Journal of Innovative and Creativity
Journal Homepage: https://joecy.org/index.php/joecy
e-mail: journaljoecy@gmail.com

Faculty of Education
University of Pahlawan Tuanku Tambusai
ISSN 2776-771X (Online)
ISSN 2962-570X (Printed)
6 (2) 2026, Page: 47604-47610

Hubungan Pengetahuan Dengan Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi pada Remaja Putri SMP Negeri 3 Cimahi

Tiara Citra Melinda, Iga Retia Mufti
Program Studi Sarjana Kebidanan, Fakultas Kebidanan, Institut Kesehatan Rajawali Bandung
Program Studi Sarjana Kebidanan, Fakultas Kebidanan, Institut Kesehatan Rajawali Bandung
Alamat: Jl. Rajawali Barat No. 38, Bandung
Korespondensi penulis: tiaracitra101@gmail.com

Published: September , 2026

ABSTRACT

Background: Personal hygiene during menstruation is an essential part of adolescent girls' reproductive health; inadequate knowledge of menstrual personal hygiene increases the risk of reproductive tract disorders. Objective: This study aimed to determine the relationship between knowledge and personal hygiene behavior during menstruation among adolescent girls at SMP Negeri 3 Cimahi in 2026. Methods: A quantitative correlational-analytic design with a cross-sectional approach was used. The sample consisted of 67 students selected through proportionate stratified random sampling. Data were collected using a knowledge and menstrual personal hygiene behavior questionnaire and analyzed univariately and bivariately using Fisher's Exact Test. Results: Most respondents had poor knowledge (48 respondents, 71.6%) and poor personal hygiene behavior (33 respondents, 49.3%). Bivariate analysis showed a significant relationship between knowledge and personal hygiene behavior ($p = 0.001$; $p < 0.05$); respondents with good knowledge tended to show better personal hygiene behavior. Conclusion: There is a significant relationship between knowledge and personal hygiene behavior during menstruation among adolescent girls at SMP Negeri 3 Cimahi.

Keywords: *adolescent girls; knowledge; menstruation; personal hygiene behavior*

ABSTRAK

Latar Belakang: Personal hygiene saat menstruasi merupakan bagian penting dari kesehatan reproduksi remaja putri. Kurangnya pengetahuan mengenai personal hygiene saat menstruasi dapat meningkatkan risiko gangguan kesehatan reproduksi. Tujuan Penelitian: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pengetahuan dengan perilaku personal hygiene saat menstruasi pada remaja putri di SMPN 3 Cimahi Tahun 2026. Metode Penelitian: Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan analitik korelasi dan rancangan cross sectional. Sampel berjumlah 67 siswi dengan teknik proportionate stratified random sampling. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner pengetahuan dan perilaku personal hygiene saat menstruasi. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat menggunakan uji Fisher Exact Test. Hasil Penelitian: Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki pengetahuan kurang sebanyak 48 responden (71,6%) dan perilaku personal hygiene kurang sebanyak 33 responden (49,3%). Hasil analisis bivariat menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan perilaku personal hygiene saat menstruasi dengan nilai p-value = 0,001 ($p<0,05$). Responden dengan pengetahuan baik cenderung memiliki perilaku personal hygiene yang lebih baik. Simpulan: Terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan perilaku personal hygiene saat menstruasi pada remaja putri di SMP Negeri 3 Cimahi Tahun 2026.
Kata kunci: menstruasi; perilaku personal hygiene; pengetahuan; remaja putri

© The Author(s). 2021 Open Access This article is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License, which permits use, sharing, adaptation, distribution and reproduction in any medium or format, as long as you give appropriate credit to the original author(s) and the source, provide a link to the Creative Commons licence, and indicate if changes were made. The images or other third party material in this article are included in the article's Creative Commons licence, unless indicated otherwise in a credit line to the material. To view a copy of this licence, visit http://creativecommons.org/licenses/by/4.0

PENDAHULUAN

Menstruasi merupakan bagian normal dari siklus reproduksi perempuan yang menandai kematangan fisiologis, namun tetap membawa tantangan kesehatan dan sosial bagi remaja putri apabila tidak diiringi praktik personal hygiene yang memadai (Hastuty & Nasution, 2023). Manajemen kebersihan menstruasi (menstrual hygiene management) mencakup penggunaan bahan penyerap yang sesuai, frekuensi penggantian, cara membersihkan alat genital, serta pengelolaan dan pembuangan bahan menstruasi. Praktik yang kurang baik dapat meningkatkan risiko infeksi saluran reproduksi (ISR), menurunkan kenyamanan fisik, dan berdampak pada kesejahteraan psikososial serta kehadiran

remaja di sekolah. World Health Organization (2022) menegaskan bahwa manajemen kebersihan menstruasi bukan sekadar isu teknis, melainkan juga isu hak kesehatan yang menyentuh aspek pendidikan dan kesetaraan gender, sehingga penanganannya perlu dilakukan secara sistemik mulai dari fasilitas sekolah hingga edukasi yang komprehensif di komunitas.

Data nasional menunjukkan bahwa mayoritas remaja putri di Indonesia masih memiliki perilaku kebersihan menstruasi yang kurang optimal, dengan proporsi cukup besar belum menerapkan praktik personal hygiene secara benar. Kondisi ini erat kaitannya dengan rendahnya pengetahuan serta terbatasnya akses informasi yang akurat mengenai personal hygiene saat menstruasi, di samping faktor stigma dan keterbatasan fasilitas sanitasi. Kondisi serupa juga ditemukan di sejumlah sekolah di Jawa Barat, termasuk di Kota Cimahi. Studi pendahuluan yang dilakukan terhadap 10 siswi di SMP Negeri 3 Cimahi pada Oktober 2025 menunjukkan bahwa sebagian siswi belum mengetahui waktu ideal penggantian pembalut dan cara membersihkan organ kewanitaan dengan benar, tidak rutin mengganti pembalut setiap 4–6 jam, tidak mencuci tangan sebelum dan sesudah mengganti pembalut, membasuh area genital dari arah yang keliru, serta belum memahami cara pembuangan pembalut bekas yang benar. Fasilitas pendukung kebersihan di sekolah, seperti tempat sampah di toilet, sabun cuci tangan, dan air bersih, juga masih kurang memadai.

Fenomena tersebut menunjukkan adanya kesenjangan antara pengetahuan yang dimiliki remaja dan perilaku yang diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Hubungan antara kedua variabel ini sering diasumsikan positif, yaitu semakin tinggi pengetahuan seseorang maka semakin baik pula perilaku kebersihannya, namun pembuktian empiris tetap diperlukan untuk mengetahui apakah hubungan tersebut benar terjadi dan seberapa kuat korelasinya pada konteks tertentu. Kerangka pikir penelitian ini merujuk pada teori Health Belief Model (HBM) yang menjelaskan bahwa perilaku kesehatan seseorang sangat dipengaruhi oleh tingkat pengetahuannya terhadap risiko dan manfaat suatu tindakan, meskipun pengetahuan yang baik belum tentu menghasilkan perilaku yang baik tanpa disertai persepsi risiko, manfaat, dan dukungan lingkungan (Nengsi et al., 2024). Kesenjangan lokal semacam ini penting ditelaah agar dapat dirumuskan rekomendasi yang kontekstual bagi sekolah, khususnya SMP Negeri 3 Cimahi. Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara pengetahuan dengan perilaku personal hygiene saat menstruasi pada remaja putri di SMP Negeri 3 Cimahi Tahun 2026.

KAJIAN TEORITIS

Pengetahuan merupakan hasil dari proses mengetahui suatu objek melalui indera, yang mencakup informasi yang belum tentu tersusun secara sistematis maupun teruji kebenarannya secara ilmiah (Abuddin, 2018, dalam Hastuty & Nasution, 2023). Pengetahuan seseorang dapat dikategorikan ke dalam beberapa tingkatan, mulai dari tahu, memahami, aplikasi, analisis, sintesis, hingga evaluasi (Suharyanta, 2020). Tingkat pengetahuan dipengaruhi oleh faktor internal, seperti pendidikan, pengalaman, dan keyakinan, serta faktor eksternal, seperti ketersediaan fasilitas informasi, kondisi sosial-ekonomi, dan lingkungan sosial budaya (Siger, 2021). Secara operasional, pengetahuan diukur melalui kuesioner dan dikategorikan menjadi baik (76–100%), cukup (56–75%), dan kurang (<56%).

Perilaku merupakan segala aktivitas manusia, baik yang dapat diamati secara langsung (perilaku terbuka) maupun yang belum dapat diamati secara langsung, seperti pengetahuan dan sikap (perilaku tertutup) (Notoatmodjo, 2012; Wawan & Dewi, 2010). Perilaku kesehatan seseorang dipengaruhi oleh faktor predisposisi berupa pengetahuan dan sikap, faktor pemungkin berupa sarana dan prasarana, serta faktor penguat berupa dukungan lingkungan sosial. Dalam konteks kesehatan reproduksi, perilaku personal hygiene saat menstruasi mencerminkan penerapan praktis dari pengetahuan yang dimiliki, seperti frekuensi penggantian pembalut, kebiasaan mencuci tangan, serta cara membersihkan area genital, dan dapat dikategorikan menjadi perilaku baik (80–100%), cukup (60–79%), dan kurang (<60%).

Personal hygiene saat menstruasi adalah upaya menjaga kesehatan dan kebersihan diri, khususnya pada area kewanitaan, selama periode menstruasi berlangsung (Sari & Agustin, 2018; Hastuty & Nasution, 2023). Aspek yang termasuk di dalamnya antara lain kebersihan tubuh dan organ genitalia, penggunaan pembalut yang bersih dan diganti secara rutin, kebersihan pakaian dan pemilihan celana dalam yang nyaman, serta kebiasaan mencuci tangan sebelum dan sesudah membersihkan area

genital. Praktik yang kurang tepat dapat meningkatkan risiko infeksi saluran reproduksi serta menimbulkan dampak psikis maupun psikososial bagi remaja.

Sejumlah penelitian terdahulu memberikan gambaran yang relevan dengan penelitian ini. Adyani et al. (2023) melaporkan bahwa sebagian besar remaja putri di SMP Al Islah Plus Ampelgading Pemalang memiliki pengetahuan rendah tentang personal hygiene saat menstruasi. Mohammed-Amin dan Faris (2025) menemukan pola serupa pada remaja putri sekolah menengah di Sulaymaniyah, Irak. Narmin et al. (2025) serta Wulandari et al. (2024) melaporkan adanya hubungan yang signifikan antara pengetahuan dan perilaku personal hygiene saat menstruasi, sementara Ghofur et al. (2023) menemukan bahwa hubungan tersebut tidak selalu signifikan apabila tidak diimbangi dengan motivasi dan dukungan fasilitas. Kajian-kajian ini menjadi dasar bagi hipotesis penelitian, yaitu terdapat hubungan antara pengetahuan dengan perilaku personal hygiene saat menstruasi pada remaja putri di SMP Negeri 3 Cimahi.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan rancangan kuantitatif dengan pendekatan analitik korelasi dan desain cross sectional, yaitu pengukuran variabel independen dan dependen dilakukan pada waktu yang bersamaan (Notoatmodjo, 2022). Variabel independen dalam penelitian ini adalah pengetahuan remaja putri tentang personal hygiene saat menstruasi, sedangkan variabel dependen adalah perilaku personal hygiene saat menstruasi. Penelitian dilaksanakan di SMP Negeri 3 Cimahi pada bulan Februari 2026.

Populasi penelitian adalah seluruh remaja putri kelas VIII di SMP Negeri 3 Cimahi yang berjumlah 206 siswi. Besar sampel ditentukan menggunakan rumus Slovin dengan tingkat kepercayaan 90%, sehingga diperoleh sampel sebanyak 67 siswi yang tersebar secara proporsional pada 11 kelas paralel menggunakan teknik proportionate stratified random sampling (Sugiyono, 2023). Kriteria inklusi meliputi siswi kelas VIII yang telah mengalami menstruasi, berusia 13–14 tahun, bersedia menjadi responden, mampu membaca dan memahami kuesioner secara mandiri, serta hadir saat pengumpulan data; sedangkan kriteria eksklusi adalah siswi yang tidak hadir saat pengambilan data atau mengisi kuesioner secara tidak lengkap.

Data dikumpulkan menggunakan kuesioner pengetahuan (pertanyaan dengan alternatif jawaban benar–salah) dan kuesioner perilaku personal hygiene saat menstruasi (skala Likert empat poin) yang telah dilakukan uji validitas dan reliabilitas. Pengolahan data dilakukan melalui tahap editing, coding, entry, dan cleaning (Notoatmodjo, 2018). Analisis univariat digunakan untuk mendeskripsikan distribusi frekuensi dan persentase setiap variabel, sedangkan analisis bivariat digunakan untuk menguji hubungan antara pengetahuan dan perilaku personal hygiene saat menstruasi. Uji Chi-Square tidak dapat digunakan karena terdapat 5 sel (55,6%) dengan nilai expected count kurang dari 5 (nilai minimum 1,57), sehingga analisis dilanjutkan menggunakan Fisher's-Freeman-Halton Exact Test dengan taraf signifikansi 0,05.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengumpulan data dilaksanakan pada bulan Februari 2026 di SMP Negeri 3 Cimahi terhadap 67 responden yang memenuhi kriteria inklusi. Hasil penelitian diperoleh melalui analisis univariat dan bivariat menggunakan uji Fisher's-Freeman-Halton Exact Test, yang diuraikan sebagai berikut.

Gambaran Pengetahuan dan Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi

Distribusi frekuensi tingkat pengetahuan dan perilaku personal hygiene saat menstruasi pada remaja putri di SMP Negeri 3 Cimahi disajikan pada Tabel 1 dan Tabel 2.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Remaja Putri tentang Personal Hygiene Saat Menstruasi di SMPN 3 Cimahi Tahun 2026

Pengetahuan	N	%
Baik	7	10,4
Cukup	12	17,9
Kurang	48	71,6

Total	**67**	**100,0**

Sumber: Data primer (2026).

Berdasarkan Tabel 1, mayoritas responden memiliki pengetahu an yang kurang tentang personal hygiene saat menstruasi, yaitu sebanyak 48 responden (71,6%), diikuti kategori cukup sebanyak 12 responden (17,9%) dan kategori baik hanya 7 responden (10,4%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi pada Remaja Putri di SMPN 3 Cimahi Tahun 2026

Perilaku	N	%
Baik	19	28,4
Cukup	15	22,4
Kurang	33	49,3
Total	**67**	**100,0**

Sumber: Data primer (2026).

Berdasarkan Tabel 2, sebagian besar responden memiliki perilaku personal hygiene yang kurang, yaitu sebanyak 33 responden (49,3%), diikuti kategori baik sebanyak 19 responden (28,4%) dan kategori cukup sebanyak 15 responden (22,4%). Hasil ini menunjukkan bahwa hampir separuh remaja putri belum menerapkan praktik personal hygiene secara optimal, baik dalam mengganti pembalut secara rutin, membersihkan area genital, maupun mengelola sampah menstruasi dengan benar. Secara teoritis, pengetahuan personal hygiene saat menstruasi mencakup pemahaman tentang kebersihan tubuh, cara membersihkan area genital, penggunaan pembalut bersih, kebersihan pakaian, serta kebiasaan mencuci tangan untuk mencegah kontaminasi (Hastuty & Nasution, 2023). Kurangnya pemahaman pada aspek-aspek tersebut dapat menghambat remaja dalam menjaga kebersihan diri dan meningkatkan risiko infeksi saluran reproduksi. Temuan ini sejalan dengan Adyani et al. (2023) yang melaporkan bahwa 71,43% remaja putri di SMP Al Islah Plus Ampelgading Pemalang memiliki pengetahuan rendah tentang personal hygiene saat menstruasi, serta Mohammed-Amin dan Faris (2025) yang menemukan bahwa 45,8% remaja putri di Sulaymaniyah, Irak, berada pada kategori pengetahuan rendah. Rendahnya pengetahuan ini diduga dipengaruhi oleh keterbatasan sumber informasi yang valid, baik dari keluarga, sekolah, tenaga kesehatan, maupun media sosial (Maharani et al., 2023), serta norma sosial yang masih menganggap menstruasi sebagai topik sensitif (Narmin et al., 2025).

Sejalan dengan hal tersebut, perilaku personal hygiene yang masih kurang optimal pada penelitian ini sesuai dengan temuan Mohammed-Amin dan Faris (2025) yang melaporkan 42,6% remaja putri di Sulaymaniyah memiliki perilaku kurang, serta Wahyuni (2025) yang menemukan 56,25% responden di SMK Negeri 1 Sirapit, Langkat, berperilaku kurang baik. Menurut Notoatmodjo (2018), perilaku kesehatan tidak hanya dipengaruhi oleh pengetahuan dan sikap, tetapi juga faktor pemungkin seperti ketersediaan sarana kebersihan (pembalut, air bersih, toilet layak) dan faktor penguat seperti dukungan keluarga dan sekolah (Green & Kreuter, 2005). Hal ini menjelaskan mengapa sebagian remaja yang telah memiliki pengetahuan cukup tetap belum menerapkan perilaku hygiene secara konsisten.

Hubungan Pengetahuan dengan Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi

Analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui hubungan antara pengetahuan dengan perilaku personal hygiene saat menstruasi, sebagaimana disajikan pada Tabel 3.

Tabel 3. Analisis Hubungan Pengetahuan dengan Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi pada Remaja Putri di SMPN 3 Cimahi Tahun 2026

Pengetahuan	Baik (n)	Baik (%)	Cukup (n)	Cukup (%)	Kurang (n)	Kurang (%)	Total (n)	Total (%)	P-value
Baik	5	71,4	1	14,3	1	14,3	7	100,0	
Cukup	7	58,3	3	25,0	2	16,7	12	100,0	0,001
Kurang	7	14,0	11	22,9	30	62,5	48	100,0	
Total	**19**	**28,4**	**15**	**22,4**	**33**	**49,3**	**67**	**100,0**	

Sumber: Data primer (2026), diuji dengan Fisher's-Freeman-Halton Exact Test.

Berdasarkan Tabel 3, hasil uji Chi-Square menunjukkan bahwa 5 sel (55,6%) memiliki nilai expected count kurang dari 5 (nilai minimum 1,57) sehingga asumsi uji Chi-Square tidak terpenuhi, dan analisis dilanjutkan menggunakan Fisher's-Freeman-Halton Exact Test. Hasil uji menunjukkan nilai p-value sebesar 0,001 ($p < 0,05$), sehingga dapat disimpulkan terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan perilaku personal hygiene saat menstruasi pada remaja putri di SMP Negeri 3 Cimahi. Responden dengan pengetahuan baik mayoritas memiliki perilaku baik (71,4%), sedangkan responden dengan pengetahuan cukup dan kurang lebih banyak menunjukkan perilaku cukup dan kurang. Pola ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat pengetahuan remaja putri, semakin besar kecenderungan mereka menerapkan perilaku personal hygiene yang baik saat menstruasi.

Temuan ini konsisten dengan penelitian Narmin et al. (2025) yang melaporkan bahwa remaja putri dengan pengetahuan baik di SMP Negeri 18 Palu cenderung memiliki perilaku personal hygiene yang positif, serta Wulandari et al. (2024) yang menemukan hubungan signifikan antara pengetahuan dan perilaku hygiene menstruasi ($p = 0,001$) pada remaja putri di Pondok Pesantren Miftahunnajah, Sleman. Pola serupa juga dilaporkan pada konteks internasional; Ahmed et al. (2025) di Bangladesh dan Ulpan Kuandyk et al. (2025) di Kazakhstan menemukan bahwa pengetahuan yang baik belum tentu diikuti oleh praktik yang konsisten apabila tidak didukung oleh ketersediaan fasilitas dan lingkungan yang memadai. Namun demikian, tidak seluruh penelitian menunjukkan hubungan yang signifikan; Ghofur et al. (2023) melaporkan bahwa hubungan antara pengetahuan dan perilaku personal hygiene saat menstruasi tidak signifikan ($p = 0,335$) karena faktor motivasi dan dukungan lingkungan turut memoderasi hubungan tersebut.

Secara teoritis, hasil ini sejalan dengan Health Belief Model (HBM) yang menjelaskan bahwa pengetahuan seseorang tentang risiko dan manfaat suatu tindakan menjadi dasar terbentuknya perilaku kesehatan, meskipun kekuatan hubungan tersebut juga dipengaruhi oleh faktor pemungkin dan faktor penguat, seperti ketersediaan sarana kebersihan, dukungan keluarga dan sekolah, serta norma sosial budaya (Green & Kreuter, 2005; Kumar et al., 2025). Implikasi dari temuan ini menunjukkan perlunya intervensi edukatif yang bersifat komprehensif, tidak hanya berfokus pada peningkatan pengetahuan, tetapi juga disertai penyediaan fasilitas hygiene menstruasi yang memadai serta pendampingan praktik langsung, seperti demonstrasi penggantian pembalut, agar remaja putri mampu menerapkan personal hygiene saat menstruasi secara tepat, aman, dan konsisten.

KESIMPULAN DAN SARAN

Sebagian besar remaja putri di SMP Negeri 3 Cimahi memiliki tingkat pengetahuan yang kurang mengenai personal hygiene saat menstruasi (71,6%) serta perilaku personal hygiene yang kurang (49,3%). Hasil analisis bivariat menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan perilaku personal hygiene saat menstruasi pada remaja putri di SMP Negeri 3 Cimahi ($p = 0,001$; $p < 0,05$), yang berarti semakin baik tingkat pengetahuan remaja putri, semakin baik pula perilaku personal hygiene yang mereka terapkan saat menstruasi. Meski demikian, hubungan ini tidak bersifat mutlak karena sebagian remaja dengan pengetahuan cukup atau kurang tetap menunjukkan variasi perilaku, sehingga faktor lain seperti fasilitas sanitasi, dukungan keluarga dan sekolah, serta norma sosial turut berperan dalam membentuk perilaku hygiene menstruasi.

Remaja putri disarankan untuk terus meningkatkan pengetahuan mengenai personal hygiene saat

menstruasi melalui berbagai sumber informasi yang kredibel, seperti tenaga kesehatan, guru, dan media edukasi, agar mampu menerapkan perilaku kebersihan menstruasi yang tepat dan konsisten. Pihak SMP Negeri 3 Cimahi disarankan meningkatkan program pendidikan kesehatan reproduksi melalui penyuluhan rutin serta penyediaan fasilitas sanitasi yang memadai, seperti toilet bersih, tempat sampah khusus pembalut, air bersih, dan sabun cuci tangan. Tenaga kesehatan disarankan menjalin kerja sama berkelanjutan dengan pihak sekolah dalam memberikan edukasi kesehatan reproduksi secara berkala. Penelitian selanjutnya disarankan mengembangkan variabel lain yang turut memengaruhi perilaku personal hygiene saat menstruasi, seperti dukungan keluarga, lingkungan sekolah, sikap, dan budaya, dengan jumlah sampel yang lebih besar untuk memperkuat generalisasi hasil penelitian. Penelitian ini memiliki keterbatasan pada desain cross sectional yang tidak dapat menjelaskan hubungan sebab-akibat serta cakupan lokasi penelitian yang terbatas pada satu sekolah, sehingga hasil belum dapat digeneralisasikan secara luas.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada pihak SMP Negeri 3 Cimahi atas izin dan dukungan yang diberikan selama proses pengumpulan data, kepada seluruh responden yang telah bersedia berpartisipasi dalam penelitian ini, serta kepada Fakultas Kebidanan Institut Kesehatan Rajawali Bandung atas fasilitasi akademik yang diberikan. Artikel ini merupakan bagian dari skripsi penulis pada Program Studi Sarjana Kebidanan, Fakultas Kebidanan, Institut Kesehatan Rajawali Bandung.

DAFTAR REFERENSI

Adyani, K., Realita, F., & Setianingsih, P. (2023). Pengetahuan, sikap dan informasi dengan perilaku personal hygiene: Studi kuantitatif. Jurnal Kebidanan, 15(1), 14–27. http://ejurnal.stikeseub.ac.id/index.php/jkeb/article/view/54

Agustin, K., & Sari, R. P. (2018). Personal hygiene saat menstruasi pada siswi kelas VIII di SMP N 1 Masaran. Jurnal Kesehatan Reproduksi, 9(2), 45–52.

Ahmed, T., Hasan, K., Aunto, T. K., Ahmed, T., & Zahid, D. (2025). Menstrual hygiene knowledge and practices among adolescent schoolgirls in flood-affected rural Bangladesh. Reproductive Health, 22(1), 1–12. https://doi.org/10.1186/s12978-025-02041-x

Ghofur, F. M., Yunita, R. D., & Aningsih, S. (2023). Hubungan tingkat pengetahuan dan perilaku remaja dengan personal hygiene saat menstruasi. Jurnal Ilmiah Kesehatan Rustida, 10(1), 66–75. https://e-journal.akesrustida.ac.id/index.php/jikr/article/download/181/150/

Green, L. W., & Kreuter, M. W. (2005). Health program planning: An educational and ecological approach. McGraw-Hill.

Hastuty, Y. D., & Nasution, N. A. (2023). Pengetahuan dan perilaku personal hygiene remaja putri saat menstruasi. PT Sonpedia Publishing Indonesia.

Komsiyah, & Kumalasari, D. (2026). Gambaran pengetahuan, sikap, dan perilaku perawatan diri pada remaja selama menstruasi. Jurnal Keperawatan Berbudaya Sehat, 4(1). https://jurnal.unw.ac.id/index.php/JKBS/article/download/4886/2996

Kumar, S., Kanwar, U., Patel, A., Jha, H., Sharma, B., & Selvam, D. D. (2025). Study to assess knowledge and practice regarding menstrual hygiene among adolescent girls in selected school, Gurugram, Haryana. International Journal of Advanced Multidisciplinary Research and Studies, 5(1), 334–338. https://doi.org/10.62225/2583049X.2025.5.1.3658

Lestari, & Rusida. (2024). Hubungan tingkat pengetahuan personal hygiene terhadap perilaku personal hygiene remaja saat menstruasi: Literature review. Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia, 7(4). https://doi.org/10.56338/mppki.v7i4.4727

Maharani, R., Wathan, F. M., & Handayani, S. (2023). Faktor–faktor yang berhubungan dengan personal hygiene saat menstruasi pada remaja di SMP PG Bunga Mayang Lampung Utara. MAHESA: Malahayati Health Student Journal, 3(12), 4076–4092. https://doi.org/10.33024/mahesa.v3i12.12235

Mohammed-Amin, S. R., & Faris, G. O. (2025). Knowledge, attitude, and practice towards menstrual hygiene management among adolescent school girls in Sulaymaniyah City/Iraq. UHD Journal of Science and Technology, 9(1), 106–113. https://doi.org/10.21928/uhdjst.v9n1y2025.pp106-113

Narmin, Tondong, H. I., Batjo, S. H., Asrawaty, Lisnawati, & Fauziah, L. N. (2025). Pengetahuan berhubungan dengan perilaku remaja putri tentang personal hygiene pada saat menstruasi. Napande Jurnal Bidan, 4(1), 8–14. https://jurnal.poltekkespalu.ac.id/index.php/njb/article/download/3925/1237

Nengsi, F., Hidayah, H., & Wuriani, W. (2024). Perilaku remaja putri dalam menjaga kebersihan organ reproduksi saat menstruasi di Madrasah Tsanawiyah Negeri. Jurnal Kesehatan Remaja, 3(1), 15–22.

Notoatmodjo, S. (2012). Metodologi penelitian kesehatan. Rineka Cipta.

Notoatmodjo, S. (2018). Promosi kesehatan dan perilaku kesehatan. Rineka Cipta.

Salsabila, D. I. B., & Wibowo, S. S. (2026). Hubungan pengetahuan dan sikap terhadap perilaku menstrual hygiene pada remaja putri. Jurnal Universitas Ngudi Waluyo, 9(1), 69–78. https://jurnal.unw.ac.id/index.php/ijm/article/view/4927/3023

Siger, M. (2021). Hubungan pengetahuan dengan perilaku personal hygiene saat menstruasi. Jurnal Kebidanan, 7(1), 55–61.

Sugiyono. (2023). Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D (Sutopo, Ed.). Alfabeta.

Suharyanta, D. (2020). Perilaku personal hygiene. Jurnal Kesehatan Masyarakat, 4(2), 66–72.

Ulpan Kuandyk, Omarova, A., & Delellis, N. (2025). Knowledge, attitudes, and practices of hygiene among children in schools of Central Kazakhstan: A cross-sectional study. Frontiers in Public Health. https://www.frontiersin.org/journals/public-health/articles/10.3389/fpubh.2025.1595672/full

Wahyuni, T. H. T. (2025). Hubungan pengetahuan dengan perilaku personal hygiene saat menstruasi pada remaja putri di SMK Negeri 1 Sirapit Kabupaten Langkat Tahun 2025. Jurnal Praba: Jurnal Rumpun Kesehatan Umum, 3(2), 40–49. https://journal.stikescolumbiasiamdn.ac.id/index.php/Praba/article/view/355

Wawan, A., & Dewi, M. (2010). Teori dan pengukuran pengetahuan, sikap, dan perilaku manusia. Nuha Medika.

World Health Organization. (2022). Guidelines on menstrual health and hygiene. WHO.

Wulandari, R. T., Putri, I. M., & Herfanda, E. (2024). Hubungan pengetahuan dengan perilaku personal-hygiene saat menstruasi pada remaja putri di Pondok Pesantren Miftahunnajah Sleman Yogyakarta. Jurnal Kebidanan, 19(1), 36–45.