

FAKTOR YANG MEMPENGARUHI MANAJEMEN KEBERSIHAN MENSTRUASI PADA REMAJA PUTRI DI SMPN1 GUNUNG MERIAH KABUPATEN ACEH SINGKIL

*Ema Mahrani¹, Thomson.P.Nadapdap², Mey Elisa Safitri³
Institut Kesehatan Helvetia¹, Dosen Institut Kesehatan Helvetia²
Dosen SI Kebidanan Institut Kesehatan Helvetia³*

e-mail: ¹ema.ranie@yahoo.co.id, ²Thomsonndp@gmail.com, ³meyelisa@helvetia.ac.id

ABSTRACT

Menstrual Hygiene Management is the management of hygiene and health when a woman is menstruating, poor management of menstrual hygiene can cause health problems such as reproductive tract infections, urinary tract infections and an increased risk of cervical cancer. This study aims to determine the affecting factors on menstrual hygiene management in female students at SMPN 1 Gunung Meriah, Aceh Singkil Regency. This is a quantitative study with a cross sectional approach. The population in this study was female students at SMPN 1 Gunung Meriah as many as 302 students, and the sample 75 students. Data analysis used Chi-square test and Multiple Logistic Regressions. The results showed that the factors influencing management of menstrual hygiene in female students of the School were knowledge ($p=0.002$), mother support ($p=0.000$), friend support ($p=0.001$) and facilities and infrastructure ($p=0.001$). 0.030), while the unrelated factors were attitude ($p=0.662$) and teacher support ($p=0.088$). The most dominant factor affecting menstrual hygiene management was mother's support with a value of $\text{Exp(B)}/\text{OR} = 8,329$.

Keywords: *Knowledge, Mother's Support, Friend's Support, Facilities and Infrastructure, Menstrual Hygiene Management*

ABSTRAK

Manajemen Kebersihan Menstruasi merupakan pengelolaan kebersihan dan kesehatan pada saat seorang wanita mengalami menstruasi, buruknya manajemen kebersihan menstruasi dapat menyebabkan masalah pada kesehatan seperti infeksi saluran reproduksi, infeksi saluran kemih dan peningkatan resiko terjadinya kanker serviks. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor yang mempengaruhi manajemen kebersihan menstruasi pada remaja putri di SMPN1 Gunung Meriah Kabupaten Aceh Singkil. Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan pendekatan desain *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah remaja putri yang ada di SMPN1 Gunung Meriah sebanyak 302 siswi, dan diambil sampel 75 siswi. Analisis data menggunakan uji *Chi-square* dan *Regresi Logistik* Berganda. Hasil penelitian menunjukkan bahwa faktor yang mempengaruhi manajemen kebersihan menstruasi pada remaja di SMPN1 Gunung Meriah Kabupaten Aceh Singkil yaitu pengetahuan ($p=0,002$), dukungan ibu ($p=0,000$), dukungan teman ($p=0,001$) dan sarana dan prasarana ($p=0,030$), sedangkan faktor yang tidak berhubungan yaitu sikap ($p=0,662$) dan dukungan guru ($p=0,088$). Faktor yang paling dominan mempengaruhi manajemen kebersihan menstruasi adalah dukungan ibu dengan nilai $\text{Exp(B)}/\text{OR} = 8.329$.

Kata kunci: Pengetahuan; Dukungan ibu, Dukungan teman, Sarana dan prasarana, Manajemen kebersihan menstruasi

PENDAHULUAN

Remaja merupakan seorang individu maupun kelompok yang mempunyai peranan yang sangat penting dalam perkembangan dan pembangunan bangsa Indonesia dimasa yang akan datang, dimana masa remaja merupakan masa pertumbuhan dan perkembangan yang sangat pesat baik secara fisik, psikologi maupun intelektual dan juga masa peralihan dari masa anak-anak menjadi dewasa. Menstruasi merupakan suatu kondisi yang dialami remaja perempuan saat masa pubertas, sehingga sangat diperlukan pemeliharaan kebersihan diri selama menstruasi untuk menghindari resiko terinfeksi organ reproduksi.

Berdasarkan *World Health Organization* angka kejadian infeksi saluran reproduksi tertinggi di Dunia pada usia remaja 35-42%, dengan prevalensi ditahun 2012 yaitu kandidiasis 25-50%, vaginosis bacterial 20-40% dan trikomoniasis 5-15%.(3) Prevalensi terjadinya infeksi saluran reproduksi di Indonesia akibat kurangnya hygiene organ genitalia masih cukup tinggi, jumlah penderita infeksi saluran reproduksi sebesar 90-100 kasus per 100.000 penduduk setiap tahun, Infeksi saluran reproduksi yang sering ditemui saat menstruasi diantaranya: vaginosis bakterialis (40-50%), kandidiasis (20-30%) dan trikomoniasis vaginalis (15-20%) (4) Remaja yang membersihkan daerah kewanitaan dengan tidak baik mempunyai peluang 3,5 kali terjadi keputihan dibandingkan pada remaja putri yang membersihkan daerah kewanitaan dengan baik. Berdasarkan data statistik provinsi Aceh Tahun 2011 jumlah remaja putri sebanyak 2,9 juta jiwa berusia 10-19 tahun, diantaranya 45% pernah mengalami keputihan. Dari data RSUD Cut Meutia Lhoksemawe tahun 2011 menyebutkan bahwa jumlah penderita kanker mulut rahim (servik) sebanyak 54 jiwa. Penderita kanker mulut rahim dalam keadaan stadium lanjut diawali dengan keputihan yang lama dan tidak diobati(5). Manajemen kebersihan menstruasi merupakan pengelolaan kebersihan dan kesehatan pada saat wanita mengalami menstruasi, seperti cara menggunakan pembalut yang bersih, mengganti pembalut, dan memiliki akses untuk pembuangan pembalut, serta dapat mengakses toilet, sabun, dan air untuk membersihkan diri dalam kondisi nyaman dengan privasi yang terjaga (7). Menurut Profesor, Dr.dr.Dwiana Ocviyanti "Manajemen kebersihan penting karena jika tidak melakukan

manajemen kebersihan bisa mengalami masalah kesehatan berupa infeksi saluran reproduksi, infeksi saluran kemih dan peningkatan resiko kanker serviks " (3). Permasalahan pada remaja terkait menstruasi adalah kurangnya pengetahuan mengenai manajemen kebersihan menstruasi dan buruknya sanitasi air. Satu dari empat anak di Indonesia tidak pernah mendapatkan informasi tentang menstruasi sebelum mereka mendapatkan menstruasi pertama, banyak anak perempuan yang belum siap ketika mendapat menstruasi untuk pertama kali, akibatnya mereka heran, bingung, sedih, menangis dan takut (9). Hanya dua pertiga remaja putri di daerah perkotaan dan kurang dari setengah (41%) remaja putri didaerah rural yang mengganti pembalut setiap 4-8 jam sekali atau setiap kali kotor, sisanya 46% remaja putri mengganti pembalut kurang dari dua kali sehari, (10).

Berdasarkan studi pendahuluan yang telah dilakukan di SMPN1 Gunung Meriah Kabupaten Aceh Singkil pada 06 Agustus 2022, dari 15 siswi ada sebanyak 12 siswi masih membersihkan organ kewanitaannya dari arah belakang kedepan, 13 siswi mengganti pembalut hanya 2 kali dalam sehari, 5 siswi mengatakan terkadang malu dikatakan jorok saat darah menstruasi tembus, 6 siswi masih malu bertanya kepada ibunya ketika pertama sekali menstruasi, 5 siswi mengatakan masih merasa kurang informasi dari guru perihal kebersihan menstruasi, 7 siswi mengatakan marasa bingung saat membuang pembalut disekolah.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan desain study *cross sectional*, penelitian dilakukan pada bulan April – Oktober 2022. Populasi sebanyak 302 siswi, dengan teknik pengambilan sampel menggunakan *simple random sampling* diperoleh sebesar 75 siswi. Variabel dalam penelitian ini adalah pengetahuan, sikap, dukungan ibu, dukungan teman, dukungan guru, sarana dan prasarana serta manajemen kebersihan menstruasi pada remaja putri di SMPN1 Gunung Meriah. Untuk analisis univariat dan bivariat menggunakan uji *chi – square*, dan untuk analisis multivariat menggunakan uji *regresi logistic* berganda.

HASIL

1. Analisis Univariat

Tabel 1 Distribusi frekuensi pengetahuan siswi

Pengetahuan	f	%
Baik	34	45,3
Kurang	41	54,7
Total	75	100

Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa pengetahuan siswi SMPN1 Gunung Meriah dalam manajemen kebersihan menstruasi masih kurang yaitu sebanyak 45 siswi (60%)

Tabel 2 Distribusi frekuensi sikap siswi

Sikap	f	%
Positif	51	68
Negatif	24	32
Total	75	100

Berdasarkan tabel 2 sikap siswi SMPN1 Gunung Meriah dalam manajemen kebersihan menstruasi mayoritas positif yaitu sebesar 68% .

Tabel 3 Distribusi frekuensi dukungan ibu

Dukungan ibu	f	%
Mendukung	36	48
Kurang mendukung	39	52
Total	75	100

Berdasarkan tabel 3 mayoritas ibu kurang mendukung siswi dalam manajemen kebersihan menstruasi diSMPN1 Gunung Meriah yaitu sebesar 52 % .

Tabel 4 Distribusi frekuensi dukungan teman

Dukungan teman	f	%
Mendukung	37	49,3
Kurang mendukung	38	50,7
Total	75	100

Berdasarkan tabel 4 mayoritas teman kurang mendukung siswi dalam manajemen kebersihan menstruasi diSMPN1 Gunung Meriah yaitu sebesar 50,7%

Tabel 5 Distribusi frekuensi dukungan guru

Dukungan guru	f	%
Mendukung	45	60
Kurang mendukung	30	40
Total	75	100

Berdasarkan tabel 5 mayoritas guru mendukung siswi dalam manajemen kebersihan menstruasi diSMPN1 Gunung Meriah yaitu sebesar 60% .

Tabel 6 Distribusi frekuensi kelengkapan sarana dan prasarana

Sarana dan prasarana	f	%
Lengkap	36	48

Kurang lengkap	39	52
Total	75	100

Berdasarkan tabel 6 variabel sarana dan prasarana yang tersedia dalam manajemen kebersihan menstruasi diSMPN1 Gunung Meriah kurang lengkap sebanyak 39 siswi (52%).

Tabel 7 Distribusi frekuensi manajemen kebersihan menstruasi

Manajemen kebersihan menstruasi	f	%
Baik	34	45,3
Kurang	41	54,7
Total	75	100

Berdasarkan tabel 7 variabel manajemen kebersihan menstruasi pada siswi diSMPN1 Gunung Meriah masih kurang sebesar 54,7% .

2. Analisis Bivariat

Pengaruh pengetahuan terhadap Manajemen Kebersihan Menstruasi pada remaja putri di SMPN1 Gunung Meriah, dapat dilihat pada tabel dibawah ini

Tabel 8 Pengaruh Pengetahuan terhadap Manajemen kebersihan menstruasi pada remaja putri di SMPN1 Gunung Meriah

Pengetahuan	Manajemen kebersihan menstruasi		Jumlah %		P Value
	Baik	Kurang	f	%	
Baik	20	10	30	40	0,002
Kurang	14	31	45	60	
Jumlah	34	41	75	100	

Berdasarkan tabel 8 diketahui bahwa sebanyak 30 siswi yang memiliki pengetahuan baik, dimana terdapat 10 orang (13,33%) yang kurang melaksanakan manajemen kebersihan menstruasi, hasil uji statistik *chi square* diperoleh nilai $p=0,002 < 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh faktor pengetahuan terhadap manajemen kebersihan menstruasi pada remaja putri di SMPN1 Gunung Meriah Kabupaten Aceh Singkil.

Pengaruh sikap terhadap manajemen kebersihan menstruasi pada remaja putri di SMPN1 Gunung Meriah, dapat dilihat pada tabel dibawah ini

Tabel 9 Pengaruh sikap terhadap manajemen kebersihan menstruasi pada remaja putri di SMPN1 Gunung Meriah

Pengetahuan	Manajemen kebersihan menstruasi				Jumlah %		P Value
	Baik		Kurang		f	%	
	f	%	f	%			
Positif	24	32,0	27	36,0	51	68	0,662
Negatif	10	13,3	14	18,7	24	32	
Jumlah	34	45,3	41	54,7	75	100	

Berdasarkan tabel 9 diketahui bahwa sebanyak 51 siswi yang memiliki sikap positif, dimana terdapat 27 orang (36%) yang kurang melaksanakan manajemen kebersihan menstruasi, hasil uji statistik *chi square* diperoleh nilai $p=0,662 > 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa tidak ada pengaruh faktor sikap terhadap manajemen kebersihan menstruasi pada remaja putri di SMPN1 Gunung Meriah Kabupaten Aceh Singkil. Tabel 10 Pengaruh dukungan ibu terhadap manajemen kebersihan menstruasi para remaja di SMPN1 Gunung Meriah

Dukungan ibu	Manajemen kebersihan menstruasi				Jumlah %	
	Baik		Kurang		f	%
	f	%	f	%		
Mendukung	24	32,0	12	16,0	36	48,0
Kurang mendukung	10	13,3	29	38,7	39	52,0
Jumlah	34	45,3	41	54,7	75	100

Berdasarkan tabel 10 diketahui bahwa sebanyak 36 siswi yang mendapatkan dukungan ibu, dimana terdapat 12 orang (16%) yang kurang melaksanakan manajemen kebersihan menstruasi, hasil uji statistik *chi square* diperoleh nilai $p=0,000 < 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh faktor dukungan ibu terhadap manajemen kebersihan menstruasi pada remaja putri di SMPN1 Gunung Meriah Kabupaten Aceh Singkil.

Tabel 11 Pengaruh dukungan teman terhadap manajemen kebersihan menstruasi pada remaja putri di SMPN1 Gunung Meriah

Dukungan teman	Manajemen kebersihan menstruasi				Jumlah %	
	Baik		Kurang		f	%
	f	%	f	%		
Mendukung	24	32,0	13	17,3	37	49,3
Kurang mendukung	10	13,3	28	37,4	38	50,7
Jumlah	34	45,3	41	54,7	75	100

Berdasarkan tabel 11 diketahui bahwa sebanyak 37 siswi yang mendapatkan dukungan teman, dimana terdapat 13 orang (17,33%) yang kurang melaksanakan manajemen kebersihan menstruasi, hasil uji statistik *chi square* diperoleh

nilai $p=0,001 < 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh faktor dukungan teman terhadap manajemen kebersihan menstruasi pada remaja putri di SMPN1 Gunung Meriah Kabupaten Aceh Singkil

Tabel 12 Pengaruh dukungan guru terhadap manajemen kebersihan menstruasi pada remaja di SMPN1 Gunung Meriah

Dukungan guru	Manajemen kebersihan menstruasi				Jumlah %		P Value
	Baik		Kurang		f	%	
	f	%	f	%			
Mendukung	24	32,0	21	28,0	45	60,0	0,088
Kurang mendukung	10	13,3	20	26,7	30	40,0	
Jumlah	34	45,3	41	54,7	75	100	

Berdasarkan tabel 12 diketahui bahwa sebanyak 45 siswi yang mendapatkan dukungan guru, dimana terdapat 21 orang (46,7%) yang kurang melaksanakan manajemen kebersihan menstruasi, Hasil uji statistik *chi square* diperoleh nilai $p=0,088 > 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa tidak ada pengaruh faktor dukungan guru terhadap manajemen kebersihan menstruasi pada remaja putri di SMPN1 Gunung Meriah Kabupaten Aceh Singkil.

Tabel 13 Pengaruh sarana dan prasarana terhadap manajemen kebersihan menstruasi pada remaja di SMPN1 Gunung Meriah

Sarana dan prasarana	Manajemen kebersihan menstruasi				Jumlah %		P Value
	Baik		Kurang		f	%	
	f	%	f	%			
Lengkap	21	28,0	15	20,0	36	48	0,088
Kurang lengkap	13	17,3	26	34,7	39	52	
Jumlah	34	45,3	41	54,7	75	100	

Berdasarkan tabel 13 diketahui bahwa sebanyak 48 siswi yang mengatakan tersedianya sarana dan prasarana yang lengkap dalam manajemen kebersihan menstruasi sebanyak 36 siswi, dimana terdapat 15 orang (20%) yang kurang melaksanakan manajemen kebersihan menstruasi, hasil uji statistik *chi square* diperoleh nilai $p=0,030 < 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh faktor sarana dan prasarana terhadap manajemen kebersihan menstruasi pada remaja putri di SMPN1 Gunung Meriah Kabupaten Aceh Singkil.

3. Analisis Bivariat

Hasil uji *regresi logistic* berganda menunjukkan bahwa sebanyak 3 variabel yang berpengaruh pada manajemen kebersihan menstruasi remaja putri di SMPN1 Gunung Meriah

yaitu dukungan ibu, pengetahuan, serta sarana dan prasarana sebagaimana terlihat pada tabel berikut:

Tabel 14 Hasil uji regresi logistik berganda

Variabel Independent	Nilai B	Nilai P	Exp (B)/ OR	95% CI for EXP (B)
Dukungan Ibu	2.120	0,001	8.329	2.477-28.003
Pengetahuan	1.611	0,007	5.007	1.553-16.145
Sarana dan Prasarana	1.592	0,010	4.914	1.458- 16.557
Constant	-2.656	0,000		

Dari hasil uji *regresi liner* berganda dapat diketahui bahwa variabel yang paling dominan mempengaruhi manajemen kebersihan menstruasi pada remaja putri adalah dukungan ibu dengan nilai koefisien regresi exp (B) 8.329 yang artinya dukungan ibu mempunyai pengaruh sebesar 8 kali terhadap manajemen kebersihan menstruasi dimana siswi yang mendapatkan dukungan ibu mempunyai peluang 8 kali akan melakukan manajemen kebersihan menstruasi dibandingkan siswi yang mengatakan kurang mendapatkan dukungan ibu dalam manajemen kebersihan menstruasi pada remaja putri di SMPN1 Gunung Meriah

PEMBAHASAN

Pengetahuan siswi di SMPN1 Gunung Meriah dalam manajemen kebersihan menstruasi pada penelitian ini masih kurang disebabkan kurangnya informasi yang diperoleh mengenai kesehatan reproduksi, terkhususnya mengenai cara membersihkan organ reproduksi serta lamanya penggunaan pembalut. Pengetahuan mempunyai pengaruh terhadap manajemen kebersihan menstruasi, hal ini juga sejalan dengan penelitian Citra Indah,dkk (2021), Emi,dkk(2016), Mariene (2012) bahwa pengetahuan tentang menstruasi memiliki hubungan yang signifikan dengan kebersihan diri selama menstruasi pada remaja putri.

Penelitian ini menunjukkan bahwa tidak ada pengaruh sikap dalam manajemen kebersihan menstruasi hal tersebut tidak sesuai dengan penelitian Meinarisa (2019) menyebutkan bahwa sikap remaja putri dalam menjaga kebersihan selama menstruasi memerankan peranan penting, yang dimulai dari kebersihan organ intim sampai dengan pola penggantian pembalut pada saat siswi mengalami menstruasi baik dirumah maupun disekolah, hal ini sangat erat kaitannya dengan cara para remaja putri dalam mengatasi masalah saat mengalami menstruasi.

Dukungan ibu siswi di SMPN1 Gunung Meriah pada penelitian ini mayoritas tidak

mendukung dalam manajemen kebersihan menstruasi serta terdapat pengaruh antara dukungan ibu dengan manajemen kebersihan menstruasi Berdasarkan hasil uji regresi logistik berganda dukungan ibu merupakan faktor yang paling dominan dalam manajemen kebersihan menstruasi Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian Dharampal (2012), orang tua berperan aktif dalam memberikan bimbingan tentang pendidikan menstruasi melalui nasehat dan komunikasi dalam keluarga, sehingga tidak terjadi kesalahpahaman pengetahuan dan kesalahan dalam memberikan informasi tentang kesehatan reproduksi remaja yang dapat mempengaruhi perilaku dari seorang anak itu sendiri dalam perilaku saat menstruasi, peran ibu yang aktif tersebut merupakan salah satu bentuk dukungan yang dapat diberikan kepada anaknya.

Mayoritas teman tidak mendukung dan terdapat pengaruh antara dukungan teman dengan manajemen kebersihan menstruasi, teman sebaya dapat memberikan pengaruh positif maupun negatif, rendahnya dukungan teman mengenai manajemen kebersihan menstruasi disebabkan karena pada masa remaja masih merasa malu untuk membicarakan mengenai kesehatan reproduksi.

Pada penelitian ini guru memberikan dukungan dalam manajemen kebersihan, beberapa bentuk dukungan yang dapat diberikan guru yaitu memberikan sosialisasi dan edukasi baik kepada siswa laki-laki maupun perempuan mengenai menstruasi merupakan proses fisiologis alamiah yang terjadi pada wanita dan merupakan hal yang normal, memberikan pemahaman tentang yang yang sebaiknya dilakukan saat menstruasi seperti memberi pemahaman tentang jenis pembalut misal pembalut sekali pakai atau pembalut pakai ulang, kepada siswa laki-laki penting untuk diingatkan agar menghormati teman perempuannya yang sedang mengalami menstruasi serta mengingatkan bahwa wanita yang sudah menstruasi sudah dapat hamil apabila terjadi hubungan seksual.

Ada pengaruh antara sarana dan prasarana dengan manajemen kebersihan menstruasi, sarana dan prasarana yang kurang lengkap akan membuat siswi enggan untuk mengganti pembalut disekolah, seperti ketidakterseidannya sabun untuk cuci tangan misalnya membuat siswi tidak bisa mencuci tangan dengan sabun setelah atau sebelum mengganti pembalut, atau tempat sampah yang terbuka membuat siswi malu untuk membuang pembalut kedalam tempat sampah sehingga mendorong siswi untuk membuangnya kedalam toilet karena merasa malu jika pembalut bekas

pakai yang mungkin masih ada noda darahnya. Atau bisa saja kamar mandi yang tidak bisa dikunci dengan baik menimbulkan rasa waswas siswi saat akan mengganti pembalut.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pengetahuan, dukungan ibu, dukungan teman, dan sarana dan prasarana terhadap manajemen kebersihan menstruasi pada remaja putri di SMPN1 Gunung Meriah Kabupaten Aceh Singkil, serta tidak ada pengaruh sikap dan dukungan guru terhadap manajemen kebersihan menstruasi pada remaja putri di SMPN1 Gunung Meriah Kabupaten Aceh Singkil. Dukungan ibu merupakan faktor yang paling dominan berpengaruh terhadap manajemen kebersihan menstruasi pada remaja putri di SMPN1 Gunung Meriah Kabupaten Aceh Singkil.

DAFTAR PUSTAKA

1. Badan Pusat Statistik, Jumlah Penduduk Hasil SP menurut Wilayah dan Jenis Kelamin, Indonesia 2020, <https://sens.us.bps.go.id/topik/tabular/sp2020/83/175748/0>
2. Badan Pusat Statistik Kabupaten Aceh Singkil, Jumlah Penduduk Aceh Singkil menurut kecamatan (Jiwa), 2017-2019, <https://acehsingkilkab.bps.go.id/indicator/12/45/1/jumlah-penduduk-aceh-singkil-menurut-kecamatan.html,2019>
3. Desi Pramita Sari dan Mawardi Badar, Hubungan higienitas vagina dengan kejadian candidiasis vaginalis pada remaja di Puskesmas Tanjung Sengkuang kota Batam Tahun 2018, Prosiding SainsTeKes Semnas MIPAKes UMRi, Vol: 1 / Agustus 2019
4. Mariatul K, Mira R, Nevi H, Syarifa A, Sikap Remaja Putri Terhadap Personal Hygiene Organ Reproduksi Idea Nursing Journal Vol. X No. 2 2019 ISSN : 2087-2879, e-ISSN : 2580 – 2445
5. Kemendikbud, Panduan Manajemen Kebersihan Menstruasi bagi Guru dan Orangtua, diakses nicef.org/Indonesia/sites/unicef.org.indonesia/files,2017
6. Purwaningrum Ae. Gambaran Perilaku Personal Hygiene Remaja Putri Kelas Viii Dan Ix Saat Menstruasi Di Smp N 1 Gamping Kabupaten Sleman. 2017
7. Annisa YOA, Hubungan Perilaku Personal Hygiene dengan Kejadian Keputihan Pada Santri Putri Pondok Pesantren An-Nawawi Purworejo Tahun 2019[Skripsi], Yogyakarta, 2019
8. Kemenkes, Manajemen Kebersihan Menstruasi perlu dipahami diakses <https://www.kemkes.go.id/article/view/17052700001/manajemen-kebersihan-menstruasi-perlu-dipahami-.html,2017>
9. UNICEF, 2020, Manajemen Kebersihan Menstruasi dan pencegahan perkawinan Pada Anak, Pimpinan Pusat Muslimat NU, Jakarta
10. Ernawati S, dkk, Manajemen Kesehatan Menstruasi, Universitas Nasional, IWWASH, *Global one*, Jakarta, 2017
11. Hani Uswah H, Nuril N, Tuti Sukini. Tingkat Pengetahuan Siswi SMA Terhadap Praktek Manajemen Kebersihan Menstruasi
12. Citra I Fitriwati, Suhaela Arofah. Faktor-faktor yang mempengaruhi kebersihan diri selama menstruasi pada remaja putri di Pondok Pesantren Yayasan Nurul Islam Kabupaten Bungo. *CENDEKIA UTAMA Jurnal Keperawatan dan Kesehatan Masyarakat STIKES Cendekia Utama Kudus*. P-ISSN 2252-8865 E-ISSN 2598-4217 Vol 10, No 2, Juli, 2021
13. Emmi Bujawati, Sitti Raodhah, Indriyanti. Faktor-faktor yang berhubungan dengan Personal Hygiene selama menstruasi pada santriyati di Pesantren Babul Khaer Kabupaten Bulukumba, Provinsi Sulawesi Selatan. ISSN (Print) : 2443-1141 ISSN (Online) : 2541-5301,2016
14. Mey Elisa Safitri. Faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku dalam menjaga kebersihan organ reproduksi saat menstruasi pada siswi SMP PGRI 58 Tanjung Morawa Kabupaten Deli Serdang Tahun 2013[Tesis]. Universitas Sumatera Utara.2013
15. Ulfa Pradipta, Triatmi AY, Koekoeh H. Pengaruh Permainan Edukatif terhadap perilaku remaja putri dalam Manajemen Kebersihan Menstruasi
16. Mariene W. Dolang, Rahma, Muhammad Ikhsan. Faktor-faktor yang berhubungan dengan praktek hygiene menstruasi pada siswi

- SMA Negeri 1 Sesean Kabupaten Toraja Utara. JURNAL MKMI, Maret 2013, hal 36-44, 2013
17. Netty HP, Erika F, Liana D, Murniati S. Manajemen Kebersihan Menstruasi pada remaja sebagai penerapan perilaku menjaga kebersihan diri dan lingkungan. JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri) <http://journal.ummat.ac.id/index.php/jmm> Vol. 5, No. 2, April 2021, Hal. 633-641 e-ISSN 2614-5758 | p-ISSN 2598-8158, 2021
 18. Gadis Nur A, Rasyika Nurul F. Perilaku remaja putri dalam menyikapi manajemen kebersihan menstruasi di SMP Negeri 9 Kota Palu. Jurnal Doppler. Vol 6 No 1 Tahun 2022
 19. Putri Diah Pemiliana, Winda Agustina, Desna Verayanti. Perilaku Remaja Putri dengan Personal Hygiene saat menstruasi di SMA Etidlandia Medan Tahun 2018. GASTER Vol. 17 No. 1 Februari 2019
 20. Juwitasari, Nur Aini, Nurul Aini, Dyna Amalia V. Hubungan antara tingkat pengetahuan tentang Vulva Hiegiene dengan perilaku saat menstruasi pada remaja awal. Jurnal Kesehatan Al-Irsyad Vol XIII, No.2. Oktober 2020
 21. Umi N, Homsiatu R, Agustina W. Keyakinan dan Sikap Remaja Putri Berhubungan dengan Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi. Jurnal Kesehatan, Vol. 04 No. 02 (April, 2021) : 125-132
 22. Anindya Hapsari, Buku Ajar Kesehatan Reproduksi Modul Kesehatan Reproduksi Remaja, Wineka Midea, Malang, 2019
 23. Erna Setitaningrum, Pelayanan Keluarga Berencana dan Kesehatan Reproduksi. Trans Info Media, Jakarta, 2021
 24. Achmad KH, Melisa S, Budi W, Fakta-fakta mengenai Menstruasi pada remaja, Jakarta: Medical Research Unit, 2018
 25. Federasi Internasional Perhimpunan palang Merah dan Bulan Sabit Merah, 2019, Menangani Kebutuhan Manajemen Kebersihan Menstruasi (MKM) diakses https://watsanmissionassistant.org/wp-content/uploads/2020/04/mhm-guidelines-pilot-version_bahasa-indonesia_final.pdf
 26. Hastuti, Rika K D, Rezanti P Pramana. Studi Kasus Manajemen Kebersihan Menstruasi (MKM) Siswa SD dan SMP di Indonesia, The SMERU Research Institute. Februari 2019
 27. Endang P, Elisabeth SW. Perilaku dan Softskills Kesehatan Panduan untuk tenaga Kesehatan, Pustaka Baru Yogyakarta, 2015
 28. Soekidjo Notoatmodjo. Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku, Rineka Cipta. Jakarta, 2007
 29. Notoatmodjo, S. (2012). Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta
 30. John W. Santrock, Perkembangan Masa Hidup, Edisi Lima, Jilid 1-2, Jakarta: Penerbit Erlangga, 2002.
 31. Muchlisin Riadi, Teman Sebaya (Aspek, Fungsi, Jenis dan Faktor yang Berpengaruh), <https://www.kajianpustaka.com/2022/06/teman-sebaya.html> Juli, 2022
 32. Th. Endang P, Elisabeth SW, 2015, Perilaku dan Softskills Kesehatan Panduan untuk tenaga Kesehatan, Pustaka Baru Yogyakarta
 33. Notoadmodjo, Metodologi Penelitian Kesehatan, PT. Rineka Cipta, 2005
 34. Dony S, Hendro P, 2015, Metodologi Penelitian Kesehatan untuk Mahasiswa Kesehatan, Graha Ilmu Yogyakarta
 35. Sugiono, Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D, Alfabeta