

PENGARUH PENYULUHAN PERSONAL HYGIENE DENGAN MENGGUNAKAN ZOOM MEETING PADA MASA COVID-19 TERHADAP PERILAKU REMAJA PUTRI SAAT MENSTRUASI

Ovi Elfia¹, Rina Hanum², Sri Juliani³

¹Mahasiswa D4 Kebidanan, Institut Kesehatan Helvetia

^{2,3}Dosen D4 Kebidanan, Institut Kesehatan Helvetia

Email: ovielfia2510@gmail.com

.ABSTRAK

Berdasarkan data WHO pada 2017, insiden tertinggi infeksi saluran reproduksi (ISK) di dunia adalah pada remaja (35% -42%) dan dewasa muda (27% -33%), tingkat prevalensi kandidiasis (25% -50%), vaginosis bakteri (20% -40%) dan triachomoniasis (5% -15%). Tujuan dari penelitian ini adalah untuk melihat pengaruh konseling kebersihan pribadi pada perilaku gadis remaja selama menstruasi sebelum dan setelah diberi konseling di kelas 7 Mts N 3 Medan pada tahun 2020. Penelitian ini bersifat kuantitatif dengan desain penelitian yang digunakan metode eksperimen dengan pra-eksperimental. Populasi dalam penelitian ini adalah semua siswa kelas 7 MTS N 3 Medan sebanyak 126 orang. Pengambilan sampel menggunakan sistem pengambilan sampel purposive yaitu dengan menetapkan karakteristik spesifik sesuai dengan tujuan penelitian yang diperoleh sebanyak 56 orang. Pengambilan data menggunakan data primer menggunakan t-test berpasangan pada tingkat kepercayaan 95%. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki lebih sedikit pengetahuan sebelum konseling dalam kategori 24 (42,9%) dan 46 (82,1%). Sikap sebelum konseling negatif 19 (33,9%) responden setelah konseling positif 49 (87,5%). Tindakan sebelum konseling 20 (35,7%) responden setelah konseling 48 (85,7%) responden. Hasil dari tes Wilcoxon yang paling berpengaruh adalah tindakan dengan nilai - 4.950. Nilai A-Symp Sig adalah 0,000, <0,05. Kesimpulan dari penelitian ini adalah bahwa ada efek konseling kebersihan pribadi menggunakan pertemuan zoom selama era Covid-19 pada perilaku gadis remaja selama menstruasi pada MTS N 3 Medan. Disarankan bagi petugas kesehatan agar dapat meningkatkan keaktifan program Kesehatan Reproduksi (PKRR) yang ada di tiap puskesmas demi meningkatkan pendidikan dan pengetahuan kesehatan Reproduksi Remaja tentang personal hygiene terutama saata menstruasi

Kata kunci: sikap dan tindakan; pengetahuan; Konseling kebersihan pribadi

ABSTRACT

Based on WHO data in 2017, the highest incidence of reproductive tract infections (UTI) in the world is in adolescents (35%-42%) and young adults (27%-33%), candidiasis prevalence rates (25%-50%), bacterial vaginosis (20%-40%) and triachomoniasis (5%-15%). The purpose of this study was to see the effect of personal hygiene counseling on the behavior of adolescent girls during menstruation before and after being given counseling in class 7 MTS N 3 Medan in 2020. This research is quantitative in nature with the research design used is an experimental method with pre-experimental. The population in this study were all 7th grade students of MTS N 3 Medan as many as 126 people. Sampling using a purposive sampling system that is by setting specific characteristics in accordance with the research objectives obtained as many as 56 people. Data retrieval using primary data using paired t-test at a 95% confidence level. The results showed that the majority of respondents had less knowledge before counseling in the 24 (42.9%) categories and 46 (82.1%). Attitudes before counseling were negative 19 (33.9%) of respondents after counseling were positive 49 (87.5%). Action before counseling 20 (35.7%) respondents after counseling 48 (85.7%) respondents. The result of the Wilcoxon test that has the most effect is the action with a value of - 4.950. The value of A-Symp Sig is 0.000, <0.05. The conclusion of this study is that there is an effect of personal hygiene counseling using Zoom meetings during the covid-19 era on the behavior of adolescent girls during menstruation at MTS N 3 Medan. It is recommended for health workers to provide health education about personal hygiene during menstruation so that adolescents know how important it is to maintain reproductive health during menstruation.

Keywords: Attitudes and actions; knowledge; personal hygiene counseling

Pendahuluan

Masa remaja adalah peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa dimana remaja mengalami masa pubertas dan perkembangan seksual. Masa remaja ditandai dengan menstruasi pada wanita dan mimpi basah pada pria. *Personal hygiene* menstruasi merupakan komponen *hygiene* perorangan yang memegang peran penting dalam menentukan status kesehatan, khususnya terhindar dari infeksi alat reproduksi. 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.

Personal hygiene saat menstruasi adalah tindakan untuk memelihara kesehatan dan kebersihan pada daerah kewanitaan pada saat menstruasi. Pada saat menstruasi pembuluh darah dalam rahim sangat mudah terkena infeksi karena darah dan keringat keluar serta menempel pada vulva dapat menyebabkan daerah genitalia menjadi lembab, Jika pada saat itu tidak menjaga kebersihan genitalia dengan benar, maka dalam keadaan lembab jamur dan bakteri yang berada di daerah genitalia akan tumbuh subur sehingga menyebabkan rasa gatal dan infeksi pada daerah tersebut. Salah satu keluhan yang dirasakan pada menstruasi adalah rasa gatal yang disebabkan oleh jamur kandida yang akan subur tumbuhnya pada saat haid serta dapat mengakibatkan keputihan yang bisa disebabkan karena pemakaian pantyliner yang tidak berkesinambungan.

Berdasarkan data survei yang dilakukan *World Health Organization* (WHO) Tahun 2017 di beberapa negara, remaja putri berusia 10-14 tahun mempunyai permasalahan terhadap reproduksinya. Angka kejadian infeksi saluran reproduksi (ISK) tertinggi didunia adalah pada usia remaja (35%-42%) dan dewasa muda (27%-33%), angka prevalensi *candidiasis* (25-50%), *bacterial vaginosis* (20%-40%) dan *trichomoniasis* (5%-15%).

Personal hygiene yang kurang pada saat

menstruasi, serta penggunaan pembalut yang tidak sehat merupakan penyebab utama dari penyakit Infeksi Saluran Reproduksi (ISR). Oleh karena itu kebersihan daerah genitalia harus lebih dijaga karena kuman mudah sekali masuk dan dapat menimbulkan penyakit pada saluran reproduksi dengan adanya keluhan yang dirasakan seperti rasa gatal yang disebabkan oleh jamur candida yang akan tumbuh subur pada saat menstruasi.

Data Survei Kesehatan Reproduksi Remaja Indonesia (SKRRI) tahun 2017 menyatakan bahwa secara nasional remaja yang melakukan perilaku *personal hygiene* dengan benar sebesar 21.6%. Hasil survei menunjukkan remaja yang terpapar informasi PIK-Remaja (Pusat Informasi dan konseling Remaja) mencapai 28%. Berarti hanya 28 dari 100 remaja yang akses dengan kegiatan informasi kesehatan reproduksi yang berkaitan dengan menstruasi. Pengetahuan seseorang tentang *personal hygiene* juga memiliki pengaruh bagi perilaku seseorang dalam menjaga dan merawat kesehatan reproduksinya. Pendidikan kesehatan tentang kesehatan reproduksi penting untuk remaja agar mempunyai informasi dan pengetahuan yang benar tentang kesehatan reproduksi.

Berdasarkan data yang dihimpun dari Badan Pusat Statistik (BPS) dan Badan Perencanaan Pembangunan Nasional (BPPN) tahun 2015 menyatakan bahwa 63 juta remaja di Negara Indonesia berisiko melakukan perilaku yang tidak sehat. Misalnya kurangnya tindakan merawat kebersihan organ reproduksi ketika mengalami menstruasi. Angkat inseden penyakit infeksi yang terjadi pada saluran reproduksi pada remaja (10-18 tahun), yaitu 35 sampai 42%, serta dewasa muda (18-22 tahun) sebesar 27 hingga 33%.

Personal hygiene saat menstruasi dapat dilakukan dengan cara mengganti pembalut setiap 4 jam sekali atau 4 sampai 5 kali dalam sehari, cuci pembalut sebelum di buang dan pakai pembalut yang nyaman dan aman atau pembalut herbal, setelah mandi atau buang air, membasuh vagina dengan arah depan kebelakang anus, vagina

dikeringkan dengan tisu atau handuk agar tidak lembab. Pemakaian celana dalam yang baik terbuat dari bahan yang mudah menyerap keringat.

Adapun di Sumatera Utara Tahun 2017 presentase remaja mendiskusikan kesehatan reproduksi dengan teman 57,2%, dengan ibu 53,9%, dengan ayah 3,3%, dengan saudara kandung 32,5%, dengan kerabat 23,2 %, dengan guru 42,9%, dengan petugas kesehatan 12,1%, dengan pemuka agama 1,3%, Salah satu strategi untuk meningkatkan pengetahuan remaja tentang *personal hygiene* saat menstruasi adalah melalui penyuluhan kesehatan. Penyuluhan kesehatan akan mempunyai efek yang baik apabila dalam prosesnya menggunakan metode maupun media yang baik. Salah satu metode penyuluhan kesehatan adalah ceramah tanya jawab. Ceramah adalah pidato yang disampaikan oleh seorang pembicara didepan sekelompok pendengar, metode ini baik untuk sarana pendidikan tinggi maupun pendidikan rendah.

Pemberian penyuluhan pada remaja mengenai *personal hygiene* saat menstruasi sangatlah penting dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja mengenai kesehatan reproduksinya. Penyuluhan nantinya sangat diharapkan sebagai metode dalam mengubah perilaku remaja yang selama ini tidak sadar akan kepentingan kebersihan *personal hygiene* menjadi sadar dan memahami pentingnya perilaku menjaga kebersihan *personal hygiene*.

Berdasarkan hasil penelitian Armi (2015) dengan judul faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku remaja terhadap *personal hygiene* (genitalia) saat menstruasi di SMAN 2 Cikarang Utara bahwa proporsi nilai pengetahuan remaja tentang perilaku menjaga kebersihan pada saat menstruasi di SMAN 2 Cikarang Utara sebagian besar memiliki pengetahuan kurang baik yaitu 60 orang (80%) dari 68 responden. Pengetahuan remaja putri mengenai *hygiene* menstruasi cenderung belum kuat, terlebih yang berkaitan dengan genitalia. Penanganan kebersihan diri yang tidak benar dan tidak *hygiene* dapat mengakibatkan tumbuhnya mikroorganisme

secara berlebihan yang akan mengganggu fungsi reproduksi.

Hasil penelitian oleh Maharani (2018) dengan judul faktor yang berhubungan dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi pada santriwati di MTS Pondok Pesantren Dar El Hikmah Pekanbaru bahwa dari 148 responden, yang memiliki perilaku tidak baik pada saat melakukan *personal hygiene* saat menstruasi sebanyak 79,1%, yang berpengetahuan rendah terhadap *personal hygiene* saat menstruasi sebanyak 58,8%, sedangkan yang tidak memiliki informasi mengenai *personal hygiene* saat menstruasi sebanyak 64,9%.

Salah satu peran penting bidan adalah sebagai *health educator*, seorang bidan dalam melakukan perannya sebagai Pendidik individu, keluarga, kelompok dan masyarakat serta tenaga kesehatan. Pada penelitian ini tugas bidan adalah memberi penyuluhan remaja agar mendapatkan pengetahuan tentang *personal hygiene* saat menstruasi lebih luas sehingga tidak terjadi infeksi pada genitalia.

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti pada bulan Agustus 2020 terhadap 10 orang responden di MTS Negeri 3 Medan dengan menggunakan metode Zoom Meeting. Berdasarkan pernyataan 7 responden mengatakan belum mengetahui tentang *personal hygiene* saat menstruasi, dan perilakunya masih salah dalam melakukan *personal hygiene* pada saat menstruasi disebabkan kurangnya informasi yang didapatkan baik dari orang tua maupun program penyuluhan di sekolah. Sedangkan 3 responden mengatakan sudah pernah mendengar apa itu *personal hygiene* saat menstruasi disebabkan mereka mendapatkan informasi dari orang tua, media massa, dan pelayanan kesehatan lainnya tetapi belum terlalu memahami tentang *personal hygiene* saat menstruasi.

Dari latar belakang ini peneliti merasa perlu melakukan penelitian tentang “Pengaruh Penyuluhan *Personal Hygiene* dengan Menggunakan Zoom Meeting Pada Masa Era Covid-19 terhadap Perilaku Remaja Putri Saat Menstruasi di MTS N 3 Medan

Helvetia Tahun 2020.

Metode Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di MTS N 3 Medan Helvetia. Oleh karena jumlah siswi putri di sekolah ini banyak dan cukup dijadikan sampel dan pada survei awal yang dilakukan banyak yang tidak mengetahui tentang *personal hygiene* saat menstruasi dan belum pernah mendapatkan penyuluhan tentang *personal hygiene* sebelumnya. Penelitian ini bersifat kuantitatif dengan desain penelitian yang digunakan adalah metode eksperimental dengan pra-eksperimental.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh remaja putri kelas 7 di MTS N 3 Medan Tahun 2020 yang berjumlah 126 orang. Penelitian ini menggunakan analisis univariat dan analisis bivariat, dimana analisis univariat meliputi distribusi frekuensi pengetahuan siswi sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan tentang *personal hygiene* saat menstruasi. Setelah diketahui karakteristik setiap variable, maka analisis dilanjutkan pada tingkat bivariat. Analisis dalam penelitian digunakan untuk mengetahui pengaruh penyuluhan *personal hygiene* terhadap perilaku remaja putri saat menstruasi di MTS N 3 Medan Helvetia Tahun 2020, untuk membuktikan adanya hubungan yang signifikan antara sebelum dan sesudah penyuluhan digunakan uji paired *t-test* untuk pembandingan perilaku remaja sebelum dan sesudah penyuluhan dengan tingkat kepercayaan 95% ($\alpha=0,05$) namun diperlukan uji normalitas terlebih dahulu dalam uji *Wilcoxon* untuk pembandingan perilaku responden sebelum dan sesudah penyuluhan dengan tingkat kepercayaan 95% ($\alpha=0,05$). Apabila hasil perhitungan menunjukkan nilai $p < p$ value (0,05) maka H_0 ditolak H_a diterima.

Hasil Penelitian

Analisis Univariat

Tabel 4.1

Distribusi Frekuensi Peningkatan Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Penyuluhan tentang *Personal Hygiene* Saat Menstruasi di Kelas 7 MTS N 3 Medan Kec. Medan Helvetia Kab. Deli Serdang 2020

No.	Pengetahu	Penyuluhan Personal	Asymp.
-----	-----------	---------------------	--------

	-an	Hygiene Saat Menstruasi				Sig
		Sebelum		Sesudah		
		F	%	F	%	
1	Baik	19	33,9	46	82,1	0,000
2	Cukup	12	23,2	5	8,9	
3	Kurang	24	42,9	5	8,9	
Total		56	100	56	100	

Berdasarkan tabel 4.1 diketahui dari 56 responden (100%) sebelum penyuluhan yang berpengetahuan baik 19 responden (33,9 %), berpengetahuan cukup 12 responden (23,2%), berpengetahuan kurang 24 responden (42,9%) dan sesudah penyuluhan yang berpengetahuan baik 46 responden (82,1%), berpengetahuan cukup 5 responden (8,9%), berpengetahuan kurang 5 responden (8,9%).

Berdasarkan hasil uji *wilcoxon* pada tingkat kepercayaan 95% α 0,05 diperoleh nilai *Asymp. Sig* 0,000 yang berarti lebih kecil dari 0,05, sehingga ada pengaruh penyuluhan *personal hygiene* terhadap pengetahuan remaja putri saat menstruasi di MTS N 3 Medan Kec. Medan Helvetia Kab. Deli Serdang Tahun 2020.

Tabel 4.2

Distribusi Frekuensi Peningkatan Sikap Sebelum dan Sesudah Penyuluhan tentang *Personal Hygiene* Saat Menstruasi di Kelas 7 MTS N 3 Medan Kec. Medan Helvetia Kab. Deli Serdang Tahun 2020

No.	Sikap	Penyuluhan Personal				Asymp. Sig
		Hygiene Saat Menstruasi		Sesudah		
		Sebelum	Sesudah	Sebelum	Sesudah	
		F	%	F	%	
1	Positif	37	66,1	49	87,5	0,014
2	Negatif	19	33,9	7	12,5	
Total		56	100	56	100	

Berdasarkan tabel 4.2 diketahui dari 56 responden (100%) sebelum penyuluhan yang bersikap positif sebanyak 37 responden (66,1%), bersikap negatif sebanyak 19 responden (33,9) dan sesudah penyuluhan responden yang bersikap positif sebanyak 49 orang (87,5%), bersikap negatif sebanyak 7 orang (12,5%).

Berdasarkan hasil uji *wilcoxon* pada tingkat kepercayaan 95% α 0,05 diperoleh nilai *Asymp. Sig* 0,014 yang berarti lebih kecil dari 0,05, sehingga ada pengaruh penyuluhan *personal hygiene* terhadap sikap remaja putri saat menstruasi di MTS N 3

Medan Kec. Medan Helvetia Kab. Deli Serdang Tahun 2020.

Tabel 4.3

Distribusi Frekuensi Peningkatan Tidakkan Sebelum dan Sesudah Penyuluhan tentang *Personal Hygiene* Saat Menstruasi di kelas 7 MTS N 3 Medan Kec. Medan Helvetia Kab. Deli Serdang Tahun 2020

No.	Tindakan	Penyuluhan Personal Hygiene Saat Menstruasi				Asymp. Sig
		Sebelum		Sesudah		
		F	%	F	%	
1	Melakukan	20	35,7	48	85,7	0,000
2	Tidak melakukan	36	64,3	8	14,3	
Total		56	100	56	100	

Berdasarkan tabel 4.3 diketahui dari 56 responden (100%) sebelum penyuluhan yang melakukan sebanyak 20 responden (35,7%), tidak melakukan sebanyak 36 responden (64,3%), sesudah dilakukan penyuluhan responden yang melakukan sebanyak 48 responden (85,7%), yang tidak melakukan 8 responden (14,3%).

Berdasarkan hasil uji *wilcoxon* pada tingkat kepercayaan 95% α 0,05 diperoleh nilai *Asymp. Sig* 0,000 yang berarti lebih kecil dari 0,05, sehingga ada pengaruh penyuluhan *personal hygiene* terhadap tindakann remaja putri saat menstruasi di MTS N 3 Medan Kec. Medan Helvetia Kab. Deli Serdang Tahun 2020.

Analisis Bivariat

Tabel 4.4

Hasil Uji Normalitas Pengetahuan, Sikap, dan Tindakan Sebelum dan Sesudah di Berikan Penyuluhan di Kelas 7 MTS N 3 Medan Kec. Medan Helvetia Kab. Deli Serdang Tahun 2020

	Kelompok Eksperimen	Kolmogorof-Smirnov
		Sig.
Hasil Jawaban Responden	Pengetahuan pre	0.000
	Pengetahuan Post	0.000
	Sikap Pre	0.000
	Sikap Post	0.000
	Tindakan Pre	0.000
	Tindakan Post	0.000

Uji normalitas dalam penelitian ini menggunakan Uji *Kolmogorof-Smirnovk*

arena uji lebih tepat digunakan untuk menguji normalitas pada sampel yang lebih dari 50. Berdasarkan hasil uji normalitas diperoleh nilai $Sig < 0,05$, maka data penelitian tidak berdistribusi normal sehingga menggunakan uji *Wilcoxon*.

Tabel 4.5

Hasil Uji *Wilcoxon* Pengetahuan, Sikap dan Tindakan Sebelum dan Sesudah Penyuluhan di Kelas 7 MTS N 3 Medan Kec. Medan Helvetia Kab. Deli Serdang Tahun 2020

	Pengetahuan Setelah Penyuluhan - Pengetahuan Sebelum Penyuluhan
Z	-4.347*
Asymp. Sig. (2-tailed)	0.000

Tabel 4.5 di atas menunjukkan nilai *Asymp. Sig* 0,000 $< 0,05$ pada setiap variabel yaitu pengetahuan dan tindakan dan *Asymp. Sig* 0,014 $< 0,05$ sebelum dan setelah penyuluhan, maka disimpulkan ada perbedaan antara hasil jawaban responden untuk *pre-test* dan *post-test* atau ada pengaruh penyuluhan *personal hgyiene* terhadap perilaku remaja putri pada saat menstruasi di kelas 7 MTS N 3 Medan Kec. Medan Helvetia Kab. Deli Serdang Tahun 2020.

Pembahasan

Berdasarkan analisa bivariat tentang pengaruh penyuluhan *personal hygiene* terhadap pengetahuan remaja putri pada saat menstruasi di kelas 7 MTS N 3 Medan Kec. Medan Helvetia Kab. Deli Serdang Tahun 2020 menunjukkan nilai *Asymp. Sig* 0,000 $< 0,05$, maka ada pengaruh signifikan penyuluhan *personal hygiene* terhadap pengetahuan remaja putri saat menstruasi di kelas 7 MTS N 3 Medan Kec. Medan Helvetia Kab. Deli Serdang Tahun 2020.

Penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Wisnatul Izzati (2014) dalam skripsinya yang berjudul “Hubungan Pengetahuan dengan Pelaksanaan *personal Hygiene* Genitalia Saat Menstruasi Pada Remaja Putri Kelas IX SMP Negeri 4 Bukittinggi tahun 2014”. Hasil penelitian menunjukkan kurang dari separuh (42,9%) siswi kelas VIII SMP NEGERI 4 Bukittinggi yang memiliki pengetahuan kurang terhdap

pelaksanaan *personal hygiene* genitalia saat menstruasi, kurang dari separuh (46,0%) responden yang tidak baik dalam melakukan pelaksanaan *personal hygiene genitalia* saat menstruasi. Hasil penelitian juga menunjukkan ada hubungan antara pengetahuan dan pelaksanaan *personal hygiene* genitalia saat menstruasi siswi kelas IX SMPN Bukit Tinggi tahun 2004 ($p=0,000$). Sehingga, disimpulkan bahwa pengetahuan yang baik akan mempengaruhi pelaksanaan *personal hygiene* saat menstruasi, karena pengetahuan merupakan faktor predisposisi yang ada dalam diri seseorang dan memotivasi untuk bertindak baik itu.

Simpulan

Penelitian ini menunjukkan $asym. sig 0,000 < 0,05$ pada variabel pengetahuan dan tindakan, $Asymp. Sig 0,014 < 0,05$ pada variabel sikap, maka disimpulkan ada pengaruh penyuluhan *personal hygiene* terhadap perilaku remaja putri pada saat menstruasi.

Saran

Disarankan bagi petugas kesehatan agar dapat meningkatkan keaktifan program Kesehatan Reproduksi (PKRR) yang ada di tiap puskesmas demi meningkatkan pendidikan dan pengetahuan kesehatan Reproduksi Remaja tentang *personal hygiene* terutama saata menstruasi.

Daftar Pustaka

- Ardiati, AN; Ernawati, H. Purwanti LE. 2019. *Hubungan Pengetahuan dengan Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Remaja Putri di SMP 2 Ponorogo*. Prosiding Seminar Nasional dan Call Paper, Hal. 110–4.
- Astuti, R. 2017. *Hubungan Pengetahuan tentang Personal Hygiene dengan Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi pada Remaja Putri Kelas XI di SMA N 1 Pajangan Bantul*. Univ 'Aisyiyah. 2017; Vol. 8 No.1 Hal. 1–17.
- BKKBN. 2017. *Survei Demografi dan Kesehatan: Kesehatan Reproduksi Remaja 2017*. Badan Kependudukan

dan Keluarga Berencana Nasional. Url: <http://www.dhsprogram.com>.

- Bujawati, E; Raodhah, S; Indriyanti, I. 2017. *Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Personal Hygiene Selama Menstruasi pada Santriwati di Pesantren Babul Khaer Kab. Bulukumba, Prov. Sulawesi Selatan 2016*. Jurnal Kesehatan Lingkungan, 2017, Vol 3. No.1 Hal. 1–9.
- Dewi M, Wawan A. 2015. *Teori dan Pengukuran Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Manusia*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Eka, Meiyana; Erawan, P; Nasnani, N. 2016. *Hubungan Pengetahuan, Sikap dan Tindakan dengan Personal Hygiene Menstruasi pada Remaja Putri di SMP Negeri Satap Bukit Asri Kabupaten Buton Tahun 2016*. Url:<https://media.neliti.com/media/publications/184665-ID-hubungan-pengetahuan-sikap-dan-tindakan.pdf>
- Eprint. Mercubuana. 2017. Tinjauan Pustaka Perilaku Personal Hygiene saat Menstruasi. 2017; (2005) : Hal. 9–40.
- Fitri, Imelda. 2017. *Lebih Dekat dengan Sistem Reproduksi Wanita*. Yogyakarta: Gosen Publishing.
- Haryanti, Butarbutar M. 2016. *Hubungan Pengetahuan dan Sikap dengan Tindakan Remaja Putri Tentang Personal Hygiene Saat Menstruasi di SMA Negeri 1 Sitinjak Kecamatan Angkola Barat Tahun 2016*. Diploma Akademi Keperawatan Helvetia Medan Vo.1 No.1 Hal.69–78.
- Izzati W, Agustiani, R. 2014. *Hubungan Pengetahuan dengan Pelaksanaan Personal Hygiene Genitalia Saat Menstruasi Pada Remaja Putri Kelas Ix Smp Negeri*. Jurnal Kesehatan, 2014, Vol.6 No.3 Hal. 2–5.
- Khusna Asmaul. Url:<https://www.academia.edu/4106586>

- 7/KONSEP_DASAR_PERSONAL_H
YGIENE.
- Kumalasari, Intan, Andhyantoro, Iwan. 2020. *Kesehatan Reproduksi*. Jakarta Selatan.
- Laila, Nur. 2019. *Buku Pintar Menstruasi*. Yogyakarta: Buku Biru.
- Maharani, K. 2017. *Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Personal Hygiene Genitalia Terhadap Perilaku Hygiene Saat Menstruasi*.
- Maryam, Siti. 2017. *Promosi Kesehatan. Praptiani Wuri*. Jakarta: Buku Kedokteran EGC.
- Muhammad, I. 2015. *Panduan Penyusunan Karya Tulis Ilmiah Bidang Kesehatan Menggunakan Metode Ilmiah*. Bandung: Cita Pustaka Media Perintis.
- Nisa, AH; Winarni, S; Dharmawan, Y; Biostatistika, B. 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. 2020, Vol.8 No.1 Hal. 145–51.
- Priyoto. 2014. *Teori, Sikap dan Perilaku dalam Kesehatan*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Rohidah, S; Nurmaliza. 2019. *Hubungan Tingkat Pengetahuan Remaja Putri terhadap Personal Hygiene saat Menstruasi di SMA Negeri 3 Pekan Baru Tahun 2018*. Journal Midwifery Sci, 2019 Vo.3 No.1 Hal. 32–5.
- Setiyanungrum, Erna. 2015. *Pelayanan Keluarga Berencana dan Kesehatan Reproduksi*. Jakarta Timur: Trans Info Media.
- Setianingsih ,A. Putri, NA. 2017. *Hubungan Pengetahuan dan Sikap Terhadap Perilaku Personal Hygiene Mentruasi*. Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat,. 2017, Vol 5 No.4 Hal.15–23.
- Sibagariang, Eva. 2016. *Kesehatan Reproduksi Wanita*. Jakarta Timur: Trans Info Media.
- Wardiyah, Aryanti. 2016. *Sistem reproduksi. Suslia Akli*. Jakarta: Salemba Medika.
- Yessy O.; Sari L 2017. *Pengaruh Penyuluhan Personal Hygiene Terhadap Pengetahuan dan Sikap Personal Hygiene saat Menstruasi pada Siswi Kelas VII di SMP Negeri 5 Karanganyar* Skripsi.