

Original Article

Pengaruh Pendidikan Kesehatan tentang *Personal Hygiene* Saat Menstruasi terhadap Perubahan Sikap dan Pengetahuan Remaja Putri yang Mengikuti Posyandu Remaja

Siti Aisah

Puskesmas Mandalawangi

Jalan Raya, Mandalawangi, Kec. Mandalawangi, Kabupaten Pandeglang, Banten 42261

Email correspondent: wirnataaisyah@gmail.com

Editor: YL

Diterima: 07/10/2023

Direview: 18/08/2024

Publish: 24/08/2024

Hak Cipta:

©2024 Artikel ini memiliki akses terbuka dan dapat didistribusikan berdasarkan ketentuan Lisensi Atribusi Creative Commons, yang memungkinkan penggunaan, distribusi, dan reproduksi yang tidak dibatasi dalam media apa pun, asalkan nama penulis dan sumber asli disertakan. Karya ini dilisensikan di bawah Lisensi Creative Commons Attribution-Share Alike 4.0 International.

Abstract

Latar Belakang: *Personal hygiene* merupakan perawatan diri sendiri yang dilakukan untuk mempertahankan kesehatan baik secara fisik maupun psikologis.

Tujuan: Untuk mengetahui perbedaan perubahan sikap dan pengetahuan remaja putri yang mengikuti posyandu remaja sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan tentang *personal hygiene* saat menstruasi di wilayah kerja UPT Puskesmas Mandalawangi

Metode: Penelitian ini merupakan penelitian jenis *Quasy Experimental* yaitu jenis penelitian yang bertujuan untuk mengukur efek dari suatu intervensi terhadap hasil tertentu yang diprediksi sebelumnya. Dengan menggunakan *one group pre-test and post-test design*. Populasi berjumlah 30 orang dan sampel yang diambil sebanyak 30 responden dengan teknik *total sampling*. Instrument yang digunakan yaitu kuesioner. Analisa data dalam penelitian ini dilakukan menggunakan analisis univariat, dan bivariat menggunakan uji *paired sampel T-test*.

Hasil: Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengaruh sikap remaja putri yang mengikuti posyandu remaja sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan tentang *personal hygiene* saat menstruasi ($p\text{-value} = 0,016 < 0,05$). Pengaruh pengetahuan remaja putri yang mengikuti posyandu remaja sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan tentang *personal hygiene* saat menstruasi ($p\text{-value} = 0,000 < 0,05$).

Kesimpulan: Terdapat perbedaan sikap dan pengetahuan remaja putri yang mengikuti posyandu remaja sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan tentang *personal hygiene* saat menstruasi di wilayah kerja UPT Puskesmas Mandalawangi tahun 2023.

Kata Kunci: pendidikan kesehatan, pengetahuan, *personal hygiene*, sikap

Pendahuluan

Masa remaja adalah masa peralihan atau transisi dari masa kanak-kanak ke masa dewasa dengan batasan usia 10-19 tahun, yang ditandai dengan perubahan fisik dan psikologis. Perubahan fisik pada remaja putri ditandai dengan salah satunya adalah menstruasi. Menstruasi

merupakan perdarahan yang teratur dari uterus sebagai tanda bahwa organ kandungan telah berfungsi matang. *Personal Hygiene* saat menstruasi sangatlah penting dilakukan oleh wanita dengan tujuan untuk memelihara kebersihan dan kesehatan diri sendiri baik secara fisik maupun mental. *Personal hygiene* saat menstruasi merupakan langkah awal untuk mewujudkan kesehatan diri karena tubuh yang bersih akan meminimalkan risiko seseorang terjangkit suatu penyakit.¹

Menurut *World Health Organization (WHO) (2020)* menyatakan bahwa *hygiene* atau kebersihan adalah tindakan kebersihan yang mengacu pada kondisi untuk menjaga kesehatan dan mencegah penyebaran penyakit.² *Personal hygiene* atau kebersihan diri merupakan tindakan merawat diri sendiri termasuk dalam memelihara kebersihan bagian tubuh seperti rambut, mata, hidung, mulut, gigi, dan kulit. *Personal hygiene* saat menstruasi adalah tindakan memelihara kebersihan khususnya daerahewanitaan pada saat menstruasi. Tujuan *personal hygiene* menstruasi adalah untuk meningkatkan derajat kesehatan, memelihara kesehatan diri, mencegah penyakit serta meningkatkan kepercayaan diri saat menstruasi. *Personal Hygiene* pada saat menstruasi berkaitan dengan pemeliharaan kesehatan spesifik wanita selama menstruasi. Pengetahuan mengenai menstruasi, perubahan fisik selama pubertas dan *personal hygiene* pada saat menstruasi perlu diberikan kepada remaja putri untuk mempersiapkan fisik dan psikologis mereka dalam menghadapi transisi pubertas serta mencegah terjadinya masalah infeksi organ reproduksi.³

Berdasarkan data *World Health Organization (WHO)* tahun 2015, Jumlah remaja di dunia diperkirakan mencapai angka 1,2 milyar atau 18% dari jumlah penduduk di dunia. Persentase tersebut sebanding dengan persentase jumlah remaja di Indonesia yaitu sebanyak 43,5 juta orang atau sekitar 18% dari penduduk di Indonesia. Indonesia memiliki populasi masyarakat usia muda dimana 45% dari 250 juta penduduknya berusia di bawah 25 tahun, dan hamper 1 berbanding 5 adalah remaja berusia 10-19 tahun. Dua puluh empat juta remaja perempuan memiliki atau akan segera mencapai menarche, dengan usia rata-rata saat menstruasi pertama 13 tahun. Data menunjukkan bahwa banyak remaja perempuan yang tidak siap untuk masa transisi (pubertas) ini: seperempat dari populasi mereka belum pernah berdiskusi mengenai menstruasi dengan siapa pun sebelum menstruasi pertama dan 17% tidak menyadari bahwa menstruasi adalah tanda fisik pubertas.⁴

Data Riset Kesehatan Dasar (2018) menyebutkan bahwa usia 10-14 tahun sebanyak 86,3% merupakan kategori kelompok umur yang paling banyak belum mendapatkan penyuluhan yang umumnya adalah anak usia sekolah menengah pertama. Kurangnya pengetahuan remaja putri dan informasi yang tepat tentang kesehatan organ reproduksi, dapat menimbulkan kurangnya tanggung jawab terhadap kesehatan organ reproduksinya.⁵ Menurut Data Pusat Statistik Provinsi Banten (2022), Jumlah Remaja Putri Sebanyak 483.802 Orang, 70% sudah pernah mendapatkan Pendidikan kesehatan dan mengetahui tentang *Personal Hygiene* saat menstruasi.⁶ Kabupaten Pandeglang (BPS, 2018) jumlah Remaja Putri Sebanyak 45.855 Orang, 50% diantaranya tidak mengetahui waktu pergantian pembalut, cara penggunaan celana dalam saat menstruasi dan kebersihan genitalia.⁷

Salah satu cara yang tepat untuk menambah pengetahuan adalah dengan pemberian pendidikan kesehatan. Pemberian pendidikan kesehatan merupakan salah satu cara yang tepat untuk merubah gaya hidup masyarakat. Untuk itu sebelum seseorang merubah gaya hidup, mereka harus terlebih dahulu memiliki pengetahuan, sikap, tindakan, dan mendapatkan akses layanan yang baik tentang Kesehatan.⁸ Meskipun di Indonesia sudah banyak dilaksanakan

penelitian tentang *Personal Hygiene* saat menstruasi pada remaja putri, tetapi di Kabupaten Pandeglang khususnya di wilayah kerja UPT Puskesmas Mandalawangi belum pernah diteliti sehingga penulis tertarik untuk melakukan penelitian. Menurut Survei Demografi Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2017 perilaku remaja putri dalam menjaga hygiene pada saat menstruasi masih buruk, yaitu 63,9%, penyebabnya karena kurang pengetahuan dan informasi tentang personal hygiene pada saat menstruasi.⁹

Survei awal yang dilakukan penulis dengan mewawancarai remaja putri yang mengikuti kegiatan posyandu remaja sebanyak 30 orang diambil sampel 10 remaja putri yang telah menstruasi, 6 diantara mereka tidak mengetahui tentang *Personal Hygiene* saat menstruasi seperti pergantian pembalut, pergantian celana dalam, cara menjaga kebersihan alat genitalia. Remaja putri tidak mengetahui setiap berapa kali harus mengganti pembalut dalam sehari dan pergantian pembalut yang sangat diharuskan seperti saat di sekolah dan pada malam hari. Remaja putri mengganti pembalut hanya dua kali dalam sehari. Padahal mengganti pembalut 3-4 jam sekali merupakan hal yang paling penting dilakukan demi kenyamanan mencegah bau dan infeksi. Penelitian mengenai Pendidikan Kesehatan tentang *Personal Hygiene* Saat Menstruasi terhadap Perubahan Sikap dan Pengetahuan Remaja Putri yang mengikuti posyandu remaja di wilayah kerja UPT Puskesmas Madalawangi Kab. Pandeglang dirasa sanga penting untuk diteliti, mengingat banyak sekali kaum perempuan khususnya remaja putri pada usia subur masih kurang faham tentang *Personal Hygiene* saat menstruasi oleh karena itu langkah yang paling baik untuk meningkatkan pengetahuan remaja putri yaitu melalui pemberian edukasi kesehatan. Berdasarkan latar belakang di atas, maka penulis tertarik melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Pendidikan Kesehatan tentang *Personal Hygiene* Saat Menstruasi terhadap Perubahan Sikap dan Pengetahuan Remaja Putri di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Mandalawangi Kabupaten Pandeglang Tahun 2023”

Metode

Penelitian ini merupakan penelitian jenis *Quasy Experimental* yaitu jenis penelitian yang bertujuan untuk mengukur efek dari suatu intervensi terhadap hasil tertentu yang diprediksi sebelumnya. Dengan menggunakan *one group pre-test and post-test design*. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh remaja putri yang mengikuti posyandu remaja di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Mandalawangi Kab. Pandeglang Tahun 2023 yang berjumlah 30 orang. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan total sampling. Sehingga jumlah sampel sebanyak 30 orang. Data Primer adalah data yang didapat secara langsung dari responden/sampel meliputi: identitas responden, dan keluhan selama menstruasi dan sikap hygiene. Data sekunder adalah sumber data penelitian yang diperoleh melalui media perantara atau secara tidak langsung yang berupa jurnal, buku, dokumen, catatan, bukti yang telah ada, atau arsip baik yang dipublikasikan maupun yang tidak dipublikasikan secara umum. Analisis bivariat dalam penelitian ini jika distribusi data normal menggunakan uji *paired sampel T-test* yang bertujuan untuk menguji pengaruh pendidikan kesehatan tentang *Personal Hygiene* saat menstruasi terhadap perubahan sikap dan pengetahuan remaja putri.

Hasil

Tabel 1. Distribusi frekuensi sikap remaja putri tentang *personal hygiene* saat menstruasi sebelum dan sesudah diberikan pendidikan Kesehatan menggunakan Media Leaflet

Sikap sebelum	Frekuensi (F)	Persentase (%)
Negatif	25	83.3

Positif	5	16.7
Sikap sesudah		
Negatif	3	10
Positif	27	90
Pengetahuan sebelum		
Kurang	25	83.3
Baik	5	16.7
Pengetahuan sesudah		
Kurang	3	10
Baik	27	90

Berdasarkan tabel 1 diatas menunjukkan bahwa dari 30 remaja putri 25 orang (83.3%) sebelum diberikan pendidikan kesehatan diantaranya memiliki sikap negative sedangkan 5 orang (16.7 %) memiliki sikap positif tentang *personal hygiene* saat menstruasi pada remaja putri di wilayah kerja UPT Puskesmas Madalawangi Tahun 2023. Dari 30 remaja putri 3 orang (10 %) setelah diberikan pendidikan kesehatan diantaranya memiliki sikap negative sedangkan 27 orang (90 %) memiliki sikap positif tentang *Personal Hygiene* saat menstruasi pada remaja putri di wilayah kerja UPT Puskesmas Madalawangi Tahun 2023, hal ini membuktikan bahwa pendidikan kesehatan tentang *personal hygiene* saat menstruasi pada remaja putri di wilayah kerja UPT Puskesmas Mandalawangi Tahun 2023 sangat efektif dilakukan.

Berdasarkan tabel 1 diatas menunjukkan bahwa dari 30 remaja putri 25 orang (83.3 %) diantaranya sebelum diberikan pendidikan kesehatan memiliki pengetahuan yang kurang, dan 5 orang (16.7 %) memiliki pengetahuan yang baik tentang *personal hygiene* saat menstruasi pada remaja putri di wilayah kerja UPT Puskesmas Madalawangi Kab. Pandeglang Tahun 2023. Dari 30 remaja putri tidak ada satu orangpun setelah diberikan pendidikan kesehatan memiliki pengetahuan yang kurang, 3 orang (10 %) memiliki pengetahuan yang cukup dan 27 orang (90 %) memiliki pengetahuan yang baik tentang *personal hygiene* saat menstruasi pada remaja putri di wilayah kerja Puskesmas Madalawangi tahun 2023, hal ini dapat disimpulkan bahwa pendidikan kesehatan tentang *personal hygiene* saat menstruasi pada remaja putri di wilayah kerja UPT Puskesmas Mandalawangi tahun 2023 memberikan pengaruh dalam meningkatkan pengetahuan kesehatan remaja putri.

Tabel 2. Paired Sample T-Test Sikap Remaja Putri dan Pengetahuan Remaja Putri

Variable	N	Pre-test/Post-test Mean, + SD	T	P-value/ Sig. (2-tailed)
Sikap Remaja Putri	30	-.33333+ .71116-	-2.567	.016
Pengetahuan Remaja Putri	30	-1.267+ .828	-8.382	0.000

Tabel tersebut menunjukkan hasil uji *paired t-test* sikap remaja putri dengan nilai *p-value* 0.016 dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh yang signifikan antara sebelum dan sesudah diberikan Pendidikan kesehatan dengan media leaflet (*sig* $0.016 < 0.05$). Tabel tersebut menunjukkan hasil uji *paired t-test* pada pengetahuan remaja putri dengan nilai *p-value* 0.000 dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh yang signifikan antara sebelum dan sesudah diberikan pendidikan Kesehatan dengan media leaflet (*sig* $0.000 < 0.05$).

Pembahasan

Sikap Responden Sebelum dan Sesudah diberikan Pendidikan dengan Media Leaflet

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan jumlah distribusi rerata sikap remaja putri di posyandu wilayah kerja UPT Puskesmas Mandalawangi dapat diketahui bahwa sebelum diberikan pendidikan yaitu Rata-rata skor *pre-test* sikap sebesar 6,88 point, 7,00 point untuk nilai median, 2,533 untuk nilai SD, dengan nilai minimal 2 sedangkan nilai maksimal nya 10 dan diyakini benar bahwa rerata sikap berada pada rentang 6,17 sampai dengan 7,58. Dan rerata nilai *Post-test* sebesar 9,07 point, 9,00 point untuk nilai median, 1,735 untuk nilai SD, dengan nilai minimal 4 sedangkan nilai maksimal nya 10 dan diyakini benar bahwa rerata sikap berada pada rentang 8,59 sampai dengan 9,56. Dengan nilai *p-value* sebesar $0,000 < 0,005$. Hasil uji tersebut menunjukkan bahwa adanya pengaruh pendidikan Kesehatan menggunakan media leaflet terhadap sikap remaja putri. Hasil penelitian ini sejalan dengan peneliti terdahulu yang dilakukan oleh Marieme wiwin dolang (2020) yang menyatakan bahwa ada pengaruh pendidikan kesehatan tentang *personal hygiene* saat menstruasi terhadap pengetahuan remaja putri dalam melakukan higiene pada seluruh siswi di SMPN 1 Masohi.¹⁰ Selanjutnya Meinarisa (2018) dengan judul pengaruh pendidikan kesehatan menstrual hygiene terhadap sikap remaja putri dalam menjaga kebersihan diri selama menstruasi yang dilakukan pada seluruh remaja putri di SMPN 24 dan 3 Kota Jambi di mana hasil penelitiannya menunjukan bahwa ada pengaruh pendidikan kesehatan menstrual hygiene terhadap sikap remaja putri dalam menjaga kebersihan diri selama menstruasi yaitu ditunjukkan dengan nilai signifikansi 0,000.¹¹

Seiring dengan proses interaksi yang berlangsung dinamis akan menjadikan pengetahuan yang didapat menjadi sesuatu yang akhirnya menyatu dengan individu tersebut dan sedikit banyaknya akan mempengaruhi sikap remaja putri tersebut.¹² Dikarenakan saat remaja putri mengetahui seberapa pentingnya *personal hygiene* saat menstruasi bagi mereka, secara tidak langsung pikirannya merespon untuk melakukan tindakan yang sesuai dengan apa yang mereka ketahui, karena dengan memberikan informasi yang baik itu sangat penting, setidaknya mereka tahu tindakan yang akan dilakukannya nanti. Apabila bertemu dalam keadaan yang mereka sudah ketahui terlebih dahulu maka mereka dapat segera mengatasi masalah tersebut dengan sikap mereka sesuai dengan pengetahuan yang dimiliki.¹³ Didukung oleh pendapat Nototmodjo (2018), disebutkan bahwa pengetahuan dan sikap berhubungan secara konsisten, bila komponen kognitif (pengetahuan) berubah akan diikuti perubahan sikap.¹⁴

Teori tersebut terbukti ketika peneliti melakukan pemberian pendidikan kesehatan tentang *personal hygiene* saat menstruasi yaitu adanya perbedaan sikap pada remaja putri sebelum dan setelah diberikan Pendidikan Kesehatan menggunakan media leaflet. Menurut asumsi peneliti pemberian Pendidikan Kesehatan menggunakan media leaflet berpengaruh signifikan terhadap perubahan sikap remaja putri dimana terjadi perubahan sikap dalam menjaga kebersihan diri atau *hygiene* saat menstruasi, Leaflet mengandung materi sebagai bahan pengajaran sehingga remaja putri dapat memahami isi atau materi yang disampaikan tersebut. Penyusunan leaflet sebagai bahan ajar biasanya lebih sistematis serta lebih menarik dan mudah dimengerti bahasanya. Hal ini bertujuan untuk membuat pembacanya lebih berminat dan motivasi belajar menjadi lebih meningkat. desain leaflet di buat lebih cermat agar lebih menarik dan umumnya menggunakan bahasa yang mudah dipahami, sederhana dan singkat serta dilengkapi dengan ilustrasi.

Pengetahuan Responden Sebelum dan Sesudah diberikan Pendidikan Kesehatan Menggunakan Media *Leaflet*

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan jumlah distribusi rerata pengetahuan remaja putri di wilayah kerja UPT Puskesmas Madalawangi dapat diketahui bahwa rerata skor *pre-test* pengetahuan pada remaja putri sebelum diberikan pendidikan Kesehatan dengan media leaflet sebesar 6,211 point, 7,00 point untuk nilai mean, 1,730 untuk nilai SD, dengan nilai minimal 2 sedangkan nilai maksimal nya 8 dan diyakini benar bahwa rerata sikap berada pada rentang 5,72 sampai dengan 6,69. Dan rerata nilai *Post-test* sebesar 7,80 point, 8,00 point untuk nilai median, 1,188 untuk nilai SD, dengan nilai minimal 6 sedangkan nilai maksimal nya 10 dan diyakini benar bahwa rerata sikap berada pada rentang 7,47 sampai dengan 8,13. Dengan nilai *p* value sebesar $0,000 < 0,05$. Hasil uji tersebut menunjukkan bahwa adanya pengaruh pendidikan Kesehatan dengan media *leaflet* terhadap pengetahuan remaja putri tentang *personal hygiene* saat menstruasi.

Hasil penelitian ini sejalan dengan peneliti terdahulu yang dilakukan oleh Meinarisa (2018) dan juga Marianne wiwin dolang & Erlin Kiri Wenno (2020) yang menyatakan pada intinya pendidikan kesehatan tentang *personal hygiene* saat menstruasi berpengaruh terhadap pengetahuan remaja putri dalam menjaga kebersihan diri saat menstruasi.^{10,11} Adanya informasi dengan media *leaflet* dapat meningkatkan keinginan responden untuk memperhatikan informasi apa saja yang tersaji. Informasi yang ada di dalam media *leaflet* diperjelas dengan tulisan dan gambar sehingga responden dapat membaca dan memahami isi pesan yang ada di dalam media gambar, maka dapat meningkatkan pengetahuan responden. terjadinya peningkatan pengetahuan responden ini dimana responden dapat membaca dan melihat gambar yang ditampilkan sehingga dapat mempercepat daya ingat responden tentang *personal hygiene* saat menstruasi.¹⁵

Menurut Notoatmodjo, Pengetahuan yang dimiliki seseorang dapat dipengaruhi seberapa banyak informasi yang diperolehnya baik secara langsung maupun tidak langsung. Pengetahuan juga dapat dipengaruhi oleh kecepatan seseorang dalam menerima informasi yang diperoleh, sehingga semakin banyak seseorang memperoleh informasi, maka semakin baiklah pengetahuannya, dan jugasebaliknya. Pengetahuan merupakan hasil dari tahu, dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap objek tertentu. Penginderaan terjadi melalui panca indra manusia yakni indra penglihatan, pendengaran penciuman, rasa dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga. Pengetahuan atau kognitif merupakan dominan yang sangat penting untuk tindakan seseorang.¹⁶

Menurut Asumsi peneliti, Skor pengetahuan setelah diberikan penyuluhan lebih tinggi dari pada sebelum diberikan penyuluhan. Pengetahuan responden meningkat setelah diberikan penyuluhan menunjukkan adanya manfaat pemberian penyuluhan dengan media leaflet. Pemberian informasi oleh peneliti dengan tatap muka memungkinkan sasaran bertanya langsung kepada peneliti bila ada hal-hal yang belum jelas atau dimengerti. Hal ini mengurangi risiko salah interpretasi atau pemahaman pada sasaran. Media leaflet yang kecil dan menarik, dapat mendorong sasaran untuk membaca isinya sehingga memperkuat pemahaman sasaran. Selain itu, kemungkinan karena seluruh responden berusia 14-18 tahun (usia belajar) dan sebagian kecil memiliki pendidikan dasar sehingga semakin mudah menerima informasi. Penyuluhan bermanfaat untuk meningkatkan pengetahuan Responden tentang informasi kesehatan yang diberikan dengan menyebarkan pesan, menanamkan keyakinan dengan media leaflet sehingga sasaran dapat memahami informasi yang diberikan.

Kesimpulan

Berdasarkan dari tujuan penelitian dan hasil penelitian yang diperoleh maka peneliti mengambil kesimpulan sebagai berikut: Distribusi Frekuensi Remaja Putri yang pengikuti posyandu remaja di wilayah kerja UPT Puskesmas Mandalawangi Kab. Pandeglang setelah diberikan Pendidikan Kesehatan tentang *Personal Hygiene* saat menstruasi diantaranya memiliki sikap Positif sebanyak 27 responden (90%), yang memiliki baik sebanyak 27 responden (90%). Terdapat pengaruh yang signifikan terhadap sikap remaja putri yang mengikuti posyandu remaja sebelum dan sesudah dilakukan pendidikan kesehatan tentang *personal hygiene* saat menstruasi di wilayah kerja UPT Puskesmas Mandalawangi Kab. Pandeglang Tahun 2023 dengan nilai ($p\text{-value} = 0,016 < 0,05$). Terdapat pengaruh yang signifikan terhadap pengetahuan remaja putri yang mengikuti posyandu remaja sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan tentang *personal hygiene* saat menstruasi di wilayah kerja UPT Puskesmas Mandalawangi Kab. Pandeglang Tahun 2023 dengan nilai ($p\text{-value} = 0,000 < 0,05$).

Konflik Kepentingan

Peneliti menyatakan bahwa penelitian ini independen dari konflik kepentingan individu dan organisasi

Ucapan Terima Kasih

Ucapan terima kasih kepada seluruh pihak yang terlibat dalam penelitian ini, atas bantuan moril dan materiilnya sehingga penelitian ini selesai dengan baik.

Pendanaan

Sumber keuangan dalam penelitian ini bersumber dari peneliti.

Daftar Pustaka

1. Kusmiran E. Kesehatan Reproduksi Remaja dan Wanita. Jakarta: Salemba Medika; 2012. Available From: <https://inlisite.uin-suska.ac.id/opac/detail-opac?id=20075>
2. Organization WH. Global action plan on physical activity 2018-2030: more active people for a healthier world. World Health Organization; 2019. Available From: <https://iris.who.int/handle/10665/272722>
3. Komariyah L, Mukhoirotin. Potensi Pendidikan Kesehatan terhadap Pengetahuan Personal Hygiene Menstruasi. Jurnal Edu Nursing. 2018;2(1):28–34. Available From: <https://journal.unipdu.ac.id/index.php/edunursing/article/view/1257>
4. Organization WH. World health statistics 2015. World Health Organization; 2015. Available From: <https://www.who.int/data/gho/publications/world-health-statistics>
5. Kementerian Kesehatan RI. Laporan Riskesdas 2018. J Chem Inf Model. 2018;53(9):181–222. Available From: <https://repository.badankebijakan.kemkes.go.id/id/eprint/3514/>
6. Dinkes Provinsi Banten. Profil Kesehatan Provinsi Banten Tahun 2022. Banten: Dinas Kesehatan Provinsi Available From: Banten; 2022. <https://dinkes.bantenprov.go.id/profil-kesehatan-provinsi-bant>
7. Dinas Kesehatan Kabupaten Pandeglang. Profil Dinas Kesehatan Kabupaten Pandeglang. 2021; Available From: <https://scholar.google.com/>
8. Mukarramah. Hubungan Pengetahuan dan Sikap Remaja Puteri Terhadap Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi. Jurnal Kesehatan Luwu Raya. 2020;1:88–95. Available From: <https://jurnalstikesluwuraya.ac.id/index.php/eq/article/view/33>
9. Badan Pusat Statistik, Badan Koordinasi Keluarga Berencanaan Nasional, Departemen Kesehatan, Macro International. Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia 2012. Sdki. 2013;16. Available From: <https://www.bps.go.id/id/news/2012/05/28/6/survei-demografi-dan-kesehatan-indonesia-2012--sdki12-.html>

10. Dolang MW, Rahma R, Ikhsan M. Faktor Yang Berhubungan Dengan Praktik Hygiene Menstruasi Pada Siswi SMA Negeri 1 Sesean Kabupaten Toraja Utara. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*. 2013;9(1):36–44. DOI: <https://doi.org/10.30597/mkmi.v9i1.440>
11. Meinarisa M. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Menstrual Hygiene (PMH) Terhadap Sikap Remaja Putri dalam Menjaga Kebersihan Diri Selama Menstruasi. *Jurnal Endurance*. 2019;4(1):141. DOI: <http://doi.org/10.22216/jen.v4i1.3542>
12. Sirupa TA, Wantania JJE, Suparman E. Pengetahuan, sikap, dan perilaku remaja tentang kesehatan reproduksi. *e-CliniC*. 2016;4(2). DOI: <https://doi.org/10.35790/ecl.v4i2.14370>
13. Setianingsih A PN. Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Terhadap Perilaku Personal Hygiene Menstruasi. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*. 2017;4:15–23. DOI: <https://doi.org/10.33221/jikm.v5i1.310>
14. Notoatmodjo. Pendidikan dan Perilaku kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta. 2018; Available From: <https://lib.ui.ac.id/detail.jsp?id=33283>
15. Prasanti D. Penggunaan Media Komunikasi Bagi Remaja Perempuan Dalam Pencarian Informasi Kesehatan. *LONTAR: Jurnal Ilmu Komunikasi*. 2018;6(1):13–21. Available From: <https://doi.org/10.30656/lontar.v6i1.645>
16. Notoatmodjo S. Konsep Pengetahuan, Pendidikan dan Perilaku Kesehatan. Jakarta, EGC. 2017; Available From: https://www.academia.edu/45172102/Pendidikan_dan_Perilaku_Kesehatan_Jakarta_Rineka_Cipta_Notoatmodjo_S