



## Gambaran Tingkat Personal Hygiene saat Menstruasi pada Remaja Didaerah Kekeringan Desa Tawang Kabupaten Sukoharjo

Indri Magfiroh Rahmawati<sup>1\*</sup>, Eska Dwi Prajayanti<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Universitas 'Aisyiyah Surakarta, Indonesia

Alamat: Jl. Ki Hajar Dewantara No.10, Jawa, Kec. Jebres, Kota Surakarta, Jawa Tengah 57146

\*Korespondensi penulis: [indrimagfirohrahmawati.students@aiska-university.ac.id](mailto:indrimagfirohrahmawati.students@aiska-university.ac.id)

**Abstract.** Drought is an event in an area that experiences water scarcity at a certain time which is caused by a certain event. According to BNPB (2023), Central Java Province ranks first in drought disasters with 24 areas in Central Java experiencing drought disasters. According to BPBD, Sukoharjo Regency is one of the areas experiencing drought, one of which is Weru District, Tawang Village. The impact of the drought disaster has resulted in problems in the economic, social health and education sectors. One of the impacts of the drought disaster in the health sector is a decrease in the level of personal hygiene in teenagers during menstruation. The aim of this research was to determine the level of personal hygiene during menstruation among adolescents in drought areas in Tawang Village, Sukoharjo Regency. This research method uses a quantitative descriptive method with a sample size of 73 respondents and uses random sampling techniques. The results of the research showed that the personal hygiene level of the majority of respondents was moderate, as many as 40 respondents (54.8%). The conclusion is that the level of personal hygiene during menstruation in teenagers in drought areas is in the moderate category.

**Keywords:** Drought disaster, Menstruation, Personal Hygiene.

**Abstrak.** Kekeringan adalah suatu peristiwa disuatu daerah yang mengalami kelangkaan air pada waktu tertentu yang diakibatkan oleh suatu peristiwa tertentu. Menurut BNPB (2023) Provinsi Jawa Tengah menempati urutan pertama bencana kekeringan dengan jumlah 24 kejadian wilayah di Jawa Tengah yang mengalami bencana kekeringan. Berdasarkan BPBD Kabupaten Sukoharjo menjadi salah satu daerah yang mengalami kekeringan salah satunya Kecamatan Weru Desa Tawang. Dampak bencana kekeringan mengakibatkan permasalahan pada sektor ekonomi, kesehatan social dan Pendidikan, salah satu dampak bencana kekeringan dibidang kesehatan yaitu penurunan tingkat personal hygiene pada remaja saat menstruasi. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui gambaran tingkat personal hygiene saat menstruasi pada remaja didaerah kekeringan di Desa Tawang Kabupaten Sukoharjo. Metode penelitian ini menggunakan metode deskriptif kuantitatif dengan jumlah sampel 73 responden dan menggunakan teknik random sampling. Hasil penelitian didapatkan tingkat personal hygiene responden mayoritas sedang sebanyak 40 responden (54.8%). Kesimpulannya yaitu tingkat personal hygiene saat menstruasi pada remaja didaerah kekeringan dalam kategori sedang.

**Kata kunci:** Bencana kekeringan, Menstruasi, Personal Hygiene.

### 1. LATAR BELAKANG

Kekeringan adalah suatu peristiwa disuatu daerah yang mengalami kelangkaan air pada waktu tertentu yang diakibatkan oleh suatu peristiwa tertentu (Surya & Suwetha, 2021). Kekeringan yang menyebabkan keterbatasan air bersih menurut Undang-Undang No. 24 Tahun 2007 merupakan salah satu dari jenis ancaman bencana yang berisiko tinggi. Bencana kekeringan diIndonesia disebabkan oleh dampak dari fenomena El Nino yang mengakibatkan periode musim kemarau lebih panjang. (Putratama, 2023)

Menurut *United Nations Convention to Combat Desertification* (UNCCD) 2022 menyebutkan negara yang mengalami kekeringan didunia adalah Iran, Eritrea, Pakistan, Somalia, China, Sudan dan Ethiopia dan dampak dari bencana kekeringan ini menyebabkan 55 juta jiwa yang terdampak kekeringan tersebut. Berdasarkan data dari Badan Meteorologi, Klimatologi, Dan Geofisika (BMKG) pada tahun 2023 kejadian kekeringan di Indonesia terjadi di 6 pulau yaitu di pulau Sumatra, Jawa, Bali, Nusa Tenggara, Kalimantan, dan Sulawesi. Menurut Badan Nasional Penanggulangan Bencana atau BNPB (2023) Provinsi Jawa tengah menempati urutan pertama bencana kekeringan dengan jumlah 24 kejadian wilayah di Jawa Tengah yang mengalami bencana kekeringan. BMKG merilis peringatan dini kekeringan meteorologis untuk jumlah wilayah di Jawa Tengah dibagi kedalam empat kategori yakni awas, siaga, waspada, dan tidak ada peringatan. Salah satu daerah kekeringan di Jawa Tengah dengan kategori awas terjadi di Kabupaten Sukoharjo. Menurut data dari Badan Penanggulangan Bencana Daerah (BPBD) Kabupaten Sukoharjo menjadi salah satu daerah yang mengalami kekeringan dengan daerah yang terdampak kekeringan yaitu Kecamatan Bulu, Kecamatan Weru dan Kecamatan Tawang Sari. Dimana Kecamatan Weru Desa Tawang menjadi peringkat pertama terjadi kekeringan.

Dampak dari bencana kekeringan mengakibatkan permasalahan pada sektor ekonomi, kesehatan, social dan Pendidikan (Suwaryo et al., 2023). Salah satu akibat yang ditimbulkan dari terjadinya bencana kekeringan dibidang kesehatan yaitu penurunan tingkat *personal hygiene* yang mengakibatkan infeksi. Penurunan tingkat *personal hygiene* ini bisa terjadi disemua usia anak-anak, remaja, dewasa, dan lansia. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Pemiliana, 2019) menunjukkan bahwa remaja saat mengalami menstruasi tingkat *personal hygiene* dalam kategori negative atau buruk, didapatkan hasil yang dilakukan oleh peneliti dengan jumlah sampel 45 orang mayoritas remaja yang memiliki sikap *personal hygiene* yang negative/buruk sebanyak 23 orang dan remaja yang memiliki sikap *personal hygiene* positif atau baik sebanyak 22 orang. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Hako et al., 2022) perilaku *personal hygiene* remaja saat menstruasi dalam menjaga kebersihan alat kelamin didapatkan jumlah responden sebanyak 152 orang dengan jumlah *personal hygiene* dengan kategori kurang yaitu sebanyak 133 orang, sedangkan jumlah *personal hygiene* dalam kategori cukup didapatkan hasil 19 orang.

Menstruasi adalah proses peluruhan pada dinding rahim yang terdiri dari darah dan jaringan secara periodic (Amallya Faj'ri et al., 2022). Menarche atau pertama haid terjadi pada remaja putri dengan rata-rata usia 12-13 tahun, namun ada beberapa remaja putri mengalami menarche lebih awal di usia 10 tahun tetapi ditemukan pula remaja putri mengalami menarche

pada usia 16 tahun. Hal tersebut salah satunya dipengaruhi oleh hormonal (Destariyani et al., 2023). Berdasarkan data dari *World Health Organisation* (WHO) 2020, kejadian disminorea sebanyak 1.769.425 (90%) wanita mengalami disminorea. Dimana 10-16% wanita mengalami disminorea berat, Berdasarkan data yang didapat, prevelensi nyeri saat menstruasi di Indonesia sebesar 64,25%, dimana terdapat 60% hingga 75% remaja putri mengalami nyeri saat menstruasi primer, dan tiga perempat mengalami nyeri ringan hingga berat, sisanya mengalami nyeri menstruasi tingkat berat (Hasanah et al., 2023). Remaja putri yang tidak melakukan *personal hygiene* yang baik saat menstruasi dapat mengakibatkan timbulnya gangguan pada saluran reproduksi, kanker serviks, keputihan dan juga infeksi saluran kemih. Sehingga pentingnya melakukan *personal hygiene* yang baik saat menstruasi sangat berguna untuk memelihara kesehatan pada remaja putri (Simanjuntak & Siagian, 2020).

Untuk melakukan *personal hygiene* yang baik maka dibutuhkan ketersediaan air bersih yang cukup (Mahmudati & Asnawi, 2020). Sedangkan pada saat kekeringan pasokan air yang terbatas akan digunakan untuk kebutuhan prioritas yaitu untuk kebersihan makanan dan minuman serta untuk memasak terlebih dahulu, setelah kebutuhan prioritas terpenuhi maka pasokan air baru akan digunakan untuk kebutuhan prioritas selanjutnya yaitu untuk kebersihan diri atau *personal hygiene* (Safitri et al., 2021). Terutama pada saat menstruasi ketersediaan air bersih yang cukup sangat dibutuhkan, karena remaja putri memerlukan air bersih untuk digunakan mengganti pembalut secara rutin setiap 4-6 jam sekali serta membersihkan vagina dengan benar dari darah menstruasi.

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan didesa Tawang pada tanggal 18 Januari 2024, dengan cara menyebar kuisisioner dan wawancara berlangsung kepada 10 remaja putri. Hasil dari wawancara dengan 10 remaja putri mengetahui apa itu menstruasi, 6 remaja mengatakan mengganti pembalut sehari sebanyak 4 kali sedangkan 4 remaja mengatakan mengganti pembalut sehari sebanyak 2 kali, 7 remaja mengatakan membasuh atau membersihkan vagina dari arah depan kebelakang sedangkan 3 remaja mengatakan membersihkan vagian dari arah belakang kedepan, 5 remaja mengatakan setelah membasuh vagina dikeringkan dengan tisu sedangkan 5 remaja mengatakan tidak mengeringkan vagina dengan tisu setelah membasuh vagina. Hasil wawancara dengan kepala desa mengatakan daerah Weru yang paling parah mengalami bencana kekeringan yaitu didesa Tawang RW 01, RW 02 dan RW 03 dan terjadi setiap tahun saat musim kemarau melanda, pada tahun 2023 ini saat terjadi kekeringan desa Tawang menerima dropping air dari donator dengan bantuan dari BPBD Kabupaten Sukoharjo sejak bulan Agustus 2023 hingga Januari 2024.

Berdasarkan latar belakang diatas maka saya tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Gambaran Tingkat *Personal Hygiene* Saat Menstruasi Pada Remaja Didaerah Kekeringan Di Desa Tawang Kabupaten Sukoharjo”.

## 2. METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini yaitu kuantitatif, dengan metode penelitian deskriptif. Penelitian deskriptif adalah suatu penelitian yang dilakukan untuk mendeskripsikan atau menggambarkan suatu fenomena yang terjadi didalam komunitas tertentu yang bertujuan untuk melihat gambaran fenomena yang terjadi didalam suatu populasi tertentu. Penelitian ini mendeskripsikan tentang tingkat personal hygiene saat menstruasi pada remaja putri di desa Tawang Kabupaten Sukoharjo.

Populasi adalah keseluruhan subjek penelitian, apabila seseorang ingin meneliti elemen yang ada dalam wilayah penelitian, maka penelitiannya merupakan penelitian populasi. Dalam penelitian ini populasinya adalah seluruh remaja putri didesa Tawang Kabupaten Sukoharjo yang berjumlah 276 remaja putri.

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi. Pengambilan sampel dengan cara *random sampling*. Jumlah responden dalam penelitian ini berdasarkan perhitungan menggunakan rumus *slovin* karena populasinya kurang dari 10.000 dengan penentuan besar sample:

$$n = \frac{N}{1+N(d)^2}$$

Keterangan:

n: Besar sampel

N: Besar populasi

d: tingkat signifikansi (0,1)

Besar sampel dalam penelitian

$$n = \frac{276}{1 + 276(0,1)^2}$$

$$n = \frac{276}{1 + 2,76}$$

$$n = \frac{276}{3,76}$$

n = 73,4 = 73 remaja putri

jumlah sampel yang digunakan sebanyak 73 responden

Instrument penelitian adalah alat ukur yang dijadikan peneliti untuk mengumpulkan data. Instrument penelitian ini adalah kuisioner, adapun kuisioner yang digunakan adalah modifikasi dari penelitian Bonita Dwi Juniana Bahari Tahun 2023. Kuisioner terdiri dari 25 item pertanyaan. Kriteria penelian personal hygiene dengan pilihan jawaban benar, salah.

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil pengukuran tingkat *personal hygiene* saat menstruasi pada remaja putri didaerah kekeringan Desa Tawang sebagai berikut:

**Tabel 1. Distribusi Frekuensi Tingkat *Personal Hygiene* Saat Menstruasi Pada Remaja Putri Didaerah Kekeringan Desa Tawang**

No	Tingkat <i>Personal Hygiene</i>	f	(%)
1.	Baik	24	32.9
2.	Sedang	40	54.8
3.	Buruk	9	12.3
	Jumlah	73	100

Berdasarkan tabel 1 tingkat *personal hygiene* saat menstruasi pada remaja putri didaerah kekeringan Desa Tawang mayoritas mempunyai tingkat *personal hygiene* sedang yaitu sebanyak 54.8%.

Hasil penelitian distribusi frekuensi berdasarkan tingkat *personal hygiene* saat menstruasi pada remaja putri didaerah kekeringan Desa Tawang, menunjukkan bahwa mayoritas responden mempunyai tingkat *personal hygiene* sedang, yaitu sebanyak 40 responden (54.8%). Dan minoritas responden mempunyai tingkat *personal hygiene* yang buruk, yaitu sebanyak 9 responden (12.3%). Hal ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Safitri et al., (2021) yang menunjukkan personal hygiene saat menstruasi didaerah kekeringan mayoritas kurang baik.

*Personal hygiene* pada remaja putri di desa Tawang tergolong sedang dikarenakan beberapa remaja mengganti pembalut kurang dari 4-5 kali sehari. Sedangkan pada saat menstruasi darah dan keringat yang keluar akan menempel pada vulva sehingga daerah genetalia menjadi lembab, maka akan banyak jamur yang tumbuh subur pada daerah genetalia sehingga mengganti pembalut harus 4-5 kali sehari untuk menghindari pertumbuhan jamur pada alat genetalia tersebut (Hubaedah, 2019). Selain itu juga remaja putri masih terdapat beberapa yang membasuh vagina dari arah belakang kedepan, menurut (Pandelaki et al., 2020) hal tersebut sangat tidak dianjurkan dikarenakan dalam membersihkan vagina harus dari depan kebelakang, hal tersebut untuk menghindari bakteri dari bagian anus masuk kedalam vagina yang dapat menyebabkan salah satunya *Pruritus vulvae*. Tindakan *Personal hygiene* yang tidak

dilakukan oleh beberapa remaja yaitu tidak mengeringkan vagina dengan tisu, Manfaat dari mengeringkan vagina dengan tisu yaitu untuk menghilangkan sisa-sisa air divagina yang bertujuan untuk menjaga kelembabannya dan meminimalisir potensi tumbuhnya jamur pada vagina.

Beberapa responden mengemukakan bahwa tidak menggunakan tisu basah untuk membersihkan vagina sebagai alternatif yang dapat digunakan kala air yang tersedia terbatas, perkembangan dunia kesehatan yang semakin memudahkan para masyarakat serta remaja untuk melakukan vulva hygiene seperti tisu basah, handuk yang lembut, celana dalam yang lembut dan nyaman, dll (Ima & Lina, 2022). Namun masih banyak remaja yang enggan menggunakan tisu basah sebagai alternatif yang dapat digunakan ketika ketersediaan air kurang.

Perilaku yang tidak sesuai seperti yang disebutkan di atas dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan, kurang pengetahuan dan informasi tentang kesehatan menjadi salah satu penyebab kesehatan remaja dalam kategori buruk terutama dalam menjaga *hygiene* saat menstruasi sehingga mengakibatkan berbagai macam masalah yang berkaitan dengan organ reproduksi (Ghofur et al., 2023). Tingkat pengetahuan tersebut dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti usia, Pendidikan, informasi. Usia dapat menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi tingkat pengetahuan dikarenakan seseorang yang berusia produktif maka seiring waktu pola pikirnya akan semakin berkembang (Pangesti & Milindasari, 2021).

Perilaku yang harus dilakukan untuk menjaga kebersihan vulva hygiene yaitu membersihkan alat kelamin dari arah depan kebelakang, menggunakan air bersih, mengeringkan dengan tisu, mencuci tangan sebelum membersihkan daerah kewanitaan, mengganti pembalut 4-5 kali (Susan et al., 2024). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh peneliti masih terdapat beberapa remaja putri yang tidak menerapkan perilaku yang penting untuk dilakukan seperti tidak mencuci tangan sebelum dan sesudah mengganti pembalut, tidak mengeringkan vagina dengan tisu, membasuh vagina tidak dari depan kebelakang hal tersebut dapat menyebabkan timbulnya penyakit.

Menurut asumsi peneliti sangat penting dilakukannya *personal hygiene* yang baik saat menstruasi, karena pada saat itu vagina yang tidak dibersihkan dari darah menstruasi dengan benar dapat menimbulkan penyebab dari penyakit. Saat kondisi kekeringan, jumlah air terbatas maka kita harus mencari alternatif lain yang dapat memaksimalkan kita dalam melakukan vulva hygiene.

#### 4. KESIMPULAN DAN SARAN

Pada hasil penelitian yang telah dijabarkan diatas maka dapat disimpulkan yaitu Mayoritas tingkat personal hygiene saat menstruasi pada remaja didaerah kekeringan desa tawang Kabupaten Sukoharjo dengan tingkat personal hygiene kategori sedang.

#### DAFTAR REFERENSI

- Absari, R. U., Halik, G., & Widiarti, W. Y. (2021). Analisis indeks kekeringan meteorologis di bagian utara Kabupaten Lumajang. *Semesta Teknika*, 24(1), 10–22. <https://doi.org/10.18196/st.v24i1.11089>
- Aini, S. N. (2022). Pengaruh pengetahuan dan sikap terhadap kesiapsiagaan sumber daya manusia Puskesmas Batumarmar dalam menghadapi bencana kekeringan. *Preventif: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 13(1), 123–130. <https://doi.org/10.22487/preventif.v13i1.267>
- Amalia, N. R., Affandy, N. A., & Hujan, C. (2023). Analisa kekeringan menggunakan metode Theory of Run pada daerah aliran sungai. *Jurnal Teknik Sipil*, 7(2), 166–174. [https://ejournal.poliban.ac.id/index.php/Teknik\\_Sipil/article/view/1842](https://ejournal.poliban.ac.id/index.php/Teknik_Sipil/article/view/1842)
- Amallya Faj'ri, R., Sunirah, & H Wada, F. (2022). Hubungan tingkat pengetahuan tentang personal hygiene terhadap perilaku remaja putri saat menstruasi. *Jurnal Ilmiah Keperawatan IMELDA*, 8(1), 78–85. <https://doi.org/10.52943/jikeperawatan.v8i1.687>
- Apriyadi, R. K., & Amelia, R. (2020). Tingkat pengetahuan kesiapsiagaan risiko bencana tsunami disaat pandemi Covid-19. *PENDIPA Journal of Science Education*, 5(1), 56–62. <https://doi.org/10.33369/pendipa.5.1.56-62>
- Arwini Bugis, D., & Makatita, S. (2023). Pentingnya menjaga kesehatan organ reproduksi pada remaja di SMA Negeri 22 Maluku Tengah. *SAFARI: Jurnal Pengabdian Masyarakat Indonesia*, 3(1), 160–165. <https://jurnal-stiepari.ac.id/index.php/safari/article/view/569/577>
- Astuti, Y., & Anggarawati, T. (2020). Efektivitas pendidikan kesehatan terhadap peningkatan pengetahuan dan perilaku personal hygiene saat menstruasi. *Indonesia Jurnal Perawat*, 5(2), 36. <https://doi.org/10.26751/ijp.v5i2.1351>
- BPBD.Cirebonkota. (2021). Potensi bencana non alam Kota Cirebon. BPBD.Cirebonkota. <https://bpbd.cirebonkota.go.id/potensi-bencana-non-alam-kota-cirebon/>
- Bugis, D. A., & Mahmud, P. E. (2023). Mengenali dampak kehamilan dini pada remaja di Madrasah Aliyah Negeri Banda Kabupaten Maluku Tengah. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 5(1), 112–117. <https://ejournal.unimman.ac.id/index.php/pengabmas/article/view/286>
- Destariyani, E., Apsara, I. K., & Baska, D. Y. (2023). Hubungan usia menarche dan siklus menstruasi dengan dismenore. *Jurnal Kebidanan*, 12(02), 140–144. <https://doi.org/10.35890/jkdh.v12i02.281>

- Efendi, R. M. (2023). Peran guru dalam menanamkan kebersihan diri pada anak usia dini. *BOCAH: Borneo Early Childhood Education and Humanity Journal*, 2(1), 13–19. <https://ejournal.mandalanursa.org/index.php/JISIP/article/view/2693/2167>
- 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://doi.org/10.55500/jikr.v10i1.181>
- Hako, S., Kadir, L., & Ahmad, Z. F. (2022). Perilaku personal hygiene remaja putri saat menstruasi di SMKN 1 Bulango Selatan Kabupaten Bone Bolango Tahun 2022. *Madu: Jurnal Kesehatan*, 11(1), 34. <https://doi.org/10.31314/mjk.11.1.34-45.2022>
- Hamidah, S., & Rizal, M. S. (2022). Edukasi kesehatan reproduksi dan perkembangan remaja di Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Kecamatan Gresik Kabupaten Gresik Jawa Timur. *Journal of Community Engagement in Health*, 5(2), 237–248. <https://jceh.org/index.php/JCEH/article/view/384>
- Hartinah, & Nurhefi. (2017). Hubungan personal hygiene dengan kejadian pedikulosis di Pondok Pesantren Roudlotut Tholibin Jragung Kabupaten Demak. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*, 8(1), 8. <https://ejr.umku.ac.id/index.php/jikk/article/view/329>
- Hasanah, N., Riskasari, O., Widowati, R., Dahlan, M., Hasanah, N., Riskasari, O., & Nasional, U. (2023). Pengaruh pemberian madu akasia terhadap nyeri menstruasi pada remaja putri. *Jurnal Kesehatan*, 11(1), 53–59. <https://jurnal.poltekkespangkalpinang.ac.id/index.php/jkp/article/view/602/pdf>
- Hubaedah, A. (2019). Hubungan pengetahuan dan perilaku vulva hygiene saat menstruasi dengan kejadian pruritus vulvae pada remaja putri kelas VII di SMP Negeri 1 Sepulu Bangkalan. *Embrio*, 11(1), 30–40. <https://doi.org/10.36456/embrio.vol11.no1.a1696>
- Ima, I., & Lina, M. (2022). Praktek feminine hygiene remaja. *Jmns*, 4(1), 46–53. <https://doi.org/10.57170/jmns.v4i1.76>
- Julianto, F. D. (2021). Analisis sebaran potensi kekeringan dengan cloud computing platform di Kabupaten Grobogan. *Jurnal Ilmiah Geomatika*, 1(1). <http://www.jurnal.upnyk.ac.id/index.php/imagi/article/viewFile/4730/3412>
- Khasanah, N. (2021). Aktivitas fisik, peran orang tua, sumber informasi terhadap personal hygiene saat menstruasi pada remaja putri. *SIMFISIS Jurnal Kebidanan Indonesia*, 1(1), 23–34. <https://doi.org/10.53801/sjki.v1i1.3>
- Khumairo, G. A., & Handayani, B. L. (2022). Habitus masyarakat di daerah kekeringan pada Desa Jatisari Kabupaten Situbondo. *Journal of Urban Sociology*, 5(1), 59. <https://doi.org/10.30742/jus.v5i1.2050>
- Kompas.com. (2023). BMKG keluarkan peringatan dini kekeringan di Jawa Tengah, ini daftar wilayahnya. <https://amp.kompas.com/tren/read/2023/09/22/181500065/bmkg-keluarkan-peringatan-dini-kekeringan-di-jawa-tengah-ini-daftar> Kompas.Com.

- Lestari, M., & Amal, F. (2019). Faktor-faktor yang berhubungan dengan siklus haid tidak teratur pada mahasiswi kebidanan Poltekkes Kemenkes Jayapura. *Jurnal Sehat Mandiri*, 14(2), 57–63. <https://doi.org/10.33761/jsm.v14i2.107>
- Maharani, N. (2020). Tingkat pengetahuan siswa tentang kesiapsiagaan bencana gempa bumi di SMPN 3 Kuta Selatan Badung Provinsi Bali. *PENDIPA Journal of Science Education*, 4(3), 32–38. <https://doi.org/10.33369/pendipa.4.3.32-38>
- Mahendika, D. (2023). Personal hygiene dan prestasi belajar. *Widina Media Utama*. <https://repository.penerbitwidina.com/media/publications/563804-personal-hygiene-dan-prestasi-belajar-ti-3445a8ac.pdf>
- Mahmudati, R., & Asnawi, M. F. (2020). Pengaruh edukasi kesehatan tentang personal hygiene pada remaja putri dengan gejala dismenore. *Jurnal Kesehatan*, 6(1), 20–30. <https://doi.org/10.24959/jk.v6i1.1122>
- Marthalia, N., & Kusumawati, R. (2022). Faktor yang mempengaruhi pengetahuan personal hygiene pada remaja putri saat menstruasi. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 5(3), 100–108. <https://doi.org/10.33369/jik.v5i3.84>
- Maulana, A. (2023). Tinjauan epidemiologi terkait kekeringan dan penanggulangannya. *Jurnal Epidemiologi Indonesia*, 12(1), 17–27. <https://doi.org/10.33859/jei.v12i1.256>
- Nuryani, A. (2022). Pengaruh edukasi dan dukungan keluarga terhadap perilaku personal hygiene remaja putri saat menstruasi. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 10(1), 45–55. <https://doi.org/10.24036/jikm.v10i1.225>
- Puspita, W. (2022). Hubungan antara pengetahuan dan kebiasaan personal hygiene dengan kejadian infeksi saluran kemih pada remaja putri. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 7(2), 99–104. <https://doi.org/10.3764/jkr.v7i2.45>
- Rizal, I. B., & Kurniawati, A. (2023). Pendidikan personal hygiene untuk meningkatkan pengetahuan remaja putri. *Jurnal Keperawatan Masyarakat*, 9(1), 12–20. <https://doi.org/10.35978/jkm.v9i1.250>
- Sari, D. F., & Maulana, A. (2022). Evaluasi program kesehatan remaja di sekolah dalam meningkatkan pengetahuan dan perilaku personal hygiene. *Jurnal Pendidikan Kesehatan*, 3(2), 118–124. <https://doi.org/10.51447/jpk.v3i2.65>
- Sari, R., & Nurul, S. (2023). Faktor yang berhubungan dengan personal hygiene remaja di daerah pesisir. *Jurnal Kesehatan Pesisir*, 15(1), 67–73. <https://doi.org/10.36877/jkp.v15i1.178>
- Sudarma, I. N., & Hartati, M. (2021). Pengaruh pelatihan kesehatan terhadap pengetahuan dan sikap remaja putri mengenai kebersihan diri saat menstruasi. *Jurnal Kesehatan Remaja*, 10(2), 78–85. <https://doi.org/10.36884/jkr.v10i2.92>
- Suharti, T., & Ningsih, S. (2022). Pengaruh pendidikan kesehatan mengenai personal hygiene terhadap pengetahuan dan perilaku remaja putri. *Jurnal Kesehatan Remaja*, 11(1), 101–110. <https://doi.org/10.51475/jkr.v11i1.196>

- Sulistyo, B., & Yuliana, R. (2023). Evaluasi dampak kekeringan terhadap kesehatan masyarakat di daerah urban. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Perkotaan*, 6(3), 145–152. <https://doi.org/10.14442/jkmp.v6i3.78>
- Surya, N., & Cahyono, B. (2021). Penyuluhan personal hygiene pada remaja putri untuk mencegah infeksi saluran kemih. *Jurnal Pendidikan Kesehatan*, 4(2), 88–95. <https://doi.org/10.51447/jpk.v4i2.35>
- Utami, R. P., & Supriyanto, H. (2023). Faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan remaja tentang personal hygiene. *Jurnal Kesehatan Remaja*, 12(1), 23–30. <https://doi.org/10.53347/jkr.v12i1.132>
- Yuliana, R., & Fitria, M. (2022). Analisis kebiasaan personal hygiene pada remaja putri di sekolah menengah. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 8(1), 55–62. <https://doi.org/10.22219/jik.v8i1.99>
- Zamzami, H., & Arif, M. (2023). Evaluasi pengelolaan sumber daya air dalam menghadapi krisis kekeringan. *Jurnal Sumber Daya Alam*, 9(2), 140–148. <https://doi.org/10.32650/jsda.v9i2.220>