



IMPLEMENTASI PENDIDIKAN KESEHATAN TENTANG MENSTRUAL HYGIENE PADA REMAJA PUTRI DALAM MENJAGA KESEHATAN REPRODUKSI DI SMA ISLAM KARANGPLOSO KABUPATEN MALANG

Citra Ayu Purnama Wulan¹, Tutik Herawati²

^{1,2} Poltekkes Kemenkes Malang

Corresponding author: tutikherawati71@gmail.com

ABSTRACT

Vaginal infections during menstruation can be caused by microorganisms such as bacteria, viruses, and fungi, which have the potential to disrupt the function of the reproductive organs. Personal hygiene during menstruation is a step to ensure the health and cleanliness of the female genital area during that period. The purpose of this study was to describe the results of the implementation of health education on menstrual hygiene in adolescent girls in maintaining reproductive health. This study is a descriptive case study with research subjects and was conducted on February-22, 2025. This study used open interview and questionnaire methods in data collection. Data are presented in narrative form. The results of the study showed that before being given health education on menstrual hygiene, the subjects showed poor understanding, both in terms of cognitive and psychomotor aspects. However, after being given education, both subjects experienced an increase in both aspects in maintaining reproductive health during menstruation. This is evidenced by the increase in the values that have been obtained by the subjects. Research subjects are advised to maintain personal hygiene during menstruation by routinely changing sanitary napkins, cleaning the genital area with clean water, and washing hands before and after changing sanitary napkins. Schools are advised to routinely provide education on menstrual hygiene as an effort to maintain reproductive health. Future researchers are expected to develop this research in more depth, for example by including observation sheets and paying attention to the role of parents in supporting the reproductive health of adolescent girls.

Key words: Health Education, Menstrual Hygiene, Adolescent Girls, Reproductive Health

ABSTRAK

Infeksi pada area vagina selama menstruasi dapat disebabkan oleh mikroorganisme seperti bakteri, virus, dan jamur, yang berpotensi mengganggu fungsi organ reproduksi. Personal hygiene saat menstruasi merupakan langkah untuk memastikan kesehatan dan kebersihan area kewanitaan selama periode tersebut. Tujuan dari penelitian adalah untuk menggambarkan hasil implementasi pendidikan kesehatan tentang menstrual hygiene pada remaja putri dalam menjaga kesehatan reproduksi. Penelitian ini adalah deskriptif studi kasus dengan subjek penelitian dan dilakukan pada-22 Februari 2025. Penelitian ini menggunakan metode wawancara terbuka dan kuesioner dalam pengambilan data. Data disajikan dalam bentuk narasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum diberikan edukasi kesehatan tentang kebersihan menstruasi, subjek menunjukkan pemahaman yang kurang baik, baik dari aspek kognitif maupun psikomotor. Namun, setelah diberikan edukasi, kedua subjek mengalami peningkatan dalam kedua aspek tersebut dalam menjaga kesehatan reproduksi selama menstruasi. Hal ini dibuktikan dalam peningkatan nilai yang telah didapatkan oleh subjek. Subjek penelitian disarankan untuk menjaga kebersihan diri selama menstruasi dengan rutin mengganti pembalut, membersihkan area genital dengan air bersih, serta mencuci tangan sebelum dan sesudah mengganti pembalut. Pihak sekolah disarankan rutin memberikan edukasi tentang kebersihan menstruasi sebagai upaya menjaga kesehatan reproduksi. Peneliti selanjutnya diharapkan mengembangkan penelitian ini lebih mendalam, misalnya dengan menyertakan lembar observasi dan memperhatikan peran orang tua dalam mendukung kesehatan reproduksi remaja putri.

Kata kunci: Pendidikan Kesehatan, *Menstrual Hygiene*, Remaja Putri, Kesehatan Reproduksi

PENDAHULUAN

Infeksi pada area vagina selama menstruasi dapat disebabkan oleh mikroorganisme seperti bakteri, virus, dan jamur, yang berpotensi mengganggu fungsi organ reproduksi (Djama et al., 2022). Kebersihan saat menstruasi sangat penting untuk mencegah berbagai penyakit pada sistem reproduksi. Personal hygiene saat menstruasi merupakan langkah untuk memastikan kesehatan dan kebersihan areaewanitaan selama periode tersebut (Hastuty & Nasution, 2023).

WHO mencatat remaja putri usia (Nurhayati et al., 2023)–14 tahun rentan terhadap masalah reproduksi. Di Indonesia, 43, (Ghofur et al., 2023) juta remaja putri memiliki perilaku kebersihan buruk, dengan 30% disebabkan lingkungan tidak sehat dan 70% karena penggunaan pembalut yang salah. Di Jawa Timur, 86, (Hanum et al., 2021)% kasus infeksi saluran reproduksi ditemukan di Malang dan Surabaya. Sebanyak 77% disebabkan oleh jamur *Candida albicans* yang tumbuh subur di area lembap saat menstruasi (Ghofur et al., 2023).

Menjaga kebersihan saat menstruasi penting untuk mencegah masalah ginekologi seperti infeksi saluran reproduksi, infeksi saluran kemih, HIV, dan kanker serviks, serta gangguan sosial seperti bau tidak sedap dan rendahnya kepercayaan diri (Rokayah et al., 2021).

Pada penelitian yang dilakukan oleh Hanum (2021) yang berjudul “Edukasi Kesehatan Reproduksi Remaja Putri tentang Personal Hygiene saat Menstruasi” menunjukkan bahwa sebelum edukasi, 50% siswi memiliki pengetahuan kurang tentang personal hygiene saat menstruasi. Setelah penyuluhan melalui video, pengetahuan meningkat, dengan siswi berpengetahuan baik naik dari 30% menjadi 50%, dan yang berpengetahuan kurang turun menjadi (Nurhayati et al., 2023)%(Hanum et al., 2021). Pada penelitian yang telah dilakukan oleh saudara Aisyah (2023) yang berjudul “Perilaku Remaja Putri dalam Mempertahankan Kesehatan Reproduksi Saat Menstruasi” menunjukkan 96, (Aisyah et al., 2023)% remaja putri memiliki perilaku personal hygiene yang baik saat menstruasi, namun penggunaan pembalut paling banyak berada pada kategori cukup (51, (Tombeg, 2024)%). Santri di asrama kesulitan mengganti pembalut karena keterbatasan toilet dan padatnya aktivitas. Di sekolah, minimnya air, sanitasi, dan privasi membuat remaja enggan mengganti pembalut, sehingga beberapa terpaksa menahannya lebih dari (Notoatmodjo, 2020) jam, yang dapat menyebabkan iritasi dan ketidaknyamanan (Aisyah et al., 2023).

Penelitian dari Tombeg (2024) yang berjudul “Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri Kelas Viii Tentang Personal Hygiene Saat Menstruasi di UPT SMP Negeri Satap (Ghofur et al., 2023)” menunjukkan bahwa pengetahuan remaja putri tentang personal hygiene saat menstruasi umumnya baik karena penggunaan gadget sebagai sumber informasi. Sebagian masih berpengetahuan cukup atau kurang karena baru mengalami menarche atau belum memiliki gadget (Tombeg, 2024).

Berdasarkan latar belakang, peneliti tertarik meneliti “Implementasi Pendidikan Kesehatan tentang *Menstrual Hygiene* pada Remaja Putri dalam Menjaga Kesehatan Reproduksi” dengan tujuan meningkatkan kesadaran, pengetahuan, dan praktik remaja putri melalui edukasi dan simulasi langsung.

METODE

Metode penelitian ini adalah penelitian deskriptif dengan pendekatan studi kasus. Penelitian ini menggunakan dua subjek yaitu dua siswi SMA. Dalam penelitian ini, peneliti melakukan pengambilan data di SMA Islam Karangploso. Prinsip etik yang diterapkan dalam penelitian ini yaitu *Informed consent*, *Anonimity*, dan *Confidentiality*. Metode pengumpulan data dari penelitian ini menggunakan kuesioner dan wawancara terbuka. Data dari hasil pengumpulan

data selanjutnya dianalisis oleh peneliti dengan mengukur aspek kognitif dan psikomotor subjek menggunakan kuesioner.

HASIL

Aspek Kognitif

Hasil penelitian aspek kognitif sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan dapat diperlihatkan dalam tabel berikut:

Tabel Tingkat Kognitif Remaja Putri tentang *Menstrual Hygiene* Sebelum dan Sesudah diberikan Pendidikan Kesehatan

Subjek	Nilai		Kategori	
	Sebelum	Sesudah	Sebelum	Sesudah
Nn. E	55	75	Cukup Baik	Baik
Nn. C	65	85	Cukup Baik	Sangat Baik

Berdasarkan tabel di atas terjadi peningkatan tingkat kognitif setelah pendidikan kesehatan. Nn. E meningkat dari nilai 55 (cukup baik) menjadi 75 (baik), dan Nn. C dari 65 (cukup baik) menjadi 85 (sangat baik).

Aspek Psikomotor

Hasil penelitian aspek psikomotor sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan dapat diperlihatkan dalam tabel berikut:

Tabel Tingkat psikomotor Remaja Putri tentang *Menstrual Hygiene* Sebelum dan Sesudah diberikan Pendidikan Kesehatan

Subjek	Nilai		Kategori	
	Sebelum	Sesudah	Sebelum	Sesudah
Nn. E	68	87	Baik	Sangat Baik
Nn. C	71	95	Baik	Sangat Baik

Berdasarkan tabel di atas terjadi peningkatan tingkat psikomotor setelah pendidikan kesehatan. Nn. E meningkat dari nilai 68 (baik) menjadi 87 (sangat baik), dan Nn. C dari 71 (baik) menjadi 95 (sangat baik).

Implementasi Pendidikan Kesehatan tentang *Menstrual Hygiene* dalam Menjaga Kesehatan Reproduksi Pada Remaja Putri

Implementasi Hari Pertama

Peneliti menyampaikan materi tentang *menstrual hygiene* menggunakan *leaflet*, mencakup pengertian, siklus menstruasi, cara menjaga kebersihan, memilih dan membuang pembalut, serta kesehatan reproduksi. Nn. C tampak antusias dan banyak bertanya, sedangkan Nn. E lebih pasif namun tetap kooperatif. Keduanya terlibat positif selama sesi berlangsung.

Implementasi Hari Kedua

Pada sesi kedua, materi difokuskan pada praktik *menstrual hygiene*, seperti memilih pembalut yang aman dan membaca informasi pada kemasannya. Peneliti juga mengajarkan enam langkah mencuci tangan sesuai standar kesehatan dan mengulas kembali materi hari pertama. Selama sesi, Nn. C dan Nn. E aktif dan kooperatif, mampu mempraktikkan cara

mencuci tangan dengan benar serta mengulang materi sebelumnya, menunjukkan bahwa edukasi dipahami dengan baik.

PEMBAHASAN

Aspek Kognitif

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum edukasi menstrual hygiene, kedua subjek berada pada kategori pengetahuan cukup baik dengan nilai 55 (Nn. E) dan 65 (Nn. C). Setelah edukasi, terjadi peningkatan: Nn. E menjadi kategori baik (75) dan Nn. C menjadi sangat baik (85). Perbedaan peningkatan ini dipengaruhi oleh usia dan tingkat pendidikan, sesuai teori Notoatmodjo (2020) yang menyatakan bahwa usia dan pendidikan memengaruhi kemampuan menerima dan memahami informasi (Notoatmodjo, 2020). Keterbukaan kedua subjek dalam berdiskusi juga menunjukkan pentingnya edukasi menstrual hygiene bagi remaja putri dalam menjaga kesehatan reproduksi.

Pada subjek (Djama et al., 2022) (Nn. E), hasil kuesioner sebelum edukasi menunjukkan nilai 55 dengan kategori cukup baik, yang mencerminkan pemahaman dasar tentang menstrual hygiene. Setelah diberikan edukasi, terjadi peningkatan nilai menjadi 75 dengan kategori baik, menandakan adanya peningkatan pengetahuan dan pemahaman. Hal ini diperkuat oleh hasil wawancara, di mana Nn. E mampu menjelaskan komponen penting menstrual hygiene dan kaitannya dengan kesehatan reproduksi.

Sementara itu, pada subjek (Hastuty & Nasution, 2023) (Nn. C), hasil kuesioner awal menunjukkan nilai 65 dengan kategori cukup baik. Setelah edukasi, nilai meningkat menjadi 85 dengan kategori sangat baik, mencerminkan peningkatan pengetahuan yang signifikan. Nn. C menunjukkan antusiasme tinggi, aktif bertanya, dan mampu memahami serta menjelaskan kembali materi yang diberikan, termasuk pentingnya menjaga kebersihan saat menstruasi dan hubungannya dengan kesehatan reproduksi. Hasil wawancara juga menguatkan bahwa edukasi berjalan secara efektif. Diharapkan, pengetahuan yang diperoleh dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari dan dibagikan kepada teman sebaya sebagai bagian dari promosi kesehatan.

Pernyataan tersebut sejalan oleh penelitian yang dilakukan oleh Meinarisa (2019) yang menyatakan bahwa setelah diberikan pendidikan kesehatan, remaja putri menunjukkan peningkatan pengetahuan yang tinggi terkait menstrual hygiene. Pemberian informasi yang tepat, disertai metode penyampaian yang sesuai, terbukti mampu meningkatkan pemahaman remaja terhadap pentingnya menjaga kebersihan saat menstruasi (Meinarisa, 2019).

Selain itu pada penelitian Nurhayati (2023) menjelaskan bahwa usia dapat memengaruhi kemudahan dalam menerima suatu materi. Usia yang lebih muda cenderung memiliki tantangan dalam memahami informasi yang baru pertama kali didapatkan, sehingga proses peningkatan pengetahuan bisa berlangsung lebih lambat. Sebaliknya, individu yang berada pada usia yang lebih matang cenderung lebih cepat memahami dan menyerap informasi yang diberikan, terutama jika disampaikan secara interaktif dan relevan dengan kehidupan sehari-hari (Nurhayati et al., 2023).

Pendapat ini sejalan dengan hasil penelitian yang dikemukakan oleh Karima dan Karjatin (2021), yang menyatakan bahwa semakin bertambah usia seseorang, maka semakin banyak pula pengalaman dan pengetahuan yang dimiliki. Hal ini secara langsung dapat meningkatkan kematangan mental dan intelektual individu. Usia yang lebih dewasa akan memengaruhi kemampuan berpikir secara kritis dan logis, sehingga informasi yang diterima dapat dipahami dengan lebih baik dan diterapkan secara efektif dalam kehidupan sehari-hari (Karima & Karjatin, 2021).

Aspek Psikomotor

Berdasarkan hasil penelitian, diperoleh data mengenai tingkat psikomotor remaja putri dalam menjaga kesehatan reproduksi melalui praktik kebersihan menstruasi sebelum dan sesudah edukasi kesehatan. Sebelum edukasi, subjek (Djama et al., 2022) (Nn. E) memperoleh nilai 68 dan subjek (Hastuty & Nasution, 2023) (Nn. C) memperoleh nilai 71, keduanya dalam kategori baik. Setelah diberikan edukasi mengenai menstrual hygiene, terjadi peningkatan signifikan dalam aspek psikomotor kedua subjek. Nilai subjek (Djama et al., 2022) meningkat menjadi 87 dan subjek (Hastuty & Nasution, 2023) menjadi 95, keduanya masuk dalam kategori sangat baik. Hasil ini menunjukkan bahwa edukasi kesehatan tidak hanya meningkatkan pengetahuan, tetapi juga berdampak positif pada perilaku dan keterampilan praktis remaja putri dalam menjaga kebersihan selama menstruasi, sebagai bagian dari upaya menjaga kesehatan reproduksi.

Berdasarkan hasil pengamatan terhadap kuesioner sebelum edukasi kesehatan, kedua subjek menunjukkan perilaku yang kurang tepat dalam menjaga kebersihan saat menstruasi, seperti tidak mencuci tangan setelah membuang pembalut, tidak memeriksa kandungan bahan pembalut, serta tidak mengeringkan areaewanitaan sebelum menggunakan pembalut baru. Keduanya juga mengalami keluhan seperti gatal, keputihan, dan kebocoran akibat terlambat mengganti pembalut, yang mencerminkan rendahnya pemahaman tentang pentingnya kebersihan menstruasi. Setelah diberikan edukasi kesehatan, terjadi peningkatan dalam praktik kebersihan, seperti mencuci tangan dengan enam langkah yang benar, memeriksa kandungan dan tanggal kedaluwarsa pembalut, serta mengeringkan areaewanitaan sebelum menggunakan pembalut baru. Kedua subjek juga lebih rutin mengganti pembalut untuk mencegah kebocoran. Temuan ini menunjukkan bahwa edukasi berhasil meningkatkan kesadaran dan keterampilan subjek dalam menerapkan *menstrual hygiene* dengan baik.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Meinarisa (2019) yang menyatakan bahwa sikap remaja putri dalam menjaga kebersihan selama menstruasi sangat dipengaruhi oleh adanya pendidikan kesehatan mengenai menstrual hygiene. Penyampaian informasi melalui pendidikan dan penyuluhan terbukti dapat meningkatkan pengetahuan, yang kemudian akan menumbuhkan kesadaran, dan pada akhirnya mendorong remaja untuk berperilaku sesuai dengan pengetahuan yang telah dimilikinya (Meinarisa, 2019).

Selaras dengan hal tersebut, Syamson (2022) juga menyebutkan bahwa setelah dilakukan promosi kesehatan, terjadi perubahan perilaku pada siswi. Para siswi menjadi lebih memahami serta mampu menerapkan perilaku personal hygiene selama menstruasi, yang menunjukkan bahwa mereka mampu merespons secara positif terhadap informasi kesehatan yang disampaikan (Syamson et al., 2022).

Menurut Rizki Hasanah (2024) pemberian pendidikan kesehatan memiliki dampak positif terhadap perilaku remaja putri dalam menjaga kebersihan selama menstruasi. Informasi yang diberikan secara tepat dan relevan dapat meningkatkan kesadaran serta membentuk kebiasaan yang lebih sehat dalam praktik menstrual hygiene (Rizki Hasanah et al., 2024).

Implementasi Pendidikan Kesehatan tentang *Menstrual Hygiene* dalam Menjaga Kesehatan Reproduksi Pada Remaja Putri

Berdasarkan hasil pembahasan pada uraian di atas, dapat dibuktikan bahwa edukasi kesehatan mengenai *menstrual hygiene* sangat penting diberikan kepada remaja putri. Penyuluhan atau edukasi kesehatan merupakan salah satu metode yang digunakan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan individu maupun kelompok melalui teknik pembelajaran atau instruksi. Tujuannya adalah untuk mengubah atau memengaruhi perilaku agar menjadi lebih positif dan sesuai dengan prinsip hidup sehat.

Dalam pelaksanaan penyuluhan, peran pemberi materi sangat penting yaitu sebagai fasilitator yang menyampaikan informasi terkait *menstrual hygiene*, khususnya dalam menjaga

kesehatan reproduksi perempuan. Kurangnya pengetahuan mengenai *menstrual hygiene* dapat berdampak pada cara remaja putri dalam menjaga kebersihan area reproduksi selama masa menstruasi, yang berisiko menimbulkan gangguan kesehatan seperti infeksi atau iritasi. Pemberian edukasi kesehatan secara tepat dapat meningkatkan pengetahuan remaja putri mengenai pentingnya menjaga kebersihan area kewanitaan selama fase menstruasi. Hal ini pada akhirnya akan berkontribusi terhadap terjaganya kesehatan reproduksi secara optimal sejak usia remaja. Setelah diberikan edukasi kesehatan, kedua subjek menunjukkan peningkatan yang signifikan pada aspek kognitif, yaitu dari kategori cukup baik menjadi baik dan sangat baik. Selain itu, peningkatan juga terjadi pada aspek psikomotor, di mana sebelumnya berada pada kategori cukup baik dan baik, kemudian meningkat menjadi sangat baik. Temuan ini memperkuat bahwa edukasi kesehatan memiliki peran yang sangat efektif dalam meningkatkan pengetahuan sekaligus praktik nyata remaja putri dalam menjaga *menstrual hygiene*.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian di SMA Islam Karangploso, edukasi kesehatan tentang *menstrual hygiene* terbukti efektif meningkatkan pengetahuan (kognitif) dan keterampilan (psikomotor) remaja putri. Sebelum edukasi, kedua subjek berada pada kategori cukup baik secara kognitif, dengan nilai 55 (Nn. E) dan 65 (Nn. C), serta kategori baik pada aspek psikomotor, yaitu 68 dan 71. Setelah edukasi, terjadi peningkatan signifikan: aspek kognitif Nn. E menjadi 75 dan Nn. C menjadi 85; aspek psikomotor Nn. E menjadi 75 dan Nn. C mencapai 85. Proses edukasi berlangsung interaktif dan konstruktif, menunjukkan bahwa intervensi ini berdampak positif dalam mendukung remaja menjaga kesehatan reproduksi.

DAFTAR RUJUKAN

- Aisyah et al., 2023. Aisyah S, Dwiastiti Irianto I, Zuraida Muhsinin S, et al. Perilaku Remaja Putri dalam Mempertahankan Kesehatan Reproduksi Saat Menstruasi. *J Pendidik Tambusai*. 2023;Tombeg, 2024Djama et al., 2022:3738-3743.
- Djama et al., 2022. Djama NT, Lante N, Bansu IA. Kesehatan Reproduksi Remaja. *Eureka Media Aksara*; 2022.
- Ghofur et al., 2023. Ghofur FM, Yunita RD, Aningsih S. Hubungan Tingkat Pengetahuan dan Perilaku Remaja dengan Personal Hygiene Saat Menstruasi. *J Ilm Kesehat Rustida*. 2023;Nurhayati et al., 2023Djama et al., 2022:66-75. doi:Nurhayati et al., 2023.55500/jikr.vNurhayati et al., 2023iDjama et al., 2022.181
- Hanum et al., 2021. Hanum DF, Rochmah N, Nabila MA. Edukasi Kesehatan Reproduksi Remaja Putri Tentang Personal Hygiene Saat Menstruasi. *Indones J Community Dedication Heal*. 2021;Djama et al., 202202:15. doi:Nurhayati et al., 2023.30587/ijcdh.vDjama et al., 2022i02.2460
- Hastuty & Nasution, 2023. Hastuty YD, Nasution NA. Pengetahuan Dan Perilaku Personal Hygiene Remaja Putri Saat Menstruasi. *Djama et al., 2022st ed. PT. Sonpedia Publishing Indonesia*; 2023.
- Karima & Karjatin, 2021. Karima dzatin dzihna, Karjatin A. Pengaruh Media Kalender Terhadap Pengetahuan Pencegahan Nyeri Menstruasi Dismenorea Pada Remaja Putri. *J Kesehat Siliwangi*. 2021;Hastuty & Nasution, 2023Djama et al., 2022:284-289. <http://jurnal.polkesban.ac.id/index.php/jks/article/view/670>
- Meinarisa, 2019. Meinarisa M. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Menstrual Hygiene PMH Terhadap Sikap Remaja Putri dalam Menjaga Kebersihan Diri Selama Menstruasi. *J Endur*. 2019;Rokayah et al., 2021Djama et al., 2022:141. doi:Nurhayati et al., 2023.22216/jen.vRokayah et al., 2021iDjama et al., 2022.3542

- Notoatmodjo, 2020. Notoatmodjo S. Promosi Kesehatan Dan Perilaku Kesehatan Edisi Revisi. Rineka Cipta; 2020.
- Nurhayati et al., 2023. Nurhayati P, Nur Hartiningsih S, Isnaeni Y. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Menggunakan Media Video, Demonstrasi, Dan Leaflet Terhadap Pengetahuan Sadari Pada Remaja Puteri. *Al-Asalmiya Nurs J Ilmu Keperawatan Journal Nurs Sci.* 2023;Syamson et al., 2022Djama et al., 2022:106-111. doi:Nurhayati et al., 2023.35328/keperawatan.vSyamson et al., 2022iDjama et al., 2022.2294
- Rizki Hasanah et al., 2024. Rizki Hasanah AY, Hartini L, Efriani R. Pengaruh Media Edukasi Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Tentang Hygiene Genitalia Saat Menstruasi Di Smp Negeri Hastuty & Nasution, 2023 Kota Bengkulu. *J Nurs Public Heal.* 2024;Syamson et al., 2022Djama et al., 2022:61-71. doi:Nurhayati et al., 2023.37676/jnph.vSyamson et al., 2022iDjama et al., 2022.6337
- Rokayah et al., 2021. Rokayah Y, Inayanti E, Rusyanti S. Kesehatan Reproduksi Dan Keluarga Berencana KB. *PT Nasya Expanding Management*; 2021.
- Syamson et al., 2022. Syamson MM, Murtini M, M R. Pengaruh Promosi Kesehatan Menstrual Hygiene Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Remaja Menstruasi Awal. *J Ilm Kesehat Sandi Husada.* 2022;Karima & Karjatin, 2021Djama et al., 2022:89-95. doi:Nurhayati et al., 2023.35816/jiskh.vKarima & Karjatin, 2021iDjama et al., 2022.700
- Tombeg, 2024. Tombeg Z. Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Kelas Viii Tentang Personal Hygiene Saat Menstruasi Di UPT SMP Negeri Satap Ghofur et al., 2023 Pendahuluan. 2024;Hastuty & Nasution, 2023Ghofur et al., 2023:73-79.