

KESEHATAN KEBIDANAN

Vol. X No. 2

Juni 2021

ISSN : 2252-9675



**Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan
MITRA RIA HUSADA**

PERILAKU *PERSONAL HYGIENE* SAAT MENSTRUASI PADA SISWI SMP BANGSA MANDIRI 2 BOGOR

Erny Elviany Sabaruddin, Sri Kubillawati, Anggun Rohmawati

Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat, STIKes Mitra RIA Husada, Jakarta Timur

Email : info@mrh.ac.id

ABSTRAK

Personal hygiene saat menstruasi termasuk dalam hal penting untuk menentukan kesehatan organ reproduksi pada remaja putri agar terhindar dari infeksi. Masalah yang akan muncul akibat kurangnya *personal hygiene* saat menstruasi yaitu timbul penyakit seperti kanker serviks. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan pengetahuan, sikap, budaya, sumber informasi dan peran orang tua pada perilaku personal hygiene saat menstruasi kelas VIII di SMP Bina Bangsa Mandiri 2 Bogor. Penelitian bersifat kuantitatif dengan desain *cross sectional*. Data yang digunakan yaitu data primer menggunakan kuesioner melalui *google form*. Dari 47 siswi, didapatkan prevalensi perilaku personal hygiene saat menstruasi kurang baik sebesar 83%. Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang bermakna pengetahuan ($p = 0,040$), sikap ($p = 0,023$), budaya ($p = 0,019$), peran orang tua ($p = 0,234$) pada perilaku personal hygiene saat menstruasi namun tidak ada hubungan yang bermakna pada sumber informasi ($p = 0,013$) pada perilaku personal hygiene saat menstruasi siswi kelas VIII di SMP Bina Bangsa Mandiri 2 Bogor. Diharapkan kepada pihak sekolah dapat memberikan informasi melalui penyuluhan dan disediakan ekstrakurikuler program kesehatan peduli remaja) serta bekerja sama dengan Puskesmas setempat.

Kata kunci : Pengetahuan, sikap, budaya, sumber informasi, peran orang tua, *personal hygiene*, menstruasi, remaja putri

PERSONAL HYGIENE BEHAVIOR DURING MENSTRUATION IN STUDENTS AT SMP BINA BANGSA MANDIRI 2 BOGOR

ABSTRACT

Personal hygiene during menstruation is one of the important things to determine the health of the reproductive organs in adolescent girls to avoid infection. Problems that will arise due to lack of personal hygiene during menstruation include diseases such as cervical cancer. This study aims to determine differences in knowledge, attitudes, culture, sources of information and the role of parents on personal hygiene behavior during menstruation in grade VIII at SMP Bina Bangsa Mandiri 2 Bogor. This research is quantitative with cross sectional design. The data used are primary data using a questionnaire by google form. From 47 students, it was found that the prevalence of personal hygiene behavior during menstruation was less than 83%. Based on the research results it can be concluded that there are significant relationships in knowledge ($p = 0.040$), attitudes ($p = 0.023$), culture ($p = 0.019$), the role of parents ($p = 0.234$) in personal hygiene behavior during menstruation and there is no significant relationship. Significant source of information ($p = 0.013$) on personal hygiene behavior during menstruation for students at SMP Bina Bangsa Mandiri 2 Bogor. It is hoped that the school can provide information through counseling and provide extracurricular youth care health program and cooperate with local Puskesmas.

Keywords : Knowledge, attitudes, culture, sources of information, the role of parents, personal hygiene, menstruation, student

PENDAHULUAN

Personal hygiene saat menstruasi termasuk dalam hal penting untuk menentukan kesehatan organ reproduksi pada remaja putri agar terhindar dari infeksi. Ketika menstruasi, seharusnya benar-benar bisa menjaga kebersihan organ reproduksi dengan baik terutama bagian vagina. Apabila tidak terjaga kebersihannya, maka akan timbul mikroorganisme seperti bakteri dan jamur.¹ Masalah yang muncul akibat kurangnya *personal hygiene* saat menstruasi yaitu timbul penyakit kelamin, salah satunya penyakit kanker serviks.²

Berdasarkan data Global Cancer Observatory 2018, prevalensi kanker serviks di dunia sebanyak 6,6% atau 569.847 dari total kasus.³ Di Indonesia kanker serviks merupakan kanker nomor dua terbanyak pada wanita, prevalensinya sebanyak 32.469 kasus atau 9,3% dari jumlah total kasus.⁴ Masalah tersebut terjadi karena masih banyak remaja yang kurang memperhatikan *personal hygiene* saat menstruasi.⁵

Jumlah remaja usia 10-19 tahun di dunia sekitar 16% dari jumlah penduduk atau sekitar 1,2 milyar penduduk.⁶ Berdasarkan data Badan Pusat Statistik tahun 2019, jumlah remaja di Indonesia sekitar 64,19 juta jiwa atau 24,1% dari total jumlah penduduk.⁷ Sementara itu, data Badan Pusat Statistik Provinsi Jawa Barat jumlah remaja mencapai 10,8 juta jiwa atau sebesar 21,8% dari total jumlah penduduk di Jawa Barat.⁸ Tingginya angka pertumbuhan dan perkembangan remaja butuh perhatian khusus. Terutama pada kesehatan reproduksi agar terhindar dari penyakit kanker serviks yang disebabkan kurangnya *personal hygiene* saat menstruasi. Sehingga remaja dapat tumbuh serta berkembang menjadi manusia yang dewasa dan sehat.⁹ Hal itu tidak lepas dari faktor-faktor yang menyebabkan seseorang melakukan atau tidak melakukan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi secara benar.¹⁰

Faktor yang mempengaruhi perilaku diantaranya faktor predisposisi seperti pengetahuan, usia, pendidikan, sikap, dan budaya. Faktor pemungkin seperti sarana prasarana dan sumber informasi, serta faktor penguat seperti orang tua, guru, teman sebaya dan petugas kesehatan.¹¹ Penelitian yang dilakukan oleh Shanbag et al., di Bangalore India, ada pengaruh pengetahuan dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi. Faktor lain yang mempengaruhi remaja putri berperilaku *personal hygiene* saat menstruasi yaitu dukungan keluarga.¹² Beberapa hasil penelitian, Penelitian di Pekanbaru, ada hubungan antara pengetahuan, sikap dan budaya yang mempercayai bahwa saat menstruasi dilarang keramas.¹³ Penelitian di Bogor, ada perbedaan yang signifikan antara peran orang tua dan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi.¹⁴

Berdasarkan survei pendahuluan peneliti pada 24 Februari 2020, dari 20 siswi yang sudah menstruasi ditemukan 60% atau 12 siswi memiliki perilaku *personal hygiene* kurang baik. Diantaranya tidak mengganti celana dalam minimal dua kali sehari, tidak mengeringkan daerah kewanitaan menggunakan tisu, dan keramas hanya dilakukan pada hari terakhir saat menstruasi.

METODE

Penelitian ini bersifat kuantitatif, menggunakan metode penelitian deskriptif analitik dengan desain *cross sectional*. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Februari hingga September 2020. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa-siswi kelas VIII di SMP Bina Bangsa Mandiri 2 Bogor yang berjumlah 104 orang. Sampel dalam penelitian ini adalah seluruh siswi kelas VIII di SMP Bina Bangsa Mandiri 2 Bogor yaitu sebanyak 48 orang. Data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data primer, pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner melalui *google form*. Data dianalisis secara univariat dan bivariat untuk melihat perbedaan variabel independen (pengetahuan, sikap, budaya, sumber informasi dan peran orang tua) pada variabel dependen (perilaku *personal hygiene* saat menstruasi) menggunakan uji *chi-square*.

HASIL

Univariat

Analisis ini dilakukan untuk mengetahui proporsi dan perbedaan variabel pengetahuan, sikap, budaya, sumber informasi dan peran orang tua perilaku *personal hygiene* saat menstruasi. Setelah dilakukan pengambilan data, kemudian data diolah sehingga dapat diperoleh hasil sebagai berikut:

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Perilaku *Personal Hygiene* Saat Menstruasi, Pengetahuan, Sikap, Budaya, Sumber Informasi, dan Peran Orang Tua Siswi SMP Bina Bangsa Mandiri 2 Bogor

Variabel	Jumlah	Persentase (%)
Perilaku <i>Personal Hygiene</i> Saat Menstruasi		
Kurang Baik	39	83
Cukup	8	17
Pengetahuan		
Kurang	33	70,2
Baik	14	29,8
Sikap		
Negatif	24	51,1
Positif	23	48,9

Budaya		
Percaya	30	63,8
Tidak Percaya	17	36,2
Sumber Informasi		
Non Media	31	66
Media	16	34
Peran Orang Tua		
Tidak Baik	31	66
Baik	16	34

Berdasarkan data pada tabel 1, bahwa sebagian besar siswi memiliki perilaku *personal hygiene* saat menstruasi yang kurang baik sejumlah 39 siswi (83%). Sebagian besar siswi memiliki pengetahuan kurang tentang *personal hygiene* saat menstruasi sejumlah 33 siswi (70,2%). Sebagian besar dari siswi memiliki sikap negatif sebanyak 24 siswi (51,1%). Sebagian besar siswi mendapatkan informasi *personal hygiene* saat menstruasi melalui non media sebanyak 31 siswi (66%). ebagian besar orang tua berperan tidak baik terkait dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi yaitu sebanyak 31 siswi (66%).

Bivariat

Analisa bivariat dilakukan untuk melihat hubungan antara variabel independen antara lain yaitu Pengetahuan, Sikap, Budaya, Sumber Informasi dan Dukungan tenaga kesehatan dengan variabel dependen yaitu perilaku *personal hygiene*. Analisis ini menggunakan uji *chi square* dengan tingkat kemaknaan atau p value < 0,05(CI 95%). Jika P value < 0,05 disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang bermakna antara variabel dependen dengan variabel independen.

Tabel 2 Perilaku *Personal Hygiene* Saat Menstruasi berdasarkan Pengetahuan, Sikap, Budaya, sumber informasi, dan peran orang tua pada Siswi SMP Bina Bangsa Mandiri 2 Bogor

Variabel	Perilaku <i>Personal Hygiene</i>				Total		p-Value	OR (95%CI)
	Tidak Baik		Baik		N	%		
	n	%	n	%				
Pengetahuan								
Kurang	30	90,9	3	9,1	33	100	0,040	5,556 (1,107-27,893)
Cukup	9	64,3	5	35,7	14	100		
Sikap								
Negatif	23	95,8	1	4,2	24	100	0,023	10,063 (1,126-89,936)
Positif	16	69,6	7	30,4	23	100		
Budaya								
Percaya	28	93,3	2	6,7	30	100	0,019	7,636 (1,333-43,755)
Tidak Percaya	11	64,7	6	35,3	17	100		
Sumber Informasi								
Non Media	24	77,4	7	22,6	31	100	0,234	0,229 (0,026-2,047)
Media	15	93,8	1	6,2	16	100		

Peran Orang Tua								
Tidak	29	93,5	2	6,5	31	100	0,013	8,700
Ya	10	62,5	6	37,5	16	100		(1,505-50,281)

Berdasarkan tabel 2 diketahui dari 39 siswi yang berperilaku *personal hygiene* saat menstruasi kurang baik, sebanyak 90,9% memiliki pengetahuan yang kurang. Berdasarkan uji statistik dengan *chi-square* didapatkan pValue = 0,040 artinya ada perbedaan yang bermakna pengetahuan pada perilaku *personal hygiene* saat menstruasi. OR 5,556 artinya siswi yang memiliki pengetahuan kurang berpotensi 5,556 kali memiliki perilaku *personal hygiene* saat menstruasi kurang baik dibandingkan yang memiliki pengetahuan baik.

Berdasarkan Sikap dari 39 siswi yang berperilaku *personal hygiene* kurang baik saat menstruasi menunjukkan sebanyak 95,8% memiliki sikap yang negatif. Berdasarkan uji statistik didapatkan pValue = 0,023 artinya ada perbedaan yang bermakna sikap pada perilaku *personal hygiene* saat menstruasi. OR 10,063 artinya siswi yang memiliki sikap yang negatif berpotensi 10,063 kali memiliki perilaku *personal hygiene* saat menstruasi kurang baik dibandingkan siswi yang memiliki sikap yang positif.

Dari 39 siswi yang berperilaku *personal hygiene* kurang baik saat menstruasi, sebanyak 93,3% percaya pada mitos-mitos budaya. Uji statistik dengan *chi-square* didapatkan pValue = 0,019 artinya ada perbedaan yang bermakna budaya pada perilaku *personal hygiene* saat menstruasi. OR 7,636 artinya siswi yang percaya pada mitos-mitos budaya berpotensi 7,636 kali memiliki perilaku *personal hygiene* saat menstruasi kurang baik dibandingkan siswi yang tidak percaya.

Berdasarkan sumber informasi, dari 39 siswi dengan perilaku *personal hygiene* kurang baik saat menstruasi menunjukkan bahwa sebanyak 24 siswi (77,4%) mendapat informasi *personal hygiene* saat menstruasi dari non media. Hasil uji statistik didapatkan pValue = 0,234 artinya tidak ada perbedaan yang bermakna sumber informasi pada perilaku *personal hygiene* saat menstruasi. OR 0,229 artinya siswi yang mendapatkan informasi *personal hygiene* saat menstruasi melalui non media berpotensi 0,229 kali memiliki perilaku *personal hygiene* saat menstruasi kurang baik dibandingkan yang mendapatkan informasi melalui media.

Berdasarkan peran orang tua menunjukkan bahwa dari 39 siswi saat menstruasi menunjukkan perilaku *personal hygiene* kurang baik, dan sebagian besar (93,5%) termasuk dalam kategori orang tua siswi kurang berperan. Hasil uji statistik didapatkan pValue =

0,013 artinya ada perbedaan yang bermakna peran orang tua pada perilaku personal hygiene saat menstruasi. OR 8,700 artinya siswi berperilaku personal hygiene yang kurang baik berpeluang terjadi sebesar 8,7 kali lebih besar berasal dari orang tua yang kurang berperan.

PEMBAHASAN

Perilaku *Personal Hygiene* Saat Menstruasi berdasarkan Pengetahuan

Pengetahuan tentang *personal hygiene* saat menstruasi sangatlah penting untuk diketahui karena remaja putri perlu merawat daerah kemaluan dengan baik.¹⁹

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar siswi memiliki pengetahuan yang kurang dan ada perbedaan yang bermakna pengetahuan pada perilaku *personal hygiene* saat menstruasi. Hal ini, sejalan dengan penelitian Nita yang menunjukkan adanya hubungan antara pengetahuan siswi dengan perilaku *personal hygiene*.¹⁸ Dan penelitian Ratnasari bahwa terdapat hubungan antara pengetahuan dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi.¹

Pengetahuan akan mempengaruhi sikap, kemudian menentukan baik buruknya perilaku untuk meningkatkan kesehatannya.¹⁷ Tindakan *personal hygiene* yang tidak benar dan tidak higienis dapat menyebabkan tumbuhnya mikroorganisme secara berlebihan dan pada akhirnya mengganggu fungsi reproduksi.²⁰

Perilaku *Personal Hygiene* Saat Menstruasi berdasarkan Sikap

Sikap merupakan reaksi atau respon yang masih tertutup dari seseorang terhadap suatu stimulasi atau objek.¹⁶ Sikap seseorang terhadap suatu objek adalah perasaan mendukung (*favorable*) atau tidak mendukung (*unfavorable*) terhadap objek tersebut.²¹

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar siswi memiliki sikap yang negatif dan ada perbedaan yang bermakna sikap pada perilaku *personal hygiene* saat menstruasi. Sejalan dengan penelitian Suryani bahwa ada pengaruh antara sikap terhadap perilaku *personal hygiene* saat menstruasi.²⁰ Dan penelitian Wardani ada perbedaan yang bermakna pada sikap siswi dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi.¹⁵

Seseorang akan memberikan sikap yang positif apabila memiliki landasan pengetahuan yang kuat terlebih dahulu. Sikap merupakan kesiapan atau kesediaan untuk bertindak dan bukan merupakan pelaksana motif tertentu. Sikap bukanlah suatu tindakan

atau aktivitas tetapi merupakan predisposisi dari tindakan atau perilaku. Seseorang akan melakukan suatu perilaku jika orang tersebut memandang perilaku tersebut adalah positif dan berguna bagi dirinya, tetapi jika individu tersebut memandang perilaku tersebut adalah negatif dengan kata lain tidak bermanfaat atau bahkan merugikan, maka orang tersebut akan menolak untuk melakukan perilaku tersebut.¹⁶

Perilaku *Personal Hygiene* Saat Menstruasi berdasarkan Budaya

Kepercayaan pada hal-hal tertentu sangat dipengaruhi oleh kebiasaan suatu masyarakat tertentu yang kemudian disebut sebagai kebudayaan suatu komunitas masyarakat yang unik dan tipikal. Banyak mitos-mitos yang berkembang di masyarakat terkait *personal hygiene* saat menstruasi. Semakin remaja putri percaya dengan mitos-mitos seputar menstruasi tersebut sangat memungkinkan jika remaja putri tersebut jauh dari perilaku *personal hygiene* saat menstruasi yang baik.⁹

Hasil penelitian sejalan dengan penelitian Maharani bahwa terdapat hubungan antara budaya dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi.⁹ Namun, penelitian Nita menunjukkan tidak terdapat pengaruh yang signifikan faktor budaya dengan perilaku *personal hygiene*.¹⁸

Perbedaan dalam mitos-mitos budaya membuat beberapa komunitas masyarakat juga berbeda dalam melakukan *personal hygiene* saat menstruasi. Kebersihan diri adalah langkah awal untuk mewujudkan kesehatan diri. Tubuh yang bersih akan meminimalisir resiko kemungkinan terjangkitnya suatu penyakit, terutama penyakit yang berhubungan dengan kebersihan diri yang buruk.⁹

Perilaku *Personal Hygiene* Saat Menstruasi berdasarkan Sumber informasi

Sumber informasi yang diperoleh baik dari pendidikan formal maupun non formal akan memberikan pengaruh jangka pendek sehingga menghasilkan perubahan perilaku. Sumber informasi berperan penting dalam menentukan sikap atau keputusan dalam bertindak. Majunya teknologi akan tersedia bermacam-macam media massa yang dapat mempengaruhi masyarakat tentang inovasi baru.²³

Hasil penelitian tidak sejalan dengan penelitian Wardani bahwa ada perbedaan yang bermakna sumber informasi siswi pada perilaku *personal hygiene* saat menstruasi.¹⁵ Namun, sejalan dengan penelitian Najiyah bahwa tidak ada perbedaan yang bermakna sumber informasi pada perilaku *personal hygiene* saat menstruasi.¹⁴ Sejalan juga dengan penelitian

Gustina tidak ada hubungan yang bermakna antara sumber informasi dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi.²²

Perkembangan kehidupan sosial remaja putri ditandai dengan meningkatnya pengaruh teman sebaya. Remaja putri lebih banyak menghabiskan waktunya untuk berinteraksi sosial dengan teman sebayanya. Teman sebaya memberikan pengaruh yang besar terhadap sikap, minat, penampilan dan perilaku remaja putri. Hal tersebut disebabkan karena komunikasi diantara teman sebaya lebih mudah dicerna dan diterima daripada komunikasi dengan orang tua atau yang lebih dewasa dari pada remaja putri.²⁴

Perilaku *Personal Hygiene* Saat Menstruasi berdasarkan Peran orangtua

Peran orang tua menjadi salah satu faktor yang dapat mempengaruhi remaja putri agar berperilaku *personal hygiene* saat menstruasi yang baik. Komunikasi orang tua dan anak dapat menentukan seberapa besar kemungkinan anak memiliki perilaku *personal hygiene* saat menstruasi yang baik. Semakin rendah komunikasi tersebut, maka semakin besar kemungkinan anak melakukan tindakan *personal hygiene* yang salah. Tugas orang tua yaitu mengarahkan, memberikan informasi, dan membantu anak agar terhindar dari kemungkinan salah mengambil keputusan yang akan berakibat buruk bagi dirinya.²⁵

Hasil penelitian menunjukkan ada perbedaan yang bermakna peran orang tua pada perilaku *personal hygiene* saat menstruasi. Remaja putri kadang kala lebih banyak menghabiskan waktu di sekolah dan bermain bersama teman sebayanya. Hal itu menyebabkan interaksi dengan orang tua lebih sedikit. Maka, peran orang tua berkurang khususnya dalam membantu anaknya menghadapi keluhan. Padahal orang tua berperan penting dalam memberikan bimbingan dan arahan kepada anaknya terutama dalam hal kesehatan reproduksi sehingga dapat membentuk sikap yang disiplin dan bertanggungjawab untuk menjaga anaknya agar tidak keluar dari norma.¹⁵

KESIMPULAN DAN SARAN

Sebagian besar siswi SMP Bina Bangsa Mandiri 2 Bogor memiliki perilaku *personal hygiene* yang kurang baik saat menstruasi. Ada hubungan yang signifikan pada pengetahuan, sikap, budaya dan peran orang tua dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi. dan tidak ada perbedaan sumber informasi pada perilaku *personal hygiene* saat menstruasi siswi SMP Bina Bangsa Mandiri 2 Bogor Tahun 2020. Diharapkan kepada pihak sekolah dapat memberikan informasi berupa penyuluhan dan membuat ekstrakurikuler

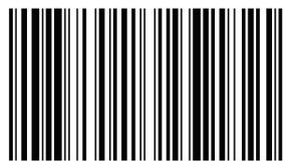
PKPR (Program Kesehatan Peduli Remaja). Selain itu, bekerjasama dengan tenaga kesehatan seperti Puskesmas setempat untuk memberikan informasi mengenai bahaya perilaku *personal hygiene* saat menstruasi yang tidak baik serta tujuan dan manfaat *personal hygiene*. Dan selain itu, diharapkan kepada orang tua siswi agar dapat memberikan pendidikan kesehatan sejak dini mengenai kesehatan reproduksi.

DAFTAR REFERENSI

1. Ratnasari C. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Remaja Putri Di SMPN 52 Bandung Provinsi Jawa Barat Tahun 2017. 2017.
2. Novianti, Yasnani, Putu Eka Meiyana E. Hubungan Pengetahuan, Sikap, dan Tindakan Dengan Personal Hygiene Menstruasi Pada Remaja Putri Di SMP Negeri Satap Bukit Asri Kabupaten Buton. 2016;1–10.
3. Global Cancer Observatory. World [Internet]. 2018 [cited 2020 Mar 15]. Available from: <https://gco.iarc.fr/today/data/factsheets/populations/900-world-fact-sheets.pdf>
4. Global Cancer Observatory. Indonesia [Internet]. 2018 [cited 2020 Mar 15]. Available from: <https://gco.iarc.fr/today/data/factsheets/populations/360-indonesia-fact-sheets.pdf>
5. Agra NR. Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Tentang Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Siswi SMA Negeri 1 Sungguminasa. Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar; 2016.
6. Demografi Remaja - DATA UNICEF [Internet]. [cited 2020 May 17]. Available from: <https://data.unicef.org/topic/adolescents/demographics/>
7. Badan Pusat Statistik. Statistik Pemuda Indonesia. 2019.
8. Badan Pusat Statistik Provinsi Jawa Barat [Internet]. [cited 2020 Feb 13]. Available from: <https://jabar.bps.go.id/statictable/2019/05/31/606/jumlah-keluarga-berdasarkan-kelompok-usia-sejahtera-kabupaten-kota-di-provinsi-jawa-barat-2019.html>
9. Maharani R, Andriyani W. Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Santriwati Di MTS Pondok Pesantren Darel Hikmah Kota Pekanbaru. Kesmas. 2018;1(1):69–77.
10. Mubarak W, Chayatin N, Rozikin K, Supradi. Promosi Kesehatan. Sebuah Pengantar

- Proses Belajar Mengajar dalam Pendidikan. Yogyakarta: Graha Ilmu; 2007.
11. Green LW, & Kreuter MW. Health Promotion Planning An Educational and Environmental Approach. London: Toronto-Mayfield Publishing Company; 1991.
 12. Shanbhag D, Shilpa R, D'Souza N, Josephine P, Singh J, Goud BR. Perceptions Regarding Menstruation and Practices During Menstrual Cycles Among High School Going Adolescent Girls in Resource Limited Settings Around Bangalore City, Karnataka, India. *Int J Collab Res Intern Med Public Heal*. 2012;4(7):1353–62.
 13. Dahlia Y. Perilaku Remaja Putri Tentang Personal Hygiene Saat Menstruasi Di Sekolah Menengah Pertama (SMP) Negeri 20 Pekanbaru. STIKes Hang Tuah Pekanbaru; 2014.
 14. Najiyah N. Perbedaan Pengetahuan, Sikap Dan Faktor Lainnya Pada Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi di Kelas X SMK Motivasi Insani Kabupaten Bogor Tahun 2017. STIKes Mitra RIA Husada; 2017.
 15. Pangarsi Dyah Kusuma Wardani S, Nurulicha. Perbedaan Pengetahuan, Sikap, Sumber Informasi dan Faktor Lainnya Pada Personal Hygiene Saat Menstruasi. *Kesehat dan Kebidanan*. 2017;VIII(1).
 16. Notoatmodjo S. Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta; 2012.
 17. Notoatmodjo S. Ilmu Perilaku Kesehatan. Edisi 2. Jakarta: Rineka Cipta; 2014.
 18. Rahman N. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Personal Hygiene Pada Saat Menstruasi Di SMP Muhammadiyah 5 Yogyakarta Tahun 2014. 2014.
 19. Aryani. Kesehatan Remaja Problem dan Solusinya. Jakarta: Salemba Medika; 2010.
 20. Suryani L. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Remaja Putri Tentang Personal Hygiene Pada Saat Menstruasi Di SMP Negeri 12 Kota Pekanbaru. 2019;3(2):68–79.
 21. Sunaryo. Psikologi untuk Keperawatan. Edisi 2. Jakarta: EGC; 2013. 200–204 p.
 22. Gustina E, Djannah SN. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*. *Kesehat Masy* [Internet]. 2015;10(2):147–52. Available from: <http://journal.unnes.ac.id/nju/index.php/kemas>
 23. Solikhati A. Jenis-Jenis Pengetahuan dalam Filsafat Ilmu dan Metodologi Penelitian. Semarang: Universitas Diponegoro; 2012.
 24. Desmita. Psikologi Perkembangan Peserta Didik. Bandung: Rosda Karya; 2012.
 25. David GM. Perilaku Remaja. Jakarta: Salemba Medika; 2012.

ISSN 2252-9675



9 772 252 9675 16