

## PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN TERHADAP PENGETAHUAN REMAJA PUTRI TENTANG *PERSONAL HYGIENE* SAAT MENSTRUASI DI SMP NEGERI 35 PALEMBANG

Aurellia Zafirah Abeer Jacinda<sup>1</sup>, Miskiyah Tamar\*<sup>1</sup>, Murbiah<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Program Studi Sarjana Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, IKesT Muhammadiyah Palembang

\*korespondensi penulis, e-mail: miskiyahtamar1986@gmail.com

### ABSTRAK

Remaja adalah anak yang mengalami proses menuju dewasa, dimulai dari perubahan fisik, psikologis, perkembangan biologis, dan *menarche* atau menstruasi pertama yang ditandai sebagai awal dari fase reproduksi kehidupan mereka, yang merupakan tonggak biologis yang penting. Menstruasi merupakan proses alami yang terjadi pada setiap wanita yang ditandai dengan peluruhan dinding endometrium yang menyebabkan perdarahan dari vagina. Pada saat menstruasi kebersihan diri sangat diperlukan bagi remaja putri untuk mencegah terjadinya penyakit pada organ reproduksi, salah satunya melakukan *personal hygiene* saat menstruasi dengan membersihkan vagina secara berulang. Salah satu cara untuk meningkatkan pengetahuan remaja adalah melalui pendidikan kesehatan. Pendidikan kesehatan dapat memperbaiki gaya hidup masyarakat, dengan demikian seseorang dapat melakukan perubahan yang sehat. Penelitian ini bertujuan diketahuinya pengaruh pendidikan kesehatan *personal hygiene* saat menstruasi terhadap pengetahuan remaja putri di SMP Negeri 35 Palembang. Penelitian ini menggunakan metode *one group pretest posttest*. Penelitian dilakukan pada 12 Juni 2023 dengan jumlah 40 responden kelas VIII SMP Negeri 35 Palembang. Didapatkan nilai pengetahuan remaja putri sebelum dilakukan pendidikan kesehatan yaitu 66,00 dan sesudah pendidikan kesehatan yaitu 96,50. Simpulan penelitian ini adalah terdapat pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan remaja putri tentang *personal hygiene* saat menstruasi di SMP Negeri 35 Palembang dengan nilai *p-value* yaitu 0,000.

**Kata kunci:** menstruasi, penkes, personal hygiene, remaja

### ABSTRACT

Adolescents are children who experience the process of becoming adults, starting from physical, psychological changes, biological development and menarche or first menstruation which marks the beginning of the reproductive phase of their life, which is an important biological milestone. Menstruation is a natural process that occurs in every woman which is characterized by the shedding of the endometrial wall which causes bleeding from the vagina. At the time of menstruation, personal hygiene is very necessary for young women to diseases in the reproductive organs, one of them is carrying out personal hygiene during menstruation by cleaning the vagina repeatedly. One way to increase adolescent knowledge is through health education. Health education can improve people's lifestyles, therefore people can make healthy changes. This research aims to determine the influence of personal hygiene health education during menstruation on the knowledge of young women at SMP Negeri 35 Palembang. This research used the one group pretest posttest method. The research was conducted on June 12, 2023 with 40 respondents from class VIII of SMP Negeri 35 Palembang. The knowledge value of young women before health education was 66.00 and after health education was 96.50. There was an effect of health education on young women's knowledge about personal hygiene during menstruation at SMP Negeri 35 Palembang with a *p-value* of 0,000.

**Keywords:** adolescents, health care, menstruation, personal hygiene

## PENDAHULUAN

Menurut *World Health Organization* (WHO), usia 10-19 tahun merupakan rentang usia remaja, sedangkan Perserikatan Bangsa-Bangsa (PBB) menyebut usia 15-24 tahun sebagai remaja. Menurut *The Health Resources and Services Administrations Guidelines Amerika Serikat*, remaja dibagi lagi menjadi tiga tahap: remaja awal (11-14 tahun), remaja tengah (15-17 tahun), dan remaja akhir (18-21 tahun) (Gultom *et al.*, 2021). Remaja adalah anak yang mengalami proses menuju dewasa, dimulai dari perubahan fisik, psikologis, perkembangan biologis, dan *menarche* atau menstruasi pertama yang ditandai sebagai awal dari fase reproduksi kehidupan mereka, yang merupakan tonggak biologis yang penting (Anand *et al.*, 2022).

Menstruasi adalah pengalaman berulang dalam kehidupan jutaan wanita dan remaja di seluruh dunia. Proses alami ini semakin mendapat perhatian karena perannya dalam kesehatan wanita (Hennegan *et al.*, 2020). Menstruasi merupakan proses alami yang terjadi pada setiap wanita. Hal ini ditandai dengan peluruhan dinding endometrium yang menyebabkan perdarahan dari vagina. Saat menstruasi, pembuluh darah di rahim lebih rentan terkena infeksi, sehingga penting bagi remaja untuk menjaga kebersihan organ reproduksinya agar tidak terkena infeksi (Dolang & Kiriwenno, 2020).

Pada saat menstruasi kebersihan diri sangat diperlukan bagi remaja putri terutama saat menstruasi untuk mencegah terjadinya masalah atau penyakit pada organ reproduksi seperti infeksi pada vagina, kanker serviks, mioma uteri, *cystitis*, dan endometriosis. *Personal hygiene* saat menstruasi merupakan upaya yang dilakukan untuk memelihara kesehatan serta kebersihan pada saat mengalami menstruasi seperti membersihkan vagina secara berulang dari depan ke arah belakang menggunakan air yang bersih, mengganti celana dalam sesering mungkin minimal 2 kali sehari,

tidak menggunakan celana dalam non katun atau celana yang ketat, serta sering mengganti pembalut setiap 3-4 jam sekali (Lestari *et al.*, 2022).

Prevalensi infeksi saluran reproduksi di Indonesia akibat kurangnya *personal hygiene* saat menstruasi pada organ genitalia masih cukup tinggi, dengan jumlah infeksi saluran reproduksi di Indonesia adalah 90-100 kasus per 100.000 penduduk pertahun. Diantara negara-negara di Asia, wanita Indonesia yang lebih rentan akan mengalami ISR. Hal ini terjadi karena iklim Indonesia yang panas dan lembab dengan kasus tertinggi yang sering terjadi disebabkan oleh jamur *candida albican* sebanyak 77% yang berkembang biak pada kelembapan tinggi seperti pada saat menstruasi (Gultom *et al.*, 2021).

Menurut data Badan Perencanaan Pembangunan Nasional (BKKBN) dan data statistik sebanyak 6,3 juta dari 43,4% remaja di Indonesia yang berusia 10-14 tahun kurang menjaga kebersihan *personal hygiene* selama menstruasi. Hal ini menyebabkan rentannya mengalami infeksi saluran reproduksi, kanker leher rahim, keputihan, serta menurunkan tingkat kepercayaan individu, sebagian besar hal ini disebabkan karena kurangnya pengetahuan kebersihan saat menstruasi baik dari orang tua, sekolah, teman, atau media massa, yang dimana peran keluarga sangat penting dalam memberikan pengetahuan (Susanti *et al.*, 2020).

Oleh karena itu, salah satu cara untuk meningkatkan pengetahuan remaja adalah melalui pendidikan kesehatan. Pendidikan kesehatan merupakan upaya yang dilakukan untuk memperbaiki gaya hidup masyarakat, dengan demikian sebelum seseorang dapat melakukan perubahan yang sehat, mereka perlu memiliki pengetahuan, sikap, tindakan, dan akses terhadap pelayanan kesehatan yang baik (Dolang & Kiriwenno, 2020). Pendidikan kesehatan ini dapat disampaikan dengan berbagai cara, antara lain secara individu dan kelompok dengan menggunakan media

audio visual, media cetak seperti *leaflet*, poster, booklet atau spanduk, dan media massa seperti koran, majalah, atau televisi (Susanti, 2019).

*Leaflet* merupakan kertas lembaran berukuran kecil yang mengandung informasi tercetak sebagai informasi yang disebar untuk umum (Yiwang *et al.*, 2021). Media *leaflet* atau selebaran merupakan bentuk penyampaian informasi berbentuk kertas bisa dilipat yang disebar pada khalayak umum. Isi informasi dalam *leaflet* dapat berupa kalimat atau gambar dan kombinasi. *Leaflet* sangat efektif dalam penyampaian pesan yang singkat, padat, jelas, serta ukurannya yang kecil mudah untuk dibawa kemana-mana dan disebarluaskan (Jatmika *et al.*, 2019).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti tanggal 30 Januari 2023 di SMP Negeri 35 Palembang dengan

melakukan wawancara langsung kepada siswi kelas VIII, 6 dari 10 siswi yang peneliti wawancarai kurang memahami tentang pengetahuan *personal hygiene* saat menstruasi, 2 diantaranya sudah cukup tahu tentang *personal hygiene* saat menstruasi, dan 2 siswi yang sudah tahu tentang *personal hygiene* saat menstruasi seperti mengganti pembalut 3-4 jam kali per hari.

Pada penjelasan di atas yang diharapkan dari pendidikan kesehatan adalah adanya perubahan dan peningkatan pengetahuan dan kesehatan remaja yang didasarkan oleh kesadaran melalui proses pembelajaran. Jadi, perubahan perilaku cenderung berlangsung lama dan permanen sehingga remaja diharapkan berperan aktif dalam mewujudkan derajat kesehatan reproduksi yang optimal (Sassi Mahfoudh *et al.*, 2018).

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan metode *quasi eksperiment* yaitu digunakan untuk mengetahui pengetahuan remaja (variabel dependen) dalam *personal hygiene* saat menstruasi, sebelum dan sesudah diberikannya pendidikan kesehatan (variabel independen) yang disajikan dalam 1 grup (*one group pretest posttest*) dengan teknik *random sampling*.

Pada penelitian ini populasi yang dijadikan sebagai responden penelitian adalah seluruh siswi kelas VIII dengan kriteria inklusi: sudah mengalami menstruasi, 5 orang siswi dari setiap kelas VIII, bersedia menjadi responden dan dengan kriteria eksklusi: siswi yang tidak hadir saat dilakukan penelitian, yang tidak bersedia menjadi responden. Sampel pada penelitian ini berjumlah 40 responden di

kelas VIII SMP Negeri 35 Kota Palembang.

Pengumpulan data dilakukan dengan memberikan *leaflet* dan kuesioner pengetahuan berisi 15 pertanyaan. Uji validitas untuk kuesioner pengetahuan dengan 15 pertanyaan didapatkan hasil valid dengan rentang nilai 0,361-0,744. Uji reliabilitas untuk kuesioner pengetahuan menunjukkan nilai yang reliabel yaitu didapatkan hasil *Alpha Cronbach* 0,748. Uji statistik yang digunakan dalam penelitian ini yaitu uji Wilcoxon karena data tidak terdistribusi normal. Penelitian ini telah dilakukan uji etik dan telah memperoleh *ethical approval* dari Komite Etik Penelitian Kesehatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Palembang, dengan no: 0065/KEPK/Adm2/VI/2023.

## HASIL PENELITIAN

**Tabel 1.** Rata-Rata Pengetahuan Sebelum diberikan Pendidikan Kesehatan di SMPN 35 Palembang (n=40)

Variabel	N	Mean	SD	Median	Min-Maks
Pengetahuan Sebelum Pendidikan Kesehatan	40	61,20	10,261	66,00	33 - 80

Berdasarkan tabel 1, dapat dilihat bahwa nilai rata-rata responden sebelum diberikan pendidikan kesehatan yaitu

61,20, standar deviasi 10,261, median 66,00 dengan nilai skor minimum 33 dan maksimum 80.

**Tabel 2.** Rata-Rata Pengetahuan Sesudah diberikan Pendidikan Kesehatan di SMPN 35 Palembang (n=40)

Variabel	N	Mean	SD	Median	Min-Maks
Pengetahuan Sesudah Pendidikan Kesehatan	40	95,58	5,134	96,50	80-100

Berdasarkan tabel 2, dapat dilihat bahwa nilai rata-rata responden sesudah diberikan pendidikan kesehatan yaitu

93,58, standar deviasi 5,134, median 96,50, dengan nilai skor minimum 80 dan maksimum 100.

**Tabel 3.** Uji Normalitas dengan *Shapiro Wilk*

	Tests of Normality		
	Shapiro Wilk		
	Statistic	df	Sig.
Pengetahuan Sebelum	0,886	40	0,001
Pengetahuan Sesudah	0,771	40	0,000

Berdasarkan tabel 3 telah dilakukan uji normalitas data menggunakan uji Shapiro Wilk pada *pretest* diperoleh nilai *sig* 0,001 dan *posttest* diperoleh nilai *sig*

0,000. Oleh sebab itu dapat dikatakan bahwa data tersebut berdistribusi tidak normal dikarenakan nilai signifikansi <0,05.

**Tabel 4.** Perbedaan Pengetahuan Remaja Putri tentang *Personal Hygiene* Saat Menstruasi Sebelum dan Sesudah diberikan Pendidikan Kesehatan

Variabel	N	Median	Min	Maks	Mean Ranks	p-value
Pengetahuan Sebelum	40	66,00	33	80	20,50	0,000
Pengetahuan Sesudah	40	96,50	80	100		

Berdasarkan tabel 4 didapatkan hasil uji analisis: median tingkat pengetahuan sebelum diberikan pendidikan kesehatan yaitu 66,00 dan nilai median sesudah diberikan pendidikan kesehatan adalah 96,50. Saat dilakukan menggunakan uji alternatif yaitu uji Wilcoxon didapatkan

bahwa *p-value* 0,000 (*p-value*<0,05) dimana hipotesis nol ( $H_0$ ) ditolak dan ( $H_a$ ) diterima, yang berarti ada pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan remaja putri tentang *personal hygiene* saat menstruasi di SMP Negeri 35 Palembang.

## PEMBAHASAN

Pengetahuan *personal hygiene* saat menstruasi sangat penting karena mampu meningkatkan kesehatan reproduksi seseorang. Pengetahuan yang rendah tentang *personal hygiene* saat menstruasi akan memungkinkan wanita tidak menjaga *hygiene* saat menstruasi yang baik karena kurangnya informasi sehingga *hygiene* saat menstruasi tidak diterapkan dengan benar dan menimbulkan penyakit reproduksi (Susanti *et al.*, 2020). Pengetahuan merupakan hasil dari “tahu” dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan pada objek tertentu. Penginderaan terjadi

melalui panca indera penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa, dan raba. Sebagian besar pengetahuan diperoleh melalui pendidikan, pengalaman orang lain, media massa maupun lingkungan (Selatan *et al.*, 2021).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Dolang & Kiriwenno (2020) yang berjudul pengaruh pendidikan kesehatan tentang *hygiene* menstruasi terhadap pengetahuan remaja putri dengan jumlah sampel 35 responden didapatkan nilai pengetahuan siswi sebelum diberikan

pendidikan kesehatan tentang higiene menstruasi didapatkan nilai 20,03.

Berdasarkan hasil penelitian dan jurnal terkait maka peneliti berasumsi bahwa pengetahuan remaja putri tentang *personal hygiene* saat menstruasi memiliki pengetahuan yang kurang, hal ini dikarenakan kurangnya pengetahuan tentang *personal hygiene* saat menstruasi di kalangan anak usia remaja awal. Kurangnya pengetahuan ini dikarenakan dari pihak sekolah, baik itu unit pelayanan kesehatan sekolah (UKS) tidak memberikan penyuluhan tentang *personal hygiene* saat menstruasi. Tujuan dari pendidikan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan serta memberikan informasi ataupun edukasi yang tepat mengenai pentingnya *personal hygiene* saat menstruasi pada remaja putri SMP Negeri 35 Palembang. Dengan diberikan pendidikan kesehatan tentang *personal hygiene* saat menstruasi diharapkan dapat menumbuhkan kesadaran remaja putri serta dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari agar mendapat kesejahteraan kesehatan setinggi-tingginya.

Pendidikan kesehatan merupakan upaya ajakan atau pembelajaran kepada seseorang baik individu, kelompok, maupun masyarakat atau melakukan tindakan-tindakan untuk memelihara serta meningkatkan taraf kesehatannya yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan ataupun mengubah perilaku seseorang (Komariyah & Mukhoirotin, 2018). Pengetahuan merupakan hasil dari rasa ingin tahu manusia terhadap segala sesuatu melalui berbagai metode dan alat tertentu. Pengetahuan ini bisa langsung atau tidak langsung, variabel atau spesifik, subjektif atau objektif, dan umum atau khusus untuk subjek tertentu. Jenis dan sifat pengetahuan ini tergantung pada sumber dan cara memperolehnya. Ada juga pengetahuan benar dan salah, tapi tentu saja yang diinginkan adalah pengetahuan yang benar (Darsini *et al.*, 2019).

Berdasarkan hasil penelitian dan jurnal yang terkait, maka peneliti berasumsi bahwa pengetahuan remaja putri

tentang *personal hygiene* saat menstruasi setelah dilakukan pendidikan kesehatan, pengetahuan responden mengalami perubahan yang signifikan. Hal ini dikarenakan pendidikan kesehatan tentang *personal hygiene* saat menstruasi tersampaikan dengan baik dan responden memperhatikan serta mengikuti kegiatan yang diberikan peneliti sehingga informasi yang diberikan oleh peneliti diterima dengan baik oleh responden sehingga responden lebih memahami mengenai *personal hygiene* pada saat menstruasi.

Analisa hasil statistik menggunakan uji Wilcoxon didapatkan nilai *p-value* 0,000 (*p-value* <0,05) dimana hipotesis nol ( $H_0$ ) ditolak dan ( $H_a$ ) diterima, yang berarti ada pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan remaja putri tentang *personal hygiene* saat menstruasi di SMP Negeri 35 Palembang.

Informasi dapat mempengaruhi pengetahuan seseorang apabila sering mendapatkan informasi mengenai suatu pembelajaran, maka hal ini mampu menambah pengetahuan dan wawasan seseorang. Apabila seseorang tidak sering menerima informasi, hal ini tidak akan menambah pengetahuan ataupun wawasannya. Kemudahan seseorang untuk memperoleh sebuah informasi dapat dibantu melalui sebuah media agar mampu menambah pengetahuan dan wawasannya (Prasetyo & Hasyim, 2022).

Media pendidikan kesehatan adalah alat yang digunakan untuk menyampaikan informasi kepada khalayak sasaran untuk mendorong mereka belajar lebih banyak tentang kesehatan dan meningkatkan pengetahuan kesehatan mereka (Pakpahan, 2021). Media *leaflet* adalah bentuk penyampaian informasi ataupun pesan-pesan kesehatan melalui selebaran yang dilipat. Isi dari informasi dapat berupa kalimat maupun gambar atau kombinasi dari keduanya. Kelebihan menggunakan media *leaflet* adalah efektif untuk pesan singkat, dapat disimpan lama, bisa dibaca berulang-ulang, bentuk dan ukuran yang ringkas sehingga mudah dibagikan dan mudah dibawa kemanapun, dapat

disebarluaskan dan dibaca oleh semua orang serta isi lebih jelas dan rinci dalam penyampaian isi informasi.

Metode ceramah dengan media *leaflet* dalam penyampaian informasi dinilai efektif dalam mengatasi jangkauan daya paham karena mampu merangsang imajinasi pembaca dengan bentuk yang menarik untuk dilihat dan penggunaan bahasa yang mudah dimengerti. Efektifitas penggunaan media *leaflet* juga didukung oleh penjelasan pemateri, sehingga klasifikasi media tidak hanya visual simbol (penglihatan) tetapi juga audio simbol (pendengaran) (Suwarno *et al.*, 2017).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Hartoyo & Susanto (2021) yang berjudul pengaruh media *leaflet* tentang *personal hygiene* genitalia pada saat menstruasi terhadap pengetahuan dan perilaku remaja. Pada hasil penelitian ini menggunakan uji analisis Wilcoxon menunjukkan terdapat pengaruh media *leaflet* tentang *personal hygiene* genitalia pada saat menstruasi terhadap pengetahuan dan perilaku remaja, dengan diperoleh nilai pengetahuan *p-value* 0,000 (*p-value* <0,05) dan perilaku *p-value* 0,000 (*p-value* <0,05

dimana dapat disimpulkan bahwa  $H_0$  ditolak.

Berdasarkan hasil penelitian dan jurnal yang terkait maka peneliti beramsumsi bahwa ada pengaruh antara pengetahuan sebelum dan setelah dilakukan pendidikan kesehatan dengan media *leaflet*, terlihat dari nilai median responden sebelum dilakukan pendidikan kesehatan masih banyak responden yang belum paham tentang *personal hygiene* saat menstruasi, hal ini dikarenakan responden kurang mendapat informasi tentang *personal hygiene* saat menstruasi, dan setelah dilakukan pendidikan kesehatan dengan metode ceramah dan media *leaflet* pengetahuan responden meningkat. Hal ini, karena responden memperhatikan dan mengikuti paparan materi yang diberikan oleh peneliti serta memberikan kesempatan responden untuk bertanya tentang materi yang dipaparkan peneliti. Pengetahuan tentang kesehatan sangatlah penting peranannya dalam menentukan kesehatan seseorang. Berbagai informasi bisa didapatkan melalui internet, buku, pengalaman, ataupun pendidikan kesehatan.

## SIMPULAN

Penelitian ini didapatkan nilai pengetahuan sebelum yaitu 66,00 dan pengetahuan sesudah yaitu 96,50. Hasil uji statistik menggunakan uji Wilcoxon didapatkan *p-value* yaitu 0,000 (*p-value* < 0,05).

Penelitian ini memiliki keterbatasan sehingga peneliti selanjutnya dapat menambah jumlah sampel >40 responden serta melanjutkan penelitian dengan desain kelompok kontrol dan dapat menggunakan media selain *leaflet*, seperti media video, booklet, ataupun poster.

## DAFTAR PUSTAKA

- Anand, U., Vithanage, M., Rajapaksha, A. U., Dey, A., Varjani, S., & Bontempi, E. (2022). Inapt management of menstrual hygiene waste (MHW): An urgent global environmental and public health challenge in developed and developing countries. *Heliyon*, 8(7), e09859. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2022.e09859>
- Darsini, D., Fahrurrozi, F., & Cahyono, E. A. (2019). Pengetahuan; Artikel Review. *Jurnal Keperawatan*, 12(1), 13.
- Dolang, M. W., & Kiriwanno, E. (2020). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Higiene Menstruasi Terhadap Pengetahuan Remaja Putri. *Biosel: Biology Science and Education*, 9(1), 101. <https://doi.org/10.33477/bs.v9i1.1327>
- Gultom, R. U., Manik, R. M., & Sitepu, A. (2021). Tingkat Pengetahuan Remaja Tentang Personal Hygiene Saat Menstruasi Di Smp Swasta Bahagia Jalan Mangan I No. 60 Mabar Kecamatan Medan Deli Provinsi Sumatera Utara Tahun 2021. *Journal of Healthcare Technology and Medicine*, 7(2), 1–14.
- Hartoyo, E. D., & Susanto, B. N. A. (2021). Pengaruh Media Leaflet Tentang Personal Hygiene Genitalia Pada Saat Menstruasi Terhadap Pengetahuan Dan Perilaku Remaja.

- Ikesma, 17(1), 46.  
<https://doi.org/10.19184/ikesma.v17i1.20402>
- Jatmika, septian emma dwi, Maulana, M., Kuntoro, & Martini, S. (2019). *Pengembangan Media Promosi Kesehatan*. In *Buku Ajar*.
- Komariyah, L., & Mukhoirotin. (2018). Potensi Pendidikan Kesehatan terhadap Pengetahuan Personal Hygiene Menstruasi. *Jurnal Edu Nursing*, 2(1), 28–34.
- Lestari, A., Rafi'ah, & Maliga, I. (2022). Pendidikan Kesehatan Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Remaja Putri Dalam Upaya Peningkatan Kesehatan Reproduksi Di Lingkungan Prate. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Radisi*, 2(1), 19–22.  
<https://doi.org/10.55266/pkmsradisi.v2i1.95>
- Pakpahan, M. (2021). *Promosi Kesehatan Dan Perilaku Kesehatan*.
- Prasetyo, M. H., & Hasyim. (2022). Nusantara Hasana Journal. *Nusantara Hasana Journal*, 1(11), 22–32.
- Sassi Mahfoudh, S., Bellalouna, M., & Horchani, L. (2018). Solving CSS-Sprite Packing Problem Using a Transformation to the Probabilistic Non-oriented Bin Packing Problem. *Lecture Notes in Computer Science (Including Subseries Lecture Notes in Artificial Intelligence and Lecture Notes in Bioinformatics)*, 10861 LNCS, 561–573.  
[https://doi.org/10.1007/978-3-319-93701-4\\_44](https://doi.org/10.1007/978-3-319-93701-4_44)
- Selatan, T., Azmi Fauziah, N., Srisantryorini, T., Romdhona, N. (2021). *Environmental Occupational Health and Safety Journal*
- Hubungan Pengetahuan dan Sikap dengan Personal Hygiene saat Menstruasi pada Santriwati di MTs Pondok Pesantren “X” Kota. *Environmental Occupational Health and Safety Journal*, 2(1), 81–88.
- Susanti, D., Lutfiyati, A., Keperawatan, P., Kesehatan, F., & Achmad Yani Yogyakarta Jl Brawijaya Ambarketawang Gamping Sleman Yogyakarta, U. (2020). Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Dengan Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi the Relationship of Adolescent Knowledge With Personal Hygiene Behavior When Menstruation. *Jurnal Kesehatan "Samodra Ilmu*, 11(02), 166–172.
- Susanti, N. E. A. (2019). *Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Personal Hygiene Saat Menstruasi Dengan Metode Audio Visual Terhadap Pengetahuan Remajaputri Di MTS Al-Maar Kabupaten Semarang*.
- Suwarno, Shaluhayah, Z., & Prabamurti, P. N. (2017). Media Efektif untuk Pendidikan Kesehatan Organ Genital Bagi Siswi Sekolah Menengah Pertama. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 8(3), 192–199.
- Yiwang, D. M., Triwahyudianto, & Sulystiowati, P. (2021). Pengembangan Media Leaflet Berbasis Flipbook Maker Pada Materi Sumber Daya Alam Kelas IV SD. *Prosiding Seminar ...*, 5(November), 561–568.