara signifikan meningkatkan pengetahuan, sikap, dan praktik personal hygiene saat menstruasi pada siswi SMK Negeri 2 Sumedang.
- Praktik kebersihan diri dan dukungan guru merupakan faktor dominan yang mempengaruhi perilaku personal hygiene saat menstruasi.

PENDAHULUAN

Personal hygiene saat menstruasi merupakan tindakan memelihara kebersihan khususnya daerah kewanitaan saat menstruasi. *Personal hygiene* saat menstruasi sangat penting dan harus diperhatikan dengan baik oleh setiap remaja putri, karena *personal hygiene* yang buruk dapat beresiko menimbulkan penyakit pada saluran dan organ reproduksi (Aprita dan Susianawati, 2023). Buruknya *personal hygiene* menstruasi berpengaruh besar terhadap morbiditas dan komplikasi. Oleh karena itu, remaja harus dipersiapkan baik pengetahuan, sikap maupun tindakannya ke arah pencapaian reproduksi yang sehat (Suseno *et al.*, 2021).

Data WHO pada tahun 2015, lebih dari 50% perilaku *personal hygiene* saat menstruasi kurang begitu baik. Hasil penelitian di Amerika persentase perilaku *personal hygiene* saat menstruasi kurang baik sekitar 60%, Swedia 72%, Mesir 75% dan di Indonesia 55%. Data statistik Riskesdas (2018), 43,3 juta jiwa remaja usia 10-14 tahun berperilaku *hygiene* sangat buruk. Hasil riset di Indonesia membuktikan 5,2% remaja putri di seluruh provinsi di Indonesia mengalami keluhan yang sering terjadi setelah menstruasi akibat tidak menjaga *hygiene genitalia* (Kemenkes, 2018). Penyebabnya adalah imunitas yang lemah (20%), *hygiene* menstruasi yang kurang (30%) dan penggunaan pembalut yang tidak sehat saat menstruasi (50%) (Marlina *et al.*, 2021).

Remaja yang mengalami menstruasi harus mempunyai perilaku *hygiene* yang baik untuk memelihara kebersihan dan kesehatan baik secara fisik maupun mental (Haswita dan Sulistyowati, 2017). Remaja dengan perilaku *personal hygiene* yang rendah menganggap kebersihan adalah masalah yang tidak penting. Hal tersebut jika dibiarkan maka akan terjadinya penyakit yang berhubungan dengan kebersihan alat genitalia (Sinaga *et al.*, 2017).

Personal hygiene khususnya mengenai *genitalia hygiene* saat menstruasi menjadi isu kritis sebagai determinan status kesehatan remaja yang berpengaruh dalam kehidupan karena menyangkut morbiditas dan komplikasi apabila buruknya *genitalia hygiene* yang dilakukan remaja. Sejak awal remaja harus disiapkan dengan baik pengetahuan, sikap maupun tindakannya (Marlina *et al.*, 2021). Tindakan yang dimaksud adalah menjaga kebersihan area genitalia dengan mencuci menggunakan air bersih, menggunakan pakaian yang menyerap keringat, mengganti pakaian dalam secara teratur, sering mengganti pembalut, membersihkan area genitalia dari depan (vagina) ke belakang (anus), mengeringkan vagina dengan handuk bersih atau tisu kering untuk menghindari kelembaban, dengan menerapkan kebersihan diri yang tepat saat menstruasi (Nuryaningsih *et al.*, 2021; Ahmad *et al.*, 2023).

Hasil penelitian di Nepal menunjukkan sebagian besar praktik *personal hygiene* saat menstruasi yang tidak tepat seperti mandi hanya pada hari keempat menstruasi, membersihkan

alat kelamin dengan sabun dan air dan arah pembersihan yang salah (Pokhrel *et al.*, 2019; Gupta *et al.*, 2018). Di Etawah, India menyebutkan 47,2% remaja perempuan tidak memiliki pengetahuan tentang menstruasi. Upashe *et al.* (2015) mendapatkan 60,1% remaja perempuan di Ethiopia Barat memiliki perilaku *personal hygiene* saat menstruasi yang buruk.

Informasi tentang menstruasi dan praktek *hygiene* menstruasi sangat penting bagi seorang remaja putri. Anak perempuan yang tidak diajari praktek *hygiene* menstruasi menganggap menstruasi sebagai fungsi tubuh normal dapat mengalami rasa malu dan dapat menganggap bahwa hal tersebut adalah kotor sampai masa dewasa. Banyak cara yang dapat kita gunakan untuk mendapatkan informasi tentang menstruasi dan praktek *hygiene* pada saat menstruasi, salah satunya media edukasi (Meinarisa, 2019).

Hasil penelitian Damayanti (2021) menunjukkan sikap berhubungan dengan tindakan kebersihan saat menstruasi. Pendidikan kesehatan reproduksi meningkatkan sikap remaja putri dan membantu remaja untuk memahami kebersihan diri selama menstruasi (Meinarisa, 2019). Perilaku *personal hygiene* saat menstruasi pada santriwati di MTs Pondok Pasentren Dar EL Hikmah Kota Pekanbaru menunjukkan ada hubungan antara pengetahuan, sikap, peran tenaga kesehatan, peran guru, sumber informasi, dan budaya dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi (Maharani, 2017).

Media edukasi yang dapat digunakan untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja tentang *personal hygiene* saat menstruasi adalah media video. Video edukasi merupakan proses pembelajaran melalui media video yang menyajikan informasi atau pesan secara audiovisual (Umami *et al.*, 2021).

Hasil penelitian Lisa *et al.* (2020) terdapat pengaruh antara edukasi melalui media video terhadap perilaku *personal hygiene* pada masa menstruasi remaja, dengan adanya edukasi siswi lebih memahami bagaimana cara menjaga *personal hygiene* menstruasi dengan tingkat signifikan $<0,05$. Terdapat pengaruh pendidikan kesehatan menggunakan media video terhadap pengetahuan dan sikap remaja putri tentang *personal hygiene* masa menstruasi (Suseno *et al.*, 2021). Dampak yang terjadi jika tidak menjaga *personal hygiene* saat menstruasi terhadap kesehatan reproduksi wanita banyak terjadi gangguan kesehatan yang diderita seseorang karena kurang terjaganya kebersihan perorangan dengan baik. Antara lain gangguan integritas kulit seperti gatal-gatal daerah selangkangan, infeksi pada mata dan telinga dan gangguan fisik pada kuku. Dampak psiko-sosial, masalah sosial yang terkait dengan kebersihan diri adalah gangguan kebutuhan rasa kenyamanan (Narsih *et al.*, 2020; Hanum *et al.*, 2022).

SMK Negeri 2 Sumedang merupakan sekolah kejuruan dengan mayoritas muridnya adalah perempuan, dimana tingkat pengetahuan tentang *personal hygiene* saat menstruasi yang masih kurang, sikap yang masih kurang peduli terhadap kebersihan saat menstruasi serta praktik *personal hygiene* yang masih kurang seperti penggunaan pembalut seadanya. Hal ini sesuai dengan hasil Riskesdas Tahun 2018 dimana 43,3 juta jiwa remaja usia 10-14 tahun berperilaku *hygiene* sangat buruk, 5,2% remaja putri di seluruh provinsi mengalami keluhan yang sering terjadi setelah menstruasi akibat tidak menjaga genitalia *hygiene* (Kemenkes, 2018).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti pada bulan Januari 2024 di SMK Negeri 2 Sumedang pada 10 remaja putri, didapatkan hasil 4 atau (40%) remaja putri mengaku belum terpapar mengenai *personal hygiene* pada masa menstruasi, 3 (30%) remaja putri bersikap biasa saja tidak mempedulikan kebersihan genitalia saat menstruasi, 3 (30%) remaja putri kurang dalam praktik *personal hygiene* saat menstruasi seperti tidak mengganti pembalut meskipun sudah penuh.

Berdasarkan pada uraian latar belakang masalah diatas, maka dirumuskan permasalahan penelitian adalah bagaimanakah pengaruh pendidikan kesehatan media video terhadap pengetahuan, sikap dan praktik Personal hygiene saat menstruasi pada siswi di SMK Negeri 2 Sumedang.

METODE

Jenis penelitian ini menggunakan studi *quasi experimental* dengan desain *pretest-posttest with control group design*. Dilakukan pada bulan Agustus 2024 di SMK 2 Sumedang. Sampel dalam penelitian ini adalah 98 orang siswi yang terbagi kedalam 2 kelompok 49 siswi kelompok kontrol 49 siswi kelompok perlakuan. Instrumen penelitian yang digunakan adalah kuesioner pengetahuan, sikap, praktik, dukungan orangtua, guru, teman sebaya dan keterpaparan informasi tentang *personal hygiene*. Kedua kelompok penelitian dilakukan *pretest* dan *post-test* tentang pengetahuan, sikap, praktik *personal hygiene* saat menstruasi. Pengolahan data dalam penelitian ini dianalisa dengan beberapa tahap yaitu *editing, coding, entry, tabulasi, penyajian data* dan *cleaning*. Analisis bivariat menggunakan uji *paired sampel t-test* dan analisis multivariat dengan regresi logistik berganda model faktor risiko. Peneliti mendapatkan persetujuan etik dengan nomor 032/KEPK/FITKes-Unjani/VIII/2024.

HASIL

Pengetahuan sebelum dan setelah edukasi video pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol (*pre-test dan post-test*)

Tabel 1 menunjukkan gambaran pengetahuan sebelum intervensi pada kelompok perlakuan lebih banyak yang memiliki tingkat pengetahuan cukup yaitu 40,8% dan kelompok kontrol juga sama lebih banyak yang memiliki pengetahuan cukup yaitu sebesar 57,1%. Setelah intervensi terdapat kenaikan pengetahuan pada kelompok perlakuan menjadi 73,5% berpengetahuan baik dan kelompok kontrol menjadi 55,1% berpengetahuan baik.

Tabel 1. Pengetahuan sebelum dan setelah edukasi video pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol (*pre-test dan post-test*)

Pengetahuan	Kelompok			
	Perlakuan		Kontrol	
	Jumlah	Persentase (%)	Jumlah	Persentase (%)
<i>Pre-test</i>				
Kurang	17	34,7	9	6,1
Cukup	20	40,8	28	57,1
Baik	12	24,5	12	24,5
<i>Post-test</i>				
Kurang	0	0,0	3	6,1
Cukup	13	26,5	19	38,8
Baik	36	73,5	27	55,1
Total	49	100	49	100

Sumber: Data primer, 2024

Tabel 2 di atas menunjukkan perbedaan rata-rata nilai pengetahuan pada kelompok perlakuan adalah 9,27 dan pada kelompok kontrol 8,63. Hasil uji statistik menunjukkan ada perubahan rata-rata nilai pengetahuan setelah edukasi videopada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol dengan $p\text{-value} = 0,021$ ($p < 0,05$).

Tabel 2. Rata-rata nilai pengetahuan setelah edukasi video pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol

Pengetahuan	Setelah		<i>p-value</i>
	Mean	SD	
Perlakuan	9,27	1,426	0,0218*
Kontrol	8,63	1,236	

Keterangan: Uji *Paired t-test*, signifikan jika *p-value* < 0,05

Sikap sebelum dan setelah edukasi video pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol

Pada Tabel 3 menunjukkan gambaran sikap sebelum intervensi pada kelompok perlakuan lebih banyak yang memiliki sikap negatif yaitu 55,1%, dan pada kelompok memiliki sikap negatif yaitu sebesar 69,4%. Setelah intervensi terdapat kenaikan sikap positif pada kelompok perlakuan menjadi 77,6% dan kelompok kontrol menjadi 59,2%.

Tabel 3. Sikap sebelum dan setelah edukasi video pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol (*pre-test dan post-test*)

Sikap	Kelompok			
	Perlakuan		Kontrol	
	Jumlah	Persentase (%)	Jumlah	Persentase (%)
<i>Pre-test</i>				
Negatif	27	55,1	34	69,4
Positif	22	44,9	15	30,6
<i>Post-test</i>				
Negatif	11	22,4	20	40,8
Positif	38	77,6	29	59,2
Total	94	100,0	94	100,0

Sumber: Data primer, 2024

Tabel 4 di atas menunjukkan perbedaan rata-rata nilai sikap pada kelompok perlakuan adalah 49,63 dan pada kelompok kontrol 45,04. Hasil uji statistik menunjukkan ada perubahan rata-rata nilai sikap setelah edukasi video pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol dengan *p-value*= 0,000 (*p-value*<0,05).

Tabel 4. Perbedaan rata-rata nilai sikap setelah edukasi video pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol

Sikap	Setelah		<i>p-value</i>
	Mean	SD	
Perlakuan	49,63	4,167	0,000*
Kontrol	45,04	3,188	

Keterangan: Uji *Paired t-test*, signifikan jika *p-value* < 0,05

Praktik sebelum dan setelah edukasi video pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol (*pre-test dan post-test*)

Pada Tabel 5 menunjukkan praktik sebelum intervensi pada kelompok perlakuan lebih banyak yang praktik kurang baik yaitu 63,3% dan pada kelompok kontrol memiliki praktik kurang baik yaitu 93,9%. Setelah intervensi terdapat kenaikan praktik baik pada kelompok perlakuan menjadi 61,2% dan kelompok kontrol masih berpraktik kurang baik 77,6%.

Tabel 5. Praktik sebelum dan setelah edukasi video pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol (*pre-test dan post-test*)

Praktik	Kelompok			
	Perlakuan		Kontrol	
	Jumlah	Persentase (%)	Jumlah	Persentase (%)
<i>Pre-test</i>				
Kurang baik	31	63,3	46	93,9
Baik	18	36,7	3	6,1
<i>Post-test</i>				
Kurang baik	19	38,8	38	77,6
Baik	30	61,2	11	22,4
Total	49	100	49	100

Sumber: Data primer, 2024

Berdasarkan Tabel 6 di atas menunjukkan perbedaan rata-rata nilai praktik pada kelompok perlakuan adalah 39,08 dan pada kelompok kontrol 33,71. Hasil uji statistik menunjukkan ada perubahan rata-rata nilai praktik setelah edukasi video pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol dengan $p\text{-value}=0,000$ ($p < 0,05$).

Tabel 6. Perbedaan rata-rata p-valueraktik setelah edukasi video pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol

Praktik	Setelah		<i>p-value</i>
	Mean	SD	
Perlakuan	39,08	2,457	0,000*
Kontrol	33,71	3,136	

Keterangan: Uji *Paired t-test*, signifikan jika $p\text{-value} < 0,05$

Faktor perancu yang mempengaruhi *personal hygiene* saat menstruasi siswi pada kelompok perlakuan dan kontrol di SMK 2 Sumedang

Tabel 7 menunjukkan dukungan orang tua pada kelompok perlakuan sebagian besar mendukung sebesar 67,3% dan pada kelompok kontrol sebagian besar mendukung sebesar 57,1%. Dukungan guru pada kelompok perlakuan sebagian besar mendukung sebesar 73,5% dan pada kelompok kontrol sebagian besar mendukung sebesar 57,1%. Dukungan teman sebaya pada kelompok perlakuan sebagian besar tidak mendukung sebesar 61,2% dan pada kelompok kontrol sebagian tidak mendukung sebesar 75,5%. Dukungan teman sebaya pada kelompok perlakuan sebagian besar tidak mendukung sebesar 61,2% dan pada kelompok kontrol sebagian tidak mendukung sebesar 75,5%.

Tabel 7. Faktor perancu pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol

Variabel	Kelompok			
	Perlakuan		Kontrol	
	Jumlah	Persentase (%)	Jumlah	Persentase (%)
Dukungan orang tua				
Tidak Mendukung	16	32,7	21	42,9
Mendukung	33	67,3	28	57,1
Dukungan guru				
Tidak Mendukung	13	26,5	21	42,9
Mendukung	36	73,5	28	57,1
Dukungan teman sebaya				

Variabel	Kelompok			
	Perlakuan		Kontrol	
	Jumlah	Persentase (%)	Jumlah	Persentase (%)
Tidak Mendukung	30	61,2	37	75,5
Mendukung	19	38,8	12	24,5
Keterpaparan informasi				
Kurang Baik	30	61,3	35	71,5
Baik	19	38,7	14	28,5

Sumber: Data primer, 2024

Berdasarkan Tabel 8, rata-rata nilai dukungan orang tua pada kelompok perlakuan adalah 23,90 dan pada kelompok kontrol 21,24. Hasil uji statistik menunjukkan ada perbedaan rata-rata nilai dukungan orang tua pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol dengan $p\text{-value}=0,000$ ($p\text{-value}<0,05$). Rata-rata nilai dukungan guru pada kelompok perlakuan adalah 27,76 dan pada kelompok kontrol 23,06. Hasil uji statistik menunjukkan ada perbedaan rata-rata nilai dukungan guru pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol dengan $p\text{-value}=0,000$ ($p<0,05$).

Tabel 8 juga menunjukkan rata-rata nilai dukungan teman sebaya pada kelompok perlakuan adalah 23,78 dan pada kelompok kontrol 21,53. Hasil uji statistik menunjukkan ada perbedaan rata-rata nilai dukungan teman sebaya pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol dengan $p\text{-value}=0,000$ ($p\text{-value}<0,05$). Rata-rata nilai keterpaparan Informasi pada kelompok perlakuan adalah 5,00 dan pada kelompok kontrol 8,64. Hasil uji statistik menunjukkan tidak ada perbedaan rata-rata nilai keterpaparan Informasi pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol dengan $p\text{-value}=0,220$ ($p>0,05$).

Tabel 8. Hubungan faktor perancu dengan *personal hygiene* saat menstruasi Kelompok Perlakuan dan kontrol

Variabel	Setelah		$p\text{-value}$
	Mean	SD	
Dukungan orang tua			
Perlakuan	23,90	2,624	0,000*
Kontrol	21,24	2,825	
Dukungan guru			
Perlakuan	27,76	2,185	0,000*
Kontrol	23,06	2,918	
Dukungan teman sebaya			
Perlakuan	23,78	3,261	0,000*
Kontrol	21,53	2,724	
Keterpaparan Informasi			
Perlakuan	5,00	20,00	0,220
Kontrol	8,64	60,20	

Keterangan: Uji *Paired t-test*, signifikan jika $p\text{-value}<0,05$

Faktor dominan yang mempengaruhi *personal hygiene* saat menstruasi

Hasil analisis multivariat menggunakan regresi logistik model faktor risiko menghasilkan variabel yang signifikan, praktik $p\text{-value}=0,013$ dan dukungan guru $p\text{-value}=0,015$. Dari *output* di atas variabel pengetahuan, sikap, dukungan orang tua, dukungan teman sebaya harus dikeluarkan dari model karena $p\text{-value}>0,05$.

Tabel 9. Faktor dominan yang mempengaruhi personal hygiene saat menstruasi

Variabel	B	Sig.	Exp (B)	(95% CI)
Pengetahuan	-0,834	0,249	0,434	(0,105 – 1,794)
Sikap	-0,674	0,054	0,510	(0,256 – 1,013)
Praktik	-1,219	0,013*	0,296	(0,113 – 0,775)
Dukungan orang tua	-0,356	0,128	0,700	(0,443 – 1,108)
Dukungan guru	-1,213	0,015*	0,297	(0,112 – 0,791)
Dukungan teman sebaya	-0,588	0,504	0,842	(0,509 – 1,393)

Keterangan: Uji Regresi Logistik Berganda, signifikan jika $p\text{-value} < 0,05$

Tabel 10 menunjukkan berdasarkan pemodelan akhir dari analisis multivariat uji regresi logistik berganda model faktor risiko praktik dan dukungan guru memiliki $p\text{-value} < 0,05$, sehingga variabel praktik dan dukungan guru merupakan faktor dominan yang mempengaruhi *personal hygiene* saat menstruasi siswi SMK N 2 Sumedang.

Tabel 10. Pemodelan akhir analisis multivariat

Variabel	B	Sig.	Exp (B)	(95% CI)
Praktik	-1,219	0,013*	0,296	(0,113 – 0,775)
Dukungan Guru	-1,213	0,015*	0,297	(0,112 – 0,791)

Keterangan: Uji Regresi Logistik Berganda, signifikan jika $p\text{-value} < 0,05$

PEMBAHASAN

Pengetahuan sebelum dan setelah edukasi video pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol (*pre-test dan post-test*)

Hasil analisis univariat menunjukkan bahwa setelah dilakukan intervensi pada kelompok perlakuan terjadi peningkatan pengetahuan kategori baik sebesar 73,5% dan kelompok kontrol 55,1% dan hasil analisis bivariat menunjukkan ada perubahan rata-rata $p\text{-value}$ pengetahuan setelah edukasi video pada kelompok perlakuan dengan $p\text{-value}=0,021$ (nilai- $p < 0,05$).

Hasil ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Yalew *et al.* (2021), prevalensi praktik kebersihan diri yang buruk disebabkan oleh pengetahuan buruk dimana pengetahuan yang buruk akan menyebabkan 2,6 kali memiliki praktik kebersihan diri yang buruk dibandingkan dengan berpengetahuan baik. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Hayati *et al.* (2019) menunjukkan bahwa media audiovisual sebagai salah satu media dalam pendidikan kesehatan yang mampu meningkatkan pengetahuan mengenai perilaku *hygiene genitalia eksterna*.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Handayani (2017) yang menyatakan bahwa ada pengaruh pendidikan kesehatan dengan video terhadap tingkat pengetahuan tentang HIV/AIDS di SMA Negeri 1 Parigi ($p\text{-value}=0,000$). Pengetahuan *menstrual hygiene* adalah pengetahuan yang menggambarkan pemahaman tentang komponen *personal hygiene* yang berperan penting dalam menentukan sebuah perilaku kesehatan seseorang. Perilaku *personal hygiene* saat menstruasi merupakan tindakan kebersihan *hygiene personal* pada setiap wanita yang sedang menstruasi ditujukan untuk pencegahan penyakit dan meningkatkan perasaan sejahtera (Sinaga *et al.*, 2017).

Sikap sebelum dan setelah edukasi video pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol

Hasil analisis univariat menunjukkan bahwa setelah dilakukan intervensi pada kelompok perlakuan terjadi peningkatan sikap positif sebesar 77,6% dan kelompok kontrol 59,2% dan

hasil analisis bivariat menunjukkan ada perubahan rata-rata nilai sikap setelah edukasi video pada kelompok perlakuan dengan $p\text{-value}=0,000$ ($p < 0,05$). Penelitian ini sejalan dengan Saputra *et al.* (2021) yang menyatakan ada hubungan sikap dengan *personal hygiene* menstruasi pada remaja putri di SMP Negeri Satap Bukit Asri Kabupaten Buton. Penelitian Sari dan Agustin (2018) yang menyatakan ada hubungan sikap dengan tindakan *personal hygiene* saat menstruasi pada siswi kelas VIII DI SMP N 1 Masaran. Penelitian Susanti dan Lutfiyati (2020) menunjukkan ada hubungan antara sikap remaja putri tentang *personal hygiene* menstruasi terhadap perilaku *personal hygiene* remaja putri pada saat menstruasi di SMP Patriot Kranji.

Hasil ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sari (2017) menunjukkan bahwa dengan adanya penyuluhan akan meningkatkan pengetahuan dan sikap *personal hygiene* di saat menstruasi. Salah satu media untuk memberikan penyuluhan adalah dengan menggunakan video. Media video yang digunakan dalam proses belajar mengajar memiliki banyak manfaat dan keuntungan, diantaranya adalah video merupakan pengganti alam sekitar dan dapat menunjukkan objek yang secara normal tidak dapat dilihat siswa.

Hasil ini didukung oleh penelitian dari Marlina *et al.* (2021) yaitu adanya penyuluhan yang dilakukan pada remaja putri, sikap yang awalnya bersifat negatif yaitu terdapat kecenderungan untuk menjauhi, menghindari merawat organ reproduksi eksternal bisa berubah menjadi sikap yang bersifat positif yaitu berupa kecenderungan untuk bertindak seperti menyenangkan dan merasa tenang dan nyaman serta siap melakukan perawatan dengan tepat dengan lebih baik.

Sikap yang terbentuk dari dalam diri individu dapat terjadi karena beberapa hal. Salah satu hal tersebut adalah adanya informasi yang dapat meningkatkan intuisi sehingga bertambah pula ilmu yang didapatkan. Jumlah informasi yang diperoleh responden berasal dari orang tua siswi, guru yang mengajar di sekolah, teman bermain, media elektronik seperti televisi dan media cetak misalnya majalah (Pythagoras, 2017).

Perilaku *personal hygiene* adalah suatu sikap yang dilakukan oleh seseorang untuk meningkatkan derajat kesehatan, memelihara kebersihan diri, meningkatkan rasa percaya diri, menciptakan keindahan, dan mencegah timbulnya penyakit. *Personal hygiene* saat menstruasi merupakan pemeliharaan kebersihan dan kesehatan individu yang dilakukan dalam kehidupan sehari-hari sehingga terhindar dari gangguan alat reproduksi dan mendapatkan kesejahteraan fisik dan psikis serta meningkatkan derajat kesehatan (Yusuf, 2016).

Sikap yang terbentuk dari dalam diri individu dapat terjadi karena beberapa hal. Salah satu hal tersebut adalah adanya informasi yang dapat meningkatkan intuisi sehingga bertambah pula ilmu yang didapatkan. Frekuensi informasi yang diperoleh responden berasal dari orang tua siswi, guru yang mengajar di sekolah, teman bermain, media elektronik seperti televisi dan media cetak misalnya majalah (Pythagoras, 2017).

Praktik sebelum dan setelah edukasi video pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol (*pretest dan posttest*)

Hasil analisis univariat menunjukkan bahwa setelah dilakukan intervensi pada kelompok perlakuan terjadi peningkatan praktik baik sebesar 61,2% dan kelompok kontrol 22,4% dan hasil analisis bivariat menunjukkan ada perubahan rata-rata nilai praktik setelah edukasi video pada kelompok perlakuan dengan $p\text{-value}=0,000$ ($p\text{-value} < 0,05$).

Hasil penelitian ini sejalan yang dilakukan Belayneh dan Mekuriaw (2019), kebersihan menstruasi di kalangan sekolah remaja di Ethiopia dari total 791 remaja putri, 60,3% anak perempuan memiliki praktik kebersihan menstruasi yang buruk.

Personal hygiene menstruasi pada remaja merupakan isu kritis sebagai determinan status kesehatan remaja yang akan berpengaruh dalam kehidupan masa tua. Buruknya *personal hygiene* saat menstruasi berpengaruh besar terhadap morbiditas dan komplikasi. Oleh karena

itu, remaja harus dipersiapkan baik pengetahuan, sikap maupun tindakannya ke arah pencapaian reproduksi yang sehat (Bujawati *et al.*, 2017).

Perilaku adalah tindakan atau perbuatan yang dapat diamati dan bahkan dipelajari. Perilaku merupakan hasil hubungan antara rasangan (stimulus) dan tanggapan (respon) hal ini dikenal dengan teori SOR (*stimulus organisme respon*). Perilaku itu sendiri terbentuk dari tiga faktor yaitu faktor predisposisi yang terwujud dalam pengetahuan, sikap, kepercayaan, keyakinan, nilai-nilai, dan sebagainya. Faktor pendukung terwujud dalam lingkungan fisik contohnya ada atau tidaknya fasilitas atau sarana kesehatan atau petugas lain yang merupakan kelompok referensi dari masyarakat (Ahmad *et al.*, 2023).

Faktor perancu yang mempengaruhi *personal hygiene* saat menstruasi siswi pada kelompok perlakuan dan kontrol di SMK 2 Sumedang

Faktor perancu yang mempengaruhi *personal hygiene* saat menstruasi siswi pada kelompok perlakuan dan kontrol di SMK 2 Sumedang pada penelitian ini terdiri dari dukungan orangtua, dukungan guru, dukungan teman sebaya dan keterpaparan informasi. Hasil analisis variabel perancu pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol menunjukkan bahwa dukungan orangtua ($p= 0,000$), dukungan guru ($p= 0,000$) dan dukungan teman sebaya ($p= 0,000$) mempengaruhi *personal hygiene* saat menstruasi ($p > 0,05$). Sedangkan keterpaparan informasi ($p= 0,222$) tidak mempengaruhi *personal hygiene* saat menstruasi siswi SMK 2 Sumedang ($p > 0,05$).

Dukungan orangtua khususnya seorang ibu mempunyai peran penting sebagai sumber informasi mengenai kesehatan reproduksi pada remaja putri khususnya tentang menstruasi (Susanti dan Lutfiyati, 2020). Perhatian dari orang tua merupakan salah satu faktor psikologis bagi anak, apabila kebutuhan informasi ini tidak terpenuhi akan menyebabkan anak menjadi tidak tahu bagaimana menghadapi menstruasi dan tidak siap dalam menghadapinya (Pemiliana, 2019).

Dukungan keluarga adalah suatu bentuk perhatian, kepedulian, penghargaan, rasa nyaman, ketenangan dan bantuan yang diberikan orang lain (orang tua) kepada seorang individu atau siswi (Rachmawati dan Oktaviani, 2017). Dukungan keluarga sangat berpengaruh terhadap perilaku hygiene remaja saat menghadapi suatu keadaan yaitu dengan datangnya menstruasi. Bila anak tidak diberi dukungan keluarga seperti dukungan informasi, emosional, penghargaan dan instrumental akan berpengaruh terhadap *personal hygiene* saat menstruasi (Salangka *et al.*, 2018).

Dukungan guru mempengaruhi *personal hygiene* saat menstruasi siswi SMK 2 Sumedang dengan $p\text{-value} > 0,015$. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Anjan dan Susanti (2019) bahwa ada hubungan peran guru terhadap perilaku *personal hygiene* saat menstruasi remaja putri SMP N 1 Gamping Sleman.

Guru memiliki peran sebagai orang tua di sekolah yang seharusnya memberikan informasi dan meningkatkan pengetahuan muridnya terkait dengan kesehatan salah satunya adalah tentang perilaku *personal hygiene* saat menstrasi dan perawatan diri pada anak didiknya, sehingga akan terhindar dari informasi yang menyimpang (Karout, 2016).

Variabel perancu lain yang mempengaruhi *personal hygiene* saat menstruasi siswi pada kelompok perlakuan dan kontrol di SMK 2 Sumedang adalah dukungan teman sebaya. Hasil penelitian menunjukkan dukungan teman sebaya mempengaruhi *personal hygiene* saat menstruasi siswi dengan $p\text{-value}=0,000$ ($p\text{-value}<0,05$).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Suryani (2019) menunjukkan hasil ada hubungan antara informasi dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi ($p\text{-value}= 0,000$). penelitian yang dilakukan oleh Maharani dan Andriyani (2018) di Pondok Pesantren Dar El Hikmah bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara paparan informasi dan perilaku

hygiene. Santriwati paling banyak mendapatkan informasi terkait *menstrual hygiene* dari Ibu, selanjutnya adalah guru/ustadz/ustadzah, dan diikuti oleh teman atau sahabat.

Dorongan yang didapatkan dari teman sebaya mempunyai porsi yang dominan terhadap tingkat percaya diri remaja (Devianti, 2015). Waktu bersama-sama dengan teman lebih lama dibandingkan dengan keluarga mereka. Ketika bergabung dengan teman sebaya, remaja lebih berani dalam mengambil suatu keputusan (Linda, 2019).

Pada masa remaja, kelompok sebaya seringkali mengalahkan pengaruh orang tua. Dalam kelompok sebaya tersedia lingkungan yang merupakan tempat teman sebayanya dapat melakukan sosialisasi dengan nilai yang dianut, bukan lagi nilai yang ditentukan oleh orang dewasa, melainkan oleh teman seusianya. Kelompok ini juga merupakan tempat dalam rangka menentukan kepribadiannya. Namun apabila nilai yang dikembangkan dalam kelompok sebaya ini adalah nilai negatif, maka akan menimbulkan ancaman bagi perkembangan individu (Gustina dan Djannah, 2016).

Variabel perancu lain yang mempengaruhi *personal hygiene* saat menstruasi siswi pada kelompok perlakuan dan kontrol di SMK 2 Sumedang adalah keterpaparan informasi. Hasil penelitian menunjukkan keterpaparan informasi tidak mempengaruhi *personal hygiene* saat menstruasi siswi dengan $p\text{-value} = 0,220$ ($p\text{-value} > 0,005$).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Laswini dan Nancy (2022) didapatkan hasil bahwa tidak ada hubungan antara sumber informasi dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi pada remaja putri di Ponpes Al Inayah Kota Bogor dengan $p\text{-value} 0,693$ ($p\text{-value} > 0,005$). Penelitian lain yang dilakukan Nabila Azzahra dan Adiwiryo (2020); Nisa *et al.* (2020) menunjukkan bahwa tidak ada hubungan sumber informasi dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi oleh remaja putri.

Informasi adalah data yang telah diproses dan diolah sehingga dapat meningkatkan pengetahuan seseorang. Informasi bisa didapat secara langsung maupun tidak langsung, informasi secara langsung misalnya dari orang tua, petugas kesehatan, guru di sekolah, lingkungan dan lainnya, sedangkan informasi tidak langsung didapatkan dari buku, iklan, internet, media massa, dan lainnya. Informasi yang diterima oleh remaja akan berpengaruh terhadap pengetahuan remaja. Hal itu dikarenakan pengetahuan adalah suatu hal yang dipercayai seorang terhadap suatu objek, sehingga dapat disimpulkan bahwa kepercayaan merupakan hal mendasar pengetahuan seseorang (Suryani, 2019).

Faktor dominan yang mempengaruhi *personal hygiene* saat menstruasi

Hasil akhir dari analisis multivariat uji regresi logistik ganda model faktor risiko variabel sikap dan praktik memiliki $p\text{-value} = 0,000 < 0,05$ maka kedua variabel tersebut merupakan faktor dominan yang mempengaruhi *personal hygiene* saat menstruasi siswi SMK N 2 Sumedang.

Hasil penelitian diatas sejalan dengan penelitian Marlina *et al.* (2021) yang menemukan bahwa terdapat hubungan signifikan antara perilaku menjaga kebersihan selama menstruasi pada responden, dengan $p\text{-value}$ sebesar 0,001. Hal ini menunjukkan bahwa responden yang memiliki pemahaman yang lebih baik tentang menstruasi cenderung memiliki praktik *personal hygiene* yang lebih baik. Selain itu, penelitian Maharani dan Andriyani (2018) menegaskan adanya hubungan antara pengetahuan tentang menstruasi dengan perilaku *personal hygiene* selama menstruasi pada remaja, dengan $p\text{-value}$ sebesar 0,027. Temuan ini mendukung pandangan bahwa pengetahuan yang lebih baik tentang menstruasi mempengaruhi perilaku *personal hygiene* yang lebih baik Purba *et al.* (2021) juga menunjukkan hasil serupa, dimana tingkat pengetahuan remaja putri tentang Manajemen Kebersihan Menstruasi meningkat setelah penyuluhan, menunjukkan bahwa pemahaman yang ditingkatkan berkaitan dengan praktik *personal hygiene* yang lebih baik. Maharani dan Andriyani (2018) juga menunjukkan bahwa

terdapat hubungan antara pengetahuan dan perilaku *personal hygiene* selama menstruasi, menegaskan bahwa pemahaman yang lebih baik tentang menstruasi berdampak pada perilaku *personal hygiene* yang lebih baik.

Penelitian yang dilakukan oleh Mukarramah (2020) juga mengkonfirmasi temuan serupa, dimana ada hubungan yang signifikan antara sikap remaja putri terhadap perilaku *personal hygiene* saat menstruasi, dengan *p-value* sebesar 0,000. Hasil analisis menunjukkan bahwa sikap yang positif terhadap menstruasi berkorelasi dengan praktik *personal hygiene* yang baik. Ini menegaskan bahwa sikap yang baik terhadap menstruasi dapat membantu membentuk kebiasaan menjaga kebersihan pribadi yang baik selama menstruasi.

Perilaku sehat dapat disebabkan oleh faktor pengetahuan dan kesadarannya melalui proses pembelajaran (Fitriana dan Siswantara, 2018). Pendidikan kesehatan dapat berperan untuk merubah perilaku selaras dengan nilai-nilai kesehatan. Salah satu media pendidikan kesehatan individual yang dapat digunakan adalah media video. Penggunaan media video pada pembelajaran merupakan salah satu cara agar pembelajaran menjadi lebih mudah dan menarik. Penggunaan media video berbasis animasi pada proses pembelajaran dapat menciptakan suasana belajar yang menarik, dan juga dengan media video akan mempermudah proses belajar karena video tersebut akan memuat materi pelajaran yang akan dipelajari.

SIMPULAN DAN SARAN

Adanya perbedaan rata-rata nilai pengetahuan, sikap dan praktik setelah edukasi video pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol. Dukungan orangtua, guru dan teman sebaya merupakan faktor perancu yang berhubungan dengan *personal hygiene* saat menstruasi sisiwi SMK 2 Sumedang. Hasil analisis multivariat praktik dan dukungan guru merupakan faktor dominan yang mempengaruhi *personal hygiene* saat menstruasi pada siswi SMK N 2 Sumedang. Saran bagi Remaja putri perlu Membiasakan perilaku hidup bersih dan sehat dengan selalu menjaga kebersihan alat kelamin baik saat menstruasi maupun tidak serta selalu mencari informasi dari sumber yang terpercaya terkait *personal hygiene* saat menstruasi seperti melakukan cuci tangan sebelum dan sesudah buang air besar/buang air kecil, menggunakan celana dalam yang berbahan katun dan tidak ketat, sering mengganti pembalut, membersihkan area genitalia dari depan (vagina) ke belakang (anus) serta mengeringkan vagina dengan handuk bersih atau tisu kering untuk menghindari kelembaban.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad, E.F., Junias, M.S., Setyobudi, A. 2023. Menstrual Personal Hygiene Behavior in Female Adolescents of SMA/SMK Negeri Ende City. *Pancasakti Journal of Public Health*. 3(2), 143-150. <https://journal.unpacti.ac.id/pjphsr/article/view/572>
- Anjan, A., Susanti, D. 2019. Hubungan Sumber Informasi dengan Perilaku Personal Hygiene pada Remaja Putri Saat Menstruasi. *Journal Center of Research Publication in Midwifery and Nursing*. 3(1), 38-44. <https://ejournal.stikes-binausadabali.ac.id/index.php/caring/article/view/116>
- Aprita, L., Susianawati, D.E. 2023. Gambaran Personal Hygiene Saat Menstruasi Remaja Putri di SMA Negeri 3 Balaesang Kecamatan Balaesang Kabupaten Donggala. *Jurnal Ilmiah Kesmas*. 23(1), 41-46. <https://journal.stik-ij.ac.id/index.php/kesmas/article/view/196>
- Azzahra, N., Adiwiryo, R.M. 2020. Factors Associated with Personal Hygiene During Menstruation in Student of SMP PGRI Depok II Tengah West Java 2020. *Jurnal Pendidikan Kesehatan*. 9(2), 211-220. <https://doi.org/10.31290/jpk.v9i2.2030>
- Belayneh, Z., Mekuriaw, B. 2019. Knowledge and Menstrual Hygiene Practice Among Adolescent School Girls in Southern Ethiopia: A Cross-Sectional Study. *BMC Public*

- Health. 19, 1-8. <https://doi.org/10.1186/S12889-019-7973-9>
- Bujawati, E., Raodhah, S., Indriyanti, I. 2017. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Personal Hygiene Selama Menstruasi pada Santriwati di Pesantren Babul Khaer Kabupaten Bulukumba, Provinsi Sulawesi Selatan Tahun 2016. *Jurnal Kesehatan Lingkungan*. 3(1), 1-9. <https://journal.uin-alauddin.ac.id/index.php/higiene/article/view/2675>
- Damayanti, I.P. 2021. Relationship Between Knowledge and Attitudes of Adolescents with Personal Hygiene During Menstruation. *Journal of Midwifery and Nursing*. 3(1), 30-33. <https://iocscience.org/ejournal/index.php/JMN/article/view/1151>
- Devianti, R. 2015. Kontribusi Dukungan Orang Tua, Teman Sebaya, dan Guru Bimbingan dan Konseling terhadap Minat Siswa pada Jurusan yang di Tempati di SMA. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*. 3(2), 22-30. <https://jurnal.konselingindonesia.com/index.php/jkp/article/view/126>
- Fitriana, H., Siswantara, P. 2018. Pendidikan Kesehatan Reproduksi Remaja di SMPN 52 Surabaya. *Indonesian Journal Public Health*. 13(1), 110-121. <https://doi.org/10.20473/Ijph.V13i1.2018.110-121>
- Gupta, N., Kariwala, P., Dixit, A.M., Govil, P., Mahima, M., Jain, P.K. 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. <https://doi.org/10.18203/2394-6040.Ijcmph20184010>
- Gustina E., Djannah, S.N. 2016. Sumber Informasi dan Pengetahuan tentang Menstrual Hygiene pada Remaja Putri. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*. 10(2), 147-152. <https://journal.unnes.ac.id/nju/kemas/article/view/3375>
- Handayani, L. 2017. Pengaruh Pendidikan Kesehatan dengan Media Video terhadap Tingkat Pengetahuan tentang HIV/AIDS di SMA Negeri I Parigi Kabupaten Pangandaran. [Skripsi]. Universitas Aisyiyah Yogyakarta.
- Hanum, D.F., Has, D.F.S., Munisah, M. 2022. Pengaruh Edukasi Kesehatan Reproduksi pada Remaja Putri terhadap Personal Hygiene Saat Menstruasi. *Indonesian Journal of Midwifery Today*. 1(2), 33-38. <https://journal.umg.ac.id/index.php/ijmt/article/view/4000>
- Haswita, H., Sulistyowati, R. 2017. *Kebutuhan Dasar Manusia*. Jakarta: Trans Info Media.
- Hayati, U.F., Fevriasanty, F.I., Choiriyah, M. 2019. The Effect of Health Education with Audio-Visual Media Toward External Genital Hygiene Behaviors to Pregnant Women in Primary Health Care of Malang Working Area. *Journal of Nursing Science Update*. 6(1), 124-135. <https://jik.ub.ac.id/index.php/jik/article/view/143>
- Karout, N. 2016. Knowledge and Beliefs Regarding Menstruation Among Saudi Nursing Students. *Journal of Nursing Education and Practice*. 6(1), 23-30. <https://www.sciedu.ca/journal/index.php/jnep/article/view/7762/4792>
- Kemendes. 2018. Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Laswini, I.W., Nancy, A. 2022. Pengetahuan, Sikap, dan Sumber Informasi dengan Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi pada Remaja Putri. *Jurnal Kebidanan Indonesia*. 2(1), 232-240. <https://doi.org/10.53801/sjki.v2i1.55>
- Linda, S. 2019. Pengaruh Intervensi Pendidikan Kesehatan Reproduksi dengan Metode Peer Group terhadap Konsep Diri Remaja di MAN 1 Kota Ternate. *Media Informasi Kesehatan*. 6(2), 155-166. <http://dx.doi.org/10.36743/medikes.v6i2.178>
- Lisa, L.H., Kurnaesih, E., Sundari, S. 2020. Pengaruh Edukasi melalui Media Video dan Leaflet terhadap Perilaku Personal Hygiene pada Masa Menstruasi Remaja. *Journal of Aafiyah*

- Health Research. 1(1), 19-27. <http://www.pasca-umi.ac.id/index.php/jahr/article/view/92>
- Maharani, K. 2017. Pengaruh Pendidikan Kesehatan tentang Personal Hygiene Genitalia terhadap Perilaku Hygiene Saat Menstruasi pada Siswi Kelas VII SMP Negeri 3 Tempel Sleman. [Skripsi]. Universitas Aisyiyah Yogyakarta.
- Maharani, R., Andriyani, W. 2018. Faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi pada Santriwati di Mts Pondok Pesantren Dar EL Hikmah Kota Pekanbaru. Jurnal Kesmas. 1(1), 69-77. <https://media.neliti.com/media/publications/256301-faktor-yang-berhubungan-dengan-perilaku-87dc52e0.pdf>
- Marlina, N.N.A.C., Suarniti, N.W., Surati, I.G.A. 2021. Pengaruh Penyuluhan melalui Media Video terhadap Pengetahuan dan Sikap Genitalia Hygiene Remaja putri SMP Dwijendra Denpasar. Jurnal Ilmiah Kebidanan. 9(1), 90-97. <https://doi.org/10.33992/jik.v9i1.1485>
- Meinarisa, M. 2019. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Menstrual Hygiene (PMH) terhadap Sikap Remaja Putri dalam Menjaga Kebersihan Diri Selama Menstruasi. [Skripsi]. Universitas Indonesia.
- Mukarramah, M., 2020. Hubungan Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri terhadap Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi. Jurnal Kesehatan Luwu Raya. 7(1), 88-95. <http://jurnalstikesluwuraya.ac.id/index.php/eq/article/view/33>
- Narsih, U., Rohmatin, H., Widayati, A. 2020. Pendidikan Kesehatan Personal Hygiene Saat Menstruasi pada Remaja Putri dengan Metode Peer Group History Article. Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat. 3(1), 123-130. <https://journal.ilinstitute.com/index.php/caradde/article/view/487>
- Nisa A.H., Dharminto, D., 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. <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/jkm/article/view/26025>
- Nuryaningsih, N., Rosyati, H., Hadiyani, A., Istiqomah, S.N. 2021. Personal Hygiene Education Saat Menstruasi Solusi Peningkatan Kualitas Hidup Remaja di Masa Depan. Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan. 5(1), 753-759. <https://journal.ummat.ac.id/index.php/jpmb/article/view/6528>
- Pemiliana, P.D. 2019. Perilaku Remaja Putri dengan Personal Hygiene Saat Menstruasi di SMA Etidlandia Medan Tahun 2018. Gaster. 17(1), 62-76. <https://journal.aiska-university.ac.id/index.php/gaster/article/view/341>
- Pokhrel, B., Mahat, S., Parajuli, K. 2019. Knowledge and Practice Regarding Menstrual Hygiene Among Physically Disabled Women in Kathmandu, Nepal. Janaki Med. Coll. Janaki Medical College Journal of Medical Science. 7(1), 8-13. <https://www.nepjol.info/index.php/JMCJMS/article/view/29919>
- Purba, N.H., Fariningsih, E., Oktavia, L.D., Safitri, M. 2021. Manajemen Kebersihan Menstruasi (MKM) pada Remaja sebagai Penerapan Perilaku Menjaga Kebersihan Diri dan Lingkungan. Jurnal Masyarakat Mandiri. 5(2), 633-641. <https://journal.ummat.ac.id/index.php/jmm/article/view/4111>
- Pythagoras, K.C. 2017. Personal Hygiene Remaja Putri Ketika Menstruasi. Jurnal Promkes. 5(1), 13-26. <https://e-journal.unair.ac.id/PROMKES/article/view/7691>
- Rachmawati, A.N., Oktaviani, A.R. 2017. Peran Orang Tua dalam Mempersiapkan Remaja Putri Menghadapi Menarche di Kelurahan Kadirejo Kecamatan Karangnom Kabupaten Klaten. Jurnal Kesehatan Kusuma Husada. 8(2), 170-176. <https://jurnal.ukh.ac.id/index.php/JK/article/view/238/229>

- Salangka, G., Rompas, S., Regar, M. 2018. Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kesiapan Remaja Putri dalam Menghadapi Menarche di SMP Negeri 1 Kawangkoan. *E-Journal Keperawatan*. 6 (1), 1-5. <https://ejournal.unsrat.ac.id/v3/index.php/jkp/article/view/18773/18314>
- Saputra, A.D., Aisyah, I.S., Novianti, S. 2021. Pengaruh Pendidikan Kesehatan dengan Media Leaflet terhadap Pengetahuan Ibu Hamil tentang Manajemen Laktasi di Puskesmas Sukaraja Kabupaten Tasikmalaya. *Jurnal Kesehatan Komunitas Indonesia*. 17(2), 295-304. <https://doi.org/10.37058/Jkki.V17i2.3888>
- Sari, R.P., Agustin, K. 2018. Hubungan Sikap dengan Tindakan Personal Hygiene Saat Menstruasi pada Siswi Kelas VIII di SMPN 1 Masaran. *Jurnal Ilmiah Maternal*. 2(3), 194-198. https://ejournal.stikesmhk.ac.id/index.php/jurnal_ilmiah_maternal/article/view/637
- Sari, Y.L. 2017. Pengaruh Penyuluhan Personal Hygiene terhadap Pengetahuan dan Sikap Personal Hygiene Saat Menstruasi pada Siswi Kelas VII di SMPN 5 Karanganyar. [Skripsi]. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Sinaga, E., Saribanon, N., Sa'adah, S.N., Salamah, U., Murti, Y.A., Trisnamiati, A., Lorita, S. 2017. *Manajemen Kesehatan Menstruasi*. Jakarta: Universitas Nasional IWWASH Global One.
- 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. <https://jurnal.univrab.ac.id/index.php/jomis/article/view/811/529>
- Susanti, D., Lutfiyati, A. 2020. Hubungan Pengetahuan Remaja Putri dengan Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi. *Jurnal Kesehatan Samodra Ilmu*. 11(2), 166-172. <https://doi.org/10.55426/Jksi.V11i2.119>
- Suseno, M.R., Hamidiyanti, B.Y.F., Ningsih, W.A. 2021. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Menggunakan Media Video dan Alat Peraga terhadap Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri tentang Personal Hygiene pada Masa Menstruasi dalam Layanan Homecare. *Jurnal Kebidanan*. 10(2), 59-69. <https://doi.org/10.35890/jkdh.v10i2.216>
- Umami, H., Rahmawati, F., Maulida, M.D. 2021. Pengaruh Media Video Edukasi tentang Vulva Hygiene terhadap Tingkat Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri. *Jurnal Kesehatan Saemakers Perdana*. 4(1), 42-50. <https://journal.ukmc.ac.id/index.php/joh/article/view/5>
- Upashe, S.P., Tekelab, T., Mekonnen, J. 2015. Open Access Assessment of Knowledge and Practice of Menstrual Hygiene Among High School Girls in Western Ethiopia. *BMC Women's Health*. 15(84), 1-8. <https://doi.org/10.1186/S12905-015-0245-7>
- Yalew, M., Adane, B., Arefaynie, M., Kefale, B., Damtie, Y., Mitiku, K., Agmas, A., Biset, G., Alene, T.D., Adane, M., Addisu, E., Dewau, R. 2021. Menstrual Hygiene Practice Among Female Adolescents and Its Association with Knowledge in Ethiopia: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Plos One*. 16(8), 1-14. <https://doi.org/10.1371/Journal.Pone.0254092>
- Yusuf, D.F. 2016. Faktor yang Berhubungan dengan Praktik Menstrual Hygiene Genitalia pada Siswi SMPLB Tunagrahita. *Journal of Health Education*. 1(1), 56-61. <https://journal.unnes.ac.id/sju/jhealtheedu/article/view/9823>