

Hubungan Pengetahuan Tentang Vulva Hygiene Dengan Perilaku Vulva Hygiene Saat Menstruasi Pada Remaja Putri Di MTS Hasanuddin Kaliguha

The Relationship Between Knowledge About Vulva Hygiene And Vulva Hygiene Behavior During Menstrual Among Adolescent Females At MTS Hasanuddin Kaliguha

Riona sanjaya¹, Yeni Safitri², Atik Purwasih³, Komalasari⁴, Nopi Anggista Putri⁵
^{1,2,3,4,5} Program Sarjana Kebidanan, Fakultas Kesehatan, Universitas Aisyah Pringsewu Lampung

E-Mail rionasanjaya@aisyahuniversity.ac.id ys052893@gmail.com atikpurwasih26@gmail.com
jasmine.komalaa@gmail.com nopianggista@aisyahuniversity.ac.id

Published: January , 2026

ABSTRAK

Hygiene saat menstruasi merupakan bagian dari vulva hygiene (kebersihan personal) yang memegang peranan penting dalam perilaku kesehatan reproduksi remaja putri. Di Indonesia, data statistik menunjukkan bahwa sekitar 43,3 juta remaja putri berusia 10–14 tahun masih memiliki perilaku hygiene yang kurang baik, dan sekitar 25% remaja perempuan belum memperoleh informasi yang tepat mengenai kebersihan saat menstruasi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara pengetahuan tentang vulva hygiene dengan perilaku vulva hygiene saat menstruasi pada remaja putri. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain *cross-sectional*. Populasi penelitian adalah seluruh remaja putri di MTs Hasanuddin Kaliguha, dengan jumlah sampel sebanyak 84 siswi tahun 2025 yang diambil menggunakan teknik *total sampling*. Penelitian dilaksanakan pada bulan Agustus 2025 di MTs Hasanuddin Kaliguha, Pesawaran. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner dan dianalisis menggunakan uji *chi-square*.

Hasil analisis statistik menunjukkan nilai $p\text{-value} < 0,05$ ($p = 0,001$), yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan tentang vulva hygiene dengan perilaku vulva hygiene saat menstruasi. Remaja putri dengan tingkat pengetahuan yang baik cenderung memiliki perilaku vulva hygiene yang lebih baik. Oleh karena itu, disarankan agar remaja putri meningkatkan pengetahuan mengenai kebersihan diri saat menstruasi, khususnya terkait vulva hygiene.

Kata kunci: Pengetahuan, Perilaku, Vulva Hygiene, Remaja Putri

ABSTRACT

Menstrual hygiene is a component of vulvar hygiene (personal hygiene) that plays an important role in reproductive health behavior among adolescent girls. In Indonesia, statistical data indicate that approximately 43.3 million adolescent girls aged 10–14 years still have poor hygiene practices, and about 25% of adolescent females lack adequate information regarding menstrual hygiene. This study aimed to determine the relationship between knowledge of vulvar hygiene and vulvar hygiene behavior during menstruation among adolescent girls.

This study employed a quantitative method with a cross-sectional design. The population consisted of all adolescent girls at MTs Hasanuddin Kaliguha, with a total sample of 84 female students in 2025 selected using a total sampling technique. The study was conducted in August 2025 at MTs Hasanuddin Kaliguha, Pesawaran. Data were collected using a structured questionnaire and analyzed using the chi-square test.

The results of the statistical analysis showed a $p\text{-value} < 0.05$ ($p = 0.001$), indicating a significant relationship between knowledge of vulvar hygiene and vulvar hygiene behavior during menstruation. Adolescent girls with better knowledge tended to demonstrate better vulvar hygiene practices. Therefore, it is recommended to enhance adolescents' knowledge regarding personal hygiene during menstruation, particularly vulvar hygiene.

Keywords: Knowledge, Behavior, Vulvar Hygiene, Adolescent Girls

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa yang ditandai dengan terjadinya kematangan fisik serta perubahan dalam aspek kognitif, emosional, sosial, dan moral. Pada periode ini, remaja mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang pesat, baik secara fisik, psikologis, maupun intelektual. Remaja juga dihadapkan pada berbagai risiko kesehatan reproduksi, seperti perilaku seksual berisiko, kehamilan remaja, aborsi, kekerasan seksual, pernikahan dini, penyakit menular seksual, serta masalah dalam menjaga kesehatan reproduksi. Oleh karena itu, pemeliharaan kesehatan reproduksi menjadi hal yang sangat penting, khususnya pada remaja putri yang mengalami perubahan signifikan pada organ reproduksinya, salah satunya ditandai dengan terjadinya menstruasi (Hadiningrum Ratnasari, 2024).

Menstruasi merupakan salah satu proses perkembangan fisik reproduksi pada remaja putri yang dipengaruhi oleh hormon reproduksi, seperti follicle stimulating hormone (FSH), estrogen, luteinizing hormone (LH), dan progesteron. Menstruasi didefinisikan sebagai perdarahan periodik dan siklik dari uterus yang disertai dengan peluruhan (deskuamasi) endometrium. Menstruasi pertama (menarche) umumnya terjadi pada usia sekitar 12 tahun atau dua hingga tiga tahun setelah perkembangan payudara. Kondisi ini merupakan proses fisiologis yang memerlukan perhatian dan perawatan khusus agar terhindar dari berbagai gangguan kesehatan reproduksi. Kurangnya perhatian terhadap kebersihan organ intim, terutama vulva saat menstruasi, dapat menyebabkan berkembangnya mikroorganisme patogen yang berpotensi menimbulkan infeksi (Rosyida Desta Ayu Cahya, 2022).

Kebersihan vulva sering kali diabaikan oleh remaja putri, sehingga menciptakan kondisi yang lembap dan mendukung pertumbuhan jamur serta bakteri. Vulva hygiene merupakan tindakan menjaga kebersihan organ kelamin bagian luar yang bertujuan untuk mempertahankan dan meningkatkan kesehatan serta mencegah terjadinya infeksi (Hasanah, 2018). Vulva sebagai bagian luar dari organ reproduksi memiliki hubungan langsung dengan organ intim bagian dalam. Apabila kebersihan vulva tidak dijaga dengan baik sejak dini, maka bakteri dari luar dapat masuk ke dalam vagina dan menimbulkan berbagai masalah kesehatan reproduksi di masa mendatang (Natalia Kristin, 2023). Dampak dari kurangnya penerapan vulva hygiene yang baik saat menstruasi adalah meningkatnya risiko infeksi pada alat reproduksi. Kondisi genital yang lembap dapat memicu pertumbuhan jamur *Candida* dan bakteri yang menyebabkan pruritus vulvae, ditandai dengan rasa gatal, infeksi, serta keputihan. Keputihan patologis yang tidak ditangani dengan baik dapat menimbulkan komplikasi serius, seperti infeksi saluran reproduksi, infertilitas, hingga meningkatkan risiko kanker serviks (Natalia Kristin, 2023).

Keputihan merupakan salah satu masalah kesehatan reproduksi yang paling sering dialami oleh remaja putri. World Health Organization (WHO) menyatakan bahwa sekitar 75% perempuan di dunia pernah mengalami keputihan setidaknya sekali dalam hidupnya, dan sekitar 45% di antaranya mengalami keputihan lebih dari satu kali (Aldriana & Haryanti, 2018). Di Indonesia, data statistik menunjukkan bahwa sekitar 43,3 juta remaja putri usia 10–14 tahun memiliki perilaku hygiene yang kurang baik. Selain itu, hasil riset Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2018) menunjukkan bahwa 5,2% remaja putri di 17 provinsi mengalami gangguan kesehatan akibat ketidakpatuhan dalam menjaga kebersihan saat menstruasi.

Berdasarkan data Survei Kesehatan Reproduksi Remaja Indonesia (SKRRI) tahun 2018, sebagian besar perempuan usia 15–24 tahun mengalami keputihan dengan tren peningkatan hingga mencapai 70%, dan sekitar 50% di antaranya merupakan remaja putri (Suharni Hermanses et al., 2022). Data SKRRI tahun 2020 juga menunjukkan bahwa hanya 21,6% remaja secara nasional yang memiliki perilaku hygiene yang baik. Selain itu, hanya 28% remaja yang memperoleh informasi kesehatan reproduksi melalui Pusat Informasi dan Konseling Remaja (PIK-Remaja), yang menunjukkan masih rendahnya akses remaja terhadap informasi kebersihan organ reproduksi (Raisha Alfi et al., 2022). Salah satu faktor yang memengaruhi perilaku vulva hygiene adalah tingkat pengetahuan. Kurangnya pengetahuan mengenai kebersihan organ reproduksi dapat berdampak pada perilaku yang tidak tepat dalam menjaga kesehatan selama menstruasi (Natalia Kristin, 2023). Penelitian UNICEF (2020) di

Indonesia mengungkapkan bahwa sekitar 25% remaja perempuan tidak memiliki informasi yang benar mengenai kebersihan menstruasi. Informasi yang diperoleh seseorang akan membentuk pemahaman dan memengaruhi praktik kesehatan yang dilakukan. Kurangnya pemahaman tentang kebersihan menstruasi yang baik dapat menimbulkan berbagai masalah kesehatan, pendidikan, dan emosional pada remaja perempuan (UNICEF, 2020).

Hasil penelitian Juwitasari et al. (2020) di Malang menunjukkan bahwa 85,71% siswi memiliki tingkat pengetahuan yang kurang tentang vulva hygiene, sedangkan hanya 14,29% yang memiliki pengetahuan baik. Selain itu, sebanyak 57,14% siswi memiliki perilaku vulva hygiene yang buruk. Penelitian lain yang dilakukan oleh Handayani (2019) di Pondok Pesantren Al-Ghifari Gamping Sleman Yogyakarta menemukan adanya hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan perilaku vulva hygiene pada remaja putri saat menstruasi ($p\text{-value} < 0,01$). Hasil serupa juga ditemukan oleh Ratih Pratiwi (2022) pada remaja putri SMP Muhammadiyah 06 Palembang dengan nilai $p < 0,05$ (0,015). Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di MTs Hasanuddin Kaliguha, dari 30 siswi yang diwawancarai, sebanyak 60% mengaku pernah mengalami keputihan dan 70% di antaranya tidak mengetahui cara membersihkan areaewanitaan yang benar saat menstruasi. Temuan ini menunjukkan adanya kesenjangan antara pengetahuan dan praktik vulva hygiene pada remaja putri, sehingga diperlukan penelitian lebih lanjut untuk mengkaji permasalahan tersebut.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara pengetahuan tentang vulva hygiene dengan perilaku vulva hygiene saat menstruasi pada remaja putri di MTs Hasanuddin Kaliguha Tahun 2025.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain *cross-sectional*. Penelitian dilaksanakan pada tanggal 4 Agustus 2025 di MTs Hasanuddin Kaliguha, Pesawaran, dengan populasi sekaligus sampel sebanyak 84 siswi yang diambil menggunakan teknik *total sampling*. Data dikumpulkan melalui kuesioner. Instrumen penelitian telah melalui uji validitas menggunakan korelasi *product moment* dengan nilai r hitung seluruh item lebih besar dari r tabel (0,361), sehingga seluruh butir dinyatakan valid. Uji reliabilitas dilakukan menggunakan Cronbach's Alpha dengan hasil nilai 0,733 untuk variabel pengetahuan dan 0,748 untuk variabel perilaku, yang menunjukkan bahwa instrumen penelitian reliabel. Data dianalisis menggunakan analisis univariat untuk mendeskripsikan karakteristik variabel dan analisis bivariat menggunakan uji *chi-square*.

HASIL PENELITIAN

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Pengetahuan Remaja Putri tentang Vulva Hygiene

Pengetahuan	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Kurang	22	26,2
Cukup	29	34,5
Baik	33	39,3
Total	84	100

Berdasarkan Tabel 1, sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan yang baik mengenai vulva hygiene saat menstruasi, yaitu sebanyak 33 responden (39,3%).

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Perilaku Vulva Hygiene Saat Menstruasi

Perilaku	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Kurang	28	33,3
Cukup	27	32,1
Baik	29	34,5
Total	84	100

Berdasarkan Tabel 2, mayoritas responden menunjukkan perilaku vulva hygiene yang baik saat menstruasi, yaitu sebanyak 29 responden (34,5%).

Tabel 3 Hubungan Pengetahuan tentang Vulva Hygiene dengan Perilaku Vulva Hygiene Saat Menstruasi pada Remaja Putri

Pengetahuan	Kurang n (%)	Cukup n (%)	Baik n (%)	Total n (%)	P-value
Kurang	20 (90,91)	2 (9,1)	0 (0,0)	22 (100)	0,001
Cukup	8 (27,59)	17 (58,62)	4 (13,79)	29 (100)	
Baik	0 (0,0)	8 (24,24)	25 (75,76)	33 (100)	
Total	28 (33,3)	27 (32,2)	29 (34,5)	84 (100)	

Hasil analisis bivariat menggunakan uji *chi-square* menunjukkan nilai p-value sebesar 0,001 ($p < 0,05$), yang menandakan terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan tentang vulva hygiene dengan perilaku vulva hygiene saat menstruasi pada remaja putri di MTs Hasanuddin Kaliguha, Pesawaran.

PEMBAHASAN

Pengetahuan Remaja Putri tentang Vulva Hygiene

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar remaja putri di MTs Hasanuddin Kaliguha Pesawaran memiliki tingkat pengetahuan yang baik mengenai vulva hygiene saat menstruasi (39,3%), diikuti kategori cukup (34,5%) dan kurang (26,2%). Kondisi ini menunjukkan bahwa mayoritas responden telah memahami pentingnya menjaga kebersihan organ reproduksi selama menstruasi sebagai upaya pencegahan gangguan kesehatan reproduksi. Pengetahuan merupakan faktor predisposisi utama dalam pembentukan perilaku kesehatan, sebagaimana dikemukakan oleh Notoatmodjo (2017) bahwa pengetahuan menjadi dasar terbentuknya sikap dan tindakan individu dalam menjaga kesehatan. Temuan ini sejalan dengan penelitian Neupane et al. (2020) serta Susanti et al. (2020) yang menyatakan bahwa pengetahuan remaja mengenai kesehatan menstruasi berperan penting dalam menentukan praktik kebersihan diri. Selain itu, materi edukasi kesehatan reproduksi yang disampaikan secara sistematis terbukti mampu meningkatkan pemahaman remaja mengenai kesehatan reproduksi dan kebersihan menstruasi, khususnya melalui pendekatan pendidikan kesehatan yang terstruktur dan mudah dipahami (Sisilia et al., 2024). Edukasi kesehatan yang tepat memberikan dasar kognitif yang kuat bagi remaja untuk memahami risiko kesehatan apabila kebersihan menstruasi tidak dijaga dengan baik.

Dominasi kategori pengetahuan baik menunjukkan bahwa sebagian besar siswi telah memiliki kesiapan kognitif dalam memahami konsep, manfaat, dan prosedur vulva hygiene. Namun, masih ditemukannya responden dengan pengetahuan rendah menunjukkan perlunya penguatan materi edukasi melalui metode yang lebih kontekstual, seperti pendidikan sebaya (peer education) dan penggunaan media audiovisual agar kesenjangan pengetahuan dapat diminimalkan.

Perilaku Vulva Hygiene Saat Menstruasi

Hasil penelitian menunjukkan bahwa perilaku vulva hygiene responden terbagi relatif merata, dengan 34,5% berada pada kategori baik, 32,2% cukup, dan 33,3% kurang. Perilaku yang baik mencerminkan kemampuan remaja dalam menerapkan praktik kebersihan menstruasi, seperti mengganti pembalut secara teratur, membersihkan area genital dengan cara yang benar, serta menggunakan pakaian dalam yang bersih dan tidak lembap.

Temuan ini sejalan dengan penelitian Hubaedah (2019) dan Bellayneh dan Mekuriaw (2019) yang menyatakan bahwa praktik kebersihan menstruasi yang baik berhubungan dengan penurunan risiko gangguan kesehatan reproduksi. Selain itu, materi pendidikan kesehatan reproduksi yang disampaikan melalui media edukatif, seperti booklet dan penyuluhan kesehatan, terbukti mampu meningkatkan pemahaman dan kesadaran remaja untuk menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat selama menstruasi (Sisilia et al., 2024). Hal ini menunjukkan bahwa edukasi kesehatan berperan sebagai sarana penguatan perilaku, bukan sekadar peningkatan pengetahuan.

Namun demikian, masih adanya responden dengan perilaku kurang menandakan bahwa pembentukan perilaku kesehatan tidak hanya dipengaruhi oleh pengetahuan, tetapi juga oleh faktor pendukung dan penguat, seperti ketersediaan fasilitas sanitasi, kenyamanan lingkungan sekolah, serta

dukungan sosial. Hal ini sesuai dengan teori Lawrence Green yang menyatakan bahwa perilaku kesehatan dipengaruhi oleh faktor predisposisi, pendukung, dan penguat (Damayanti, 2017).

Hubungan Pengetahuan tentang Vulva Hygiene dengan Perilaku Vulva Hygiene Saat Menstruasi

Hasil analisis bivariat menggunakan uji Chi-Square menunjukkan nilai p-value sebesar 0,001 ($p < 0,05$), yang menandakan adanya hubungan yang bermakna secara statistik antara tingkat pengetahuan tentang vulva hygiene dengan perilaku vulva hygiene saat menstruasi pada remaja putri di MTs Hasanuddin Kaliguha Pesawaran. Temuan ini mengindikasikan bahwa semakin baik tingkat pengetahuan remaja putri mengenai vulva hygiene, maka semakin besar kecenderungan mereka untuk menerapkan perilaku kebersihan yang benar selama menstruasi.

Secara deskriptif, remaja putri dengan pengetahuan baik lebih banyak menunjukkan perilaku vulva hygiene yang baik, sedangkan remaja dengan pengetahuan kurang cenderung berada pada kategori perilaku cukup hingga buruk. Pola ini menunjukkan hubungan yang konsisten antara peningkatan pengetahuan dengan kualitas perilaku kebersihan menstruasi, sekaligus menegaskan peran pengetahuan sebagai faktor predisposisi utama dalam pembentukan perilaku kesehatan.

Temuan tersebut sejalan dengan teori Knowledge–Attitude–Practice (KAP) yang menyatakan bahwa pengetahuan merupakan tahap awal yang membentuk sikap dan selanjutnya diwujudkan dalam praktik nyata (Notoatmodjo, 2017). Remaja yang memiliki pemahaman mengenai konsep vulva hygiene, teknik membersihkan area genital yang benar, frekuensi penggantian pembalut, serta risiko infeksi akibat kebersihan yang tidak adekuat, cenderung mampu mengimplementasikan pengetahuan tersebut ke dalam perilaku sehari-hari selama menstruasi.

Selain itu, model PRECEDE–PROCEED menegaskan bahwa pengetahuan merupakan faktor predisposisi yang berperan penting dalam keberhasilan perubahan perilaku kesehatan (Damayanti, 2017). Pengetahuan yang memadai akan meningkatkan kesadaran dan motivasi remaja untuk melakukan tindakan preventif, seperti mengganti pembalut secara teratur, menjaga kebersihan tangan, serta membersihkan areaewanitaan dengan cara yang tepat.

Peningkatan pengetahuan melalui edukasi kesehatan juga terbukti berkontribusi terhadap pembentukan sikap dan kesiapan individu dalam menerapkan perilaku kesehatan. Proses internalisasi informasi yang diperoleh melalui penyuluhan, diskusi, dan ceramah dapat memperkuat cara berpikir dan bertindak remaja dalam menjaga kesehatan reproduksi (Fitri et al., 2022). Edukasi yang efektif tidak hanya meningkatkan aspek kognitif, tetapi juga membangun keyakinan dan motivasi remaja untuk menerapkan perilaku vulva hygiene secara konsisten.

Namun demikian, hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa pengetahuan yang baik tidak selalu secara otomatis diikuti oleh perilaku yang optimal. Hal ini mengindikasikan adanya faktor lain yang turut memengaruhi perilaku, seperti ketersediaan fasilitas sanitasi, dukungan lingkungan sekolah, serta peran orang tua dan guru sebagai penguat perilaku. Faktor-faktor tersebut berfungsi sebagai faktor pendukung dan penguat yang dapat memperkuat atau melemahkan penerapan perilaku kesehatan (Wawan & Dewi, 2023).

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa pengetahuan memiliki peran sentral dalam pembentukan perilaku vulva hygiene saat menstruasi pada remaja putri. Namun, efektivitas peningkatan pengetahuan akan lebih optimal apabila disertai dengan dukungan lingkungan yang kondusif, penyediaan fasilitas sanitasi yang memadai, serta edukasi kesehatan reproduksi yang berkelanjutan dan sesuai dengan karakteristik remaja. Pendekatan komprehensif ini diharapkan mampu memperkuat hubungan antara pengetahuan dan perilaku, sehingga praktik vulva hygiene yang benar dapat diterapkan secara konsisten selama menstruasi.

KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara pengetahuan tentang vulva hygiene dengan perilaku vulva hygiene saat menstruasi pada remaja putri di MTs Hasanuddin Kaliguha ($p = 0,001$). Remaja putri dengan tingkat pengetahuan yang lebih baik cenderung memiliki perilaku kebersihan menstruasi yang lebih baik. Penelitian selanjutnya disarankan untuk mengeksplorasi faktor lain yang memengaruhi perilaku vulva hygiene, seperti sikap, dukungan sosial, dan ketersediaan fasilitas

sanitasi, serta menggunakan desain intervensi untuk menilai efektivitas edukasi kesehatan reproduksi dalam meningkatkan perilaku vulva hygiene secara berkelanjutan.

DAFTAR PUSTAKA

- Damayanti, A. (2017). *Analisis faktor predisposisi yang berhubungan dengan perilaku masyarakat dalam pemberantasan sarang nyamuk (PSN)*. STIKES Bhakti Husada Madiun.
- Durisah. (2019). *Hubungan tingkat pengetahuan dan sikap dengan perilaku remaja putri tentang kebersihan organ reproduksi saat menstruasi*. STIKES Dehasen Bengkulu.
- Fitri, L. M., Sanjaya, R., Sulistiawati, Y., & Samsyuri, E. (2022). Perbedaan pengetahuan remaja putri sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan tentang dismenore. *Majalah Kesehatan Indonesia*, 3(1), 35–38. <https://ukinstitute.org/journals/1/makein>
- Hadiningrum Ratnasari. (2024). *Kesehatan reproduksi remaja dan wanita*. PT Anak Hebat Indonesia.
- Handayani, S. (2019). Hubungan tingkat pengetahuan personal hygiene dengan perilaku vulva hygiene saat menstruasi pada remaja putri. *Jurnal Kesehatan Samodra Ilmu*, 10(1), 79–89.
- Hubaedah, A. (2019). Hubungan pengetahuan dan perilaku vulva hygiene saat menstruasi dengan kejadian pruritus vulvae pada remaja putri. *Jurnal Kebidanan*, 11(1), 30–40.
- Juwitasari, A., Aini, N., & Virganita, D. A. (2020). Hubungan tingkat pengetahuan tentang vulva hygiene dengan perilaku vulva hygiene saat menstruasi pada remaja awal. *Jurnal Kesehatan Al-Iryad*, 13(2), 102–113.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). *Profil kesehatan Indonesia: Situasi kesehatan reproduksi remaja dan praktik hygiene menstruasi*. Pusdatin Kemenkes RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2024). *Apa itu dismenore pada menstruasi*.
- Natalia Kristin. (2023). *Pentingnya personal hygiene saat menstruasi*. CV. Dewa Publishing.
- Notoatmodjo, S. (2017). *Ilmu perilaku kesehatan*. Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2018). *Metodologi penelitian kesehatan*. Rineka Cipta.
- Raisha Alf, N., Hasanah, O., & Fakultas Keperawatan Universitas Riau. (2022). Gambaran perilaku personal hygiene remaja saat menstruasi di masa new normal. *Jurnal Kesehatan Ilmiah Indonesia*, 6(2).
- Rosyida Desta Ayu Cahya. (2022). *Buku ajar kesehatan reproduksi remaja dan wanita*. PT Pustaka Baru.
- Sisilia, R. L., Sanjaya, R., Sulistiawati, Y., & Sagita, Y. D. (2024). Pengaruh pendidikan kesehatan dengan metode booklet terhadap pengetahuan dan perilaku remaja putri. *Jurnal Maternitas Aisyah*.
- UNICEF. (2020). *Manajemen kebersihan menstruasi dan pencegahan perkawinan anak*. UNICEF Indonesia.
- Wawan, A., & Dewi, M. (2023). *Teori dan pengukuran pengetahuan, sikap, dan perilaku manusia* (Ed. ke-3). Nuha Medika.