



## Pengaruh Edukasi Media Poster Terhadap Pengetahuan *Personal Hygiene* Siswi Saat Menstruasi Di Pondok Pesantren Assalam Kota Manado

**Vivi Sri Utami Gobel**

Program Studi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Manado

**Nelfa Fitria Takahepis**

Program Studi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Manado

**Merry H. Rimpoporok**

Program Studi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Manado

Alamat: Jl. Raya Pandu, Kel. Pandu, Lingk. III, Kec. Bunaken Kota Manado-Sulawesi Utara

Korespondensi penulis: [vivigobel3@gmail.com](mailto:vivigobel3@gmail.com)

**Abstract.** *The lack of reproductive health knowledge about personal hygiene during menstruation among young women, obtained from parents and schools, causes the knowledge and behavior of young women about personal hygiene during menstruation to be very lacking. One effort to increase knowledge of adolescent reproductive health is by providing health education using poster media. The aim is to determine the effect of poster media education on female students' knowledge of personal hygiene during menstruation at the Assalam Islamic boarding school, in Manado City. The method used in this research was pre-experimental with a one-group pretest-posttest design approach. The sample taken was 18 subjects using purposive sampling. Data collection uses questionnaire sheets and SAP (Extension Event Unit). The collected data was processed using test. Statistical tests use the McNemar Test with a significance level of  $\leq 0.05$ . The research results obtained a value of  $p = 0.000$  ( $\alpha \leq 0.05$ ) so that  $H_a$  was accepted, meaning that there was an influence of poster media education on female students' knowledge of personal hygiene during menstruation at the Assalam Islamic Boarding School, Manado City. The conclusion based on the research results is that there is an influence of poster media education on female students' knowledge of personal hygiene during menstruation at the Assalam Islamic Boarding School, Manado City. Suggestions for future researchers can use other media as comparison material so that they can add more information.*

**Keywords:** *Posters, Knowledge, Personal Hygiene, Menstruation*

**Abstrak.** Kurangnya pengetahuan kesehatan reproduksi tentang *personal hygiene* saat mesntruasi pada remaja putri yang diperoleh dari orang tua maupun sekolah, menyebabkan pengetahuan dan perilaku remaja putri tentang *personal hygiene* saat menstruasi masih sangat kurang. Salah satu upaya untuk meningkatkan pengetahuan kesehatan reproduksi remaja dengan memberikan penyuluhan kesehatan menggunakan media poster. Tujuan untuk mengetahui pengaruh edukasi media poster terhadap pengetahuan *personal hygiene* siswi saat menstruasi di pondok pesantren assalam kota manado. Metode yang digunakan pada penelitian ini adalah pra eksperimen dengan pendekatan *one group pretest-posttest design*. Sampel yang diambil berjumlah 18 subjek dengan menggunakan *purposive sampling*. Pengumpulan data menggunakan lembar kuisioner dan SAP (Satuan Acara Penyuluhan). Data yang terkumpul diolah menggunakan uji. Uji statistic menggunakan *McNemar Test* dengan tingkat kemaknaan  $\leq 0,05$ . Hasil penelitian didapatkan nilai  $p=0,000$  ( $\alpha \leq 0,05$ ) sehingga  $H_a$  diterima artinya ada pengaruh edukasi media poster terhadap pengetahuan *personal hygiene* siswi saat menstruasi di Pondok Pesantren Assalam kota manado. Kesimpulan berdasarkan hasil penelitian bahwa terdapat pengaruh edukasi media poster terhadap pengetahuan *personal hygiene* siswi saat menstruasi di Pondok Pesantren Assalam kota manado. Saran Untuk peneliti selanjutnya dapat menggunakan media lain sebagai bahan pembanding sehingga dapat menambah informasi yang lebih banyak.

**Kata kunci:** Poster, Pengetahuan, Personal Hygiene, Menstruasi

## PENDAHULUAN

Sangat penting untuk memperhatikan *personal hygiene* remaja karena ini menunjukkan status kesehatan remaja, yang akan berdampak pada kehidupan mereka di kemudian hari. Jumlah morbiditas dan komplikasi yang terkait dengan menstruasi meningkat secara signifikan karena kurangnya praktik *personal hygiene* menstruasi. Oleh karena itu, remaja harus dipersiapkan baik pengetahuan, sikap dan tindakannya kearah pencapaian reproduksi yang sehat. Pemenuhan *personal hygiene* ini diperlukan untuk kenyamanan seseorang, keamanan dan kesehatan. Sikap baik dalam menjaga *Hygiene* khususnya pada saat menstruasi merupakan awal dari usaha menjaga kesehatan (*Selatan et al., 2021*).

Menurut World Health Organization (WHO) 2018, dalam sepuluh faktor risiko utama penyebab kesakitan atau kematian pada usia remaja, kesehatan reproduksi berada di nomor 8 dan kesehatan individu atau personal berada di nomor 3. *Pramesti, (2019)*. Berdasarkan Data Statistika di Indonesia sebanyak 43,3 juta jiwa remaja putri mengalami pruritus vulvae karena *personal hygiene* yang buruk *Zulfuziastuti, (2017)*. Sebanyak 90% wanita di Indonesia mengalami keputihan dan sebanyak 60% dialami oleh remaja *Nengsih et al., (2022)*. Berdasarkan Badan Pusat Statistika 2023 data remaja perempuan dari rentang 10-19 tahun adalah sebanyak 21.462.000 jiwa.

Pada saat menstruasi remaja putri perlu pengetahuan dan keterampilan tentang *personal hygiene* menstruasi. Menstruasi adalah pelepasan Dinding Rahim (endometrium) yang disertai dengan pendarahan dan terjadi secara berulang-ulang setiap bulan kecuali pada saat kehamilan *Permatasari et al., (2021)*.

Kurangnya pengetahuan kesehatan reproduksi tentang *personal hygiene* pada remaja putri yang diperoleh dari orang tua maupun sekolah, menyebabkan pengetahuan dan perilaku remaja putri tentang *personal hygiene* masih sangat kurang. Remaja putri memerlukan perhatian khusus untuk kesehatan reproduksi mereka saat menstruasi agar mereka tidak mengalami penyakit pada organ reproduksi mereka karena tidak menjaga kebersihan pribadi saat menstruasi. Hal ini dilakukan agar mereka dapat tumbuh dan berkembang menjadi orang dewasa yang sehat dan sehat. *Pemiliana, (2019)*.

Salah satu upaya untuk meningkatkan pengetahuan kesehatan reproduksi remaja dengan memberikan penyuluhan kesehatan. Berdasarkan dari uraian fenomena permasalahan yang ada maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian untuk mengetahui perbedaan peningkatan pengetahuan menstrual *hygiene* menggunakan media poster pada remaja putri di Pondok Pesantren Assalam Kota Manado.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan jenis penelitian kualitatif *Pre-Eksperimental* dengan pendekatan *one grup pretest-posttest design*. Metode ini melibatkan kuisioner atau pengukuran terhadap variable sebelum diberikan perlakuan, yaitu *pretest*, kemudian dilakukan perlakuan, dan setelah itu dilakukan pengukuran kembali, yaitu *posttest Hidayat (2018)*. Populasi dalam penelitian ini adalah jumlah seluruh siswi kelas VIII sebanyak 175 siswi, jumlah sampel yaitu 18 subjek dengan Teknik sampel yang digunakan *purposive sampling* dengan kriteria sampel siswi kelas VIII pondok pesantren assalam Kota Manado. Instrumen penelitian yang digunakan SAP, media poster, kuisioner. Analisa data yang digunakan yaitu uji Mc-nemar. Dalam penelitian terdapat etika penelitian dimulai dari (*Informed consent*) menjelaskan kepada subjek maksud dan tujuan penelitian (*Autonomy*) tidak mencantumkan nama subjek melainkan inisialnya, (*Confidentiality*) peneliti menjaga kerahasiaan dan informasi subjek.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Distribusi Karakteristik Subjek

**Tabel 1.**  
**Distribusi Frekuensi Subjek Berdasarkan Umur Pertama Menstruasi, Umur Lamanya Menstruasi.**

Karakteristik Subjek	Jumlah Subjek	
	<i>Frequency (n)</i>	<i>Percent (%)</i>
<b>Umur Pertama Menstruasi</b>		
12 Tahun	16	88,9
13 Tahun	2	11,1
<b>Umur Lamanya Menstruasi</b>		
5 Hari	1	5,6
6 Hari	1	5,6
7 Hari	5	27,8
8 Hari	6	33,3
9 Hari	2	11,1
10 Hari	3	16,7
<b>Total</b>	<b>18</b>	<b>100,0</b>

*Sumber : Data Primer 2023*

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa karakteristik subjek dengan umur subjek saat pertama menstruasi sebagian besar adalah 12 tahun sebanyak 16 subjek dengan presentase 88,9%, dan paling sedikit umur 13 tahun dengan jumlah 2 subjek dengan presentase 11.1%. Subjek dengan lamanya menstruasi subjek sebagian besar adalah 8 hari sebanyak 6 subjek dengan presentase 33.% dan yang paling sedikit adalah 10 hari sebanyak 3 subjek dengan presentase 16.7%.

## Analisa Univariat

**Tabel 2.**  
**Distribusi Frekuensi Berdasarkan Tingkat Pengetahu sebelum dan sesudah di berikan Edukasi Media Poster Terhadap Pengetahuan *Personal Hygiene* Saat Menstruasi Siswi Di Pondok Pesantren Assalam Manado (n=18).**

	Banyaknya Subjek	
	Frequency (n)	Percent (%)
Pengatahuan Personal Hygiene Siswi Saat Menstruasi sebelum Diberikan Edukasi Media Poster		
<b>Kurang Baik</b>	15	83,3
<b>Baik</b>	3	16,3
Pengatahuan Personal Hygiene Siswi Saat menstruasi Setelah Diberikan Edukasi Media Poster		
<b>Kurang Baik</b>	2	11,1
<b>Baik</b>	16	88,9
<b>Total</b>	<b>18</b>	<b>100,0</b>

Sumber : Data primer 2023

Berdasarkan tabel di atas, dapat diketahui hasil pengetahuan siswi sebelum diberikan edukasi media poster terhadap pengetahuan *personal hygiene* siswi saat menstruasi dengan kategori Kurang Baik sebanyak 15 subjek dengan nilai presentase (83.3%) sedangkan kategori Baik sebanyak 3 subjek dengan presentase (16.7%) dari 18 subjek. Hasil pengetahuan siswi setelah diberikan edukasi media poster terhadap pengetahuan *personal hygiene* siswi saat menstruasi dengan kategori Baik sebanyak 16 subjek dengan nilai presentase (88.9%) sedangkan kategori Kurang Baik sebanyak 2 subjek dengan presentase (11.1%) dari 18 subjek.

## Analisa Bivariat

**Tabel 3.**  
**Hasil Analisis Pengaruh Edukasi Media poster Terhadap Pengatahuan *Personal Hygiene* Siswi saat manstruasi Di Pesantren Assalam Kota Manado (n=18)**

Pengetahuan <i>Personal Hygiene</i> Siswi Saat Menstruasi	Sebelum		Sesudah		P Value
	N	%	N	%	
<b>Baik</b>	3	16.7	16	88.9	0.000
<b>Kurang Baik</b>	15	83,3	2	11.1	
<b>Total</b>	18	100.0	18	100.0	

Sumber: Hasil Uji McNemar

Hasil analisa menunjukkan bahwa perbandingan Pengaruh Edukasi Media Poster Terhadap Pengetahuan *Personal Hygiene* Saat Menstruasi Di Pondok Pesantren Assalam Kota Manado. Dari hasil uji *Mc.Nemar* menunjukkan nilai  $p=0,000 < \alpha = 0,05$  dimana artinya hasil Analisa dapat dikatakan  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima atau ada pengaruh yang signifikan antara Pengaruh Edukasi Media Poster Terhadap Pengetahuan *Personal Hygiene* Saat Menstruasi Di Pondok Pesantren Assalam Kota Manado.

## PEMBAHASAN

Penelitian ini berjudul “Pengaruh Edukasi Media Poster Terhadap Pengetahuan *Personal Hygiene* Siswi Saat Menstruasi Di Pondok Pesantren Assalam Kota Manado” yang dilakukan pada tanggal 16 juni 2023.

Karakteristik subjek berdasarkan umur pertama menstruasi yang paling banyak umur 12 tahun hal ini sesuai dengan riskesdas tahun 2013 bahwa rata-rata remaja di Indonesia mengalami menstruasi terbanyak pada usia 12–13 tahun. Sehingga pada usia ini waktu yang tepat untuk mendapatkan pengetahuan *personal hygiene* saat menstruasi. Pengetahuan subjek tentang *personal hygiene* saat menstruasi sangat penting dimiliki oleh remaja putri, hal ini akan berpengaruh terhadap perilaku subjek dalam mengalami menstruasi. Hal ini sesuai dengan yang dikemukakan oleh *Mubarak, (2012)* bahwa tingkat pengetahuan merupakan domain seseorang untuk melakukan tindakan sehingga pengetahuan subjek yang cukup baik akan mempengaruhi *personal hygiene* saat menstruasi.

Karakteristik subjek berdasarkan lamanya menstruasi didapatkan sebagian besar subjek memiliki lama menstruasi 7-8 hari. Hal ini sesuai *Coad, jane et all, (2006)* bahwa lama menstruasi normal berikisar antara 5-7 hari. Darah haid biasanya berjumlah antara 65-95 ml, terdiri dari debris endometrium dan darah. Keadaan ini memudahkan bakteri penyebab infeksi masuk sehingga pada saat menstruasi dibutuhkan pengetahuan dan praktik *personal hygiene* yang baik dan benar agar kesehatan reproduksi tetap terjaga. Lama menstruasi apabila tidak ditunjang dengan benar maka dalam jangka waktu lama akan mempengaruhi kesehatan reproduksi wanita. Semakin lama menstruasi berlangsung maka semakin besar pula pootensi organ reproduksi mudah terinfeksi karena saat tidak *higienis* bakteri akan mudah masuk.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan sebelum dan sesudah diberikan edukasi melalui media poster menggunakan uji *Mc Nemar*, dapat di simpulkan bahwa ada pengaruh edukasi media poster terhadap pengetahuan *personal hygiene* siswi saat menstruasi di pondok pesantren assalam kota manado.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh *K.Naeem et all, (2017)* pada penelitian ini ditemukan terdapat pengaruh pemberian media poster terhadap pengetahuan tentang manajemen kebersihan menstruasi. Penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh pendidikan kesehatan dengan media poster terhadap pengetahuan dan sikap siswi *Silvia, 2017*). Penelitian menunjukkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan (75%) subjek sesudah mendapatkan pendidikan kesehatan menggunakan media poster, media poster dapat meningkatkan pengetahuan subjek *Yulfitria, (2020)*.

Dari hasil penelitian terdapat 2 subjek sebelum diberikan edukasi memiliki pengetahuan kurang baik dan setelah diberikan edukasi hasilnya masih sama. Hal ini dikarenakan subjek belum sepenuhnya memahami frekuensi membersihkan rambut (keramas) dan keputihan, sehingga perlu adanya pendidikan kesehatan lebih mendalam terkait frekuensi membersihkan rambut (keramas) dan dampak dari keputihan agar santri putri terhindar dari gangguan saluran reproduksi yang terjadi karena kurangnya pengetahuan *personal hygiene* menstruasi. Menurut *Lisa Handayani et all, (2020)* menemukan bahwa hal ini karena dipengaruhi oleh pemahaman yang masih salah sehingga kemampuan yang di praktekan berada pada kondisi yang tidak benar dan pengalaman orang sekitar dimana melaksanakan *personal hygiene* menstruasi masih kurang atau tidak benar seperti mencuci organ kewanitaan dengan cairan pembersih vagina, tidak sering mengganti pembalut, cara membasuh organ genetalia eksternal yang dari belakang ke depan dan sebagainya, sehingga pengetahuan para siswi kurang lengkap dan hanya pada kategori kurang saja. Pengalaman pribadi ataupun orang lain dapat digunakan sebagai upaya memperoleh pengetahuan dengan cara mengulang kembali pengalaman yang pernah diperoleh dalam memecahkan permasalahan. Sedangkan ada 3 subjek yang sebelum dan setelah diberikan edukasi memiliki pengetahuan baik dikarenakan ada dukungan dari orang-orang sekitar, misalnya adanya kakak perempuan hal ini sejalan dengan penelitian *Komang Srititin Agustina, M.Kes, Ni Kadek Ayu Dwi Utami, S.tr. Keb., M.Kes et all*, dengan judul “Hubungan pengetahuan remaja putri dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi pada siswi SMA ngurah rai negara”, dimana perilaku *personal hygiene* saat menstruasi didominasi dengan perilaku positive hal tersebut disebabkan karena subjek mendapatkan dukungan dari orang-orang sekitar seperti keberadaan kakak perempuan yang dapat menjadi contoh atau berbagi informasi dan pengalaman tentang bagaimana melakukan *personal hygiene* yang baik saat menstruasi.

Pengetahuan remaja SMP masih kurang mengenai manajemen kebersihan menstruasi karena belum ada dalam kurikulum sekolah dan belum adanya pedoman bagi guru mengenai kebersihan pada saat menstruasi. Kondisi ini hampir sama dengan negara-negara berkembang didunia seperti hasil penelitian *Chandra Mouli dan Patel, (2017)* yaitu membandingkan manajemen menstruasi di negara-negara berpenghasilan rendah dan menengah yang menunjukkan bahwa sebagian besar remaja putri kurang informasi dan tidak siap *menarche*, serta keluarga, anggota dan pejabat sekolah yang juga kurang lengkap baik dalam memberikan informasi yang benar.

Pengetahuan tentang *menstrual hygiene* sangat penting untuk diketahui, karena organ reproduksi perlu dirawat dengan baik. Menurut teori *Lawrence Green, (1980)* bahwa pengetahuan seseorang tentang *hygiene* memiliki pengaruh terhadap perilaku seseorang tersebut dalam menjaga dan merawat kesehatan reproduksinya terkhusus pada saat menstruasi karena pengetahuan merupakan salah satu stimulus dalam pembentukan perilaku tersebut. Penanganan keseberishan diri yang tidak benar dan tidak higienis bisa menyebabkan tumbuhnya mikroorganisme yang berlebihan hingga akhirnya dapat menyebabkan fungsi reproduksi menjadi terganggu *M.Trihani et al, (2022)*.

Menurut *Notoatmodjo, (2012)*, media poster bertujuan untuk memberikan informasi, mengajak dan menghimbau banyak orang untuk melakukan sesuatu seperti apa yang digambarkan atau dituliskan pada poster tersebut. Pendidikan kesehatan menggunakan poster tergolong dalam pendidikan kesehatan berdasarkan teknik komunikasi secara tidak langsung karena penyuluh tidak berhadapan langsung dengan subjek, tetapi melalui perantara media poster dan tergolong pendidikan kesehatan berdasarkan indera penglihatan, mengemukakan bahwa pengetahuan adalah hasil dari tahu dan terjadi setelah orang melakukan pengindraan terhadap suatu objek tertentu.

Metode edukasi media poster lebih efektif dibandingkan metode penyuluhan dalam hal peningkatan pengetahuan siswa dikarenakan media poster mengkombinasikan unsur-unsur visual seperti garis, gambar dan kata-kata dengan maksud menarik perhatian serta mengkombinasikan pesan secara singkat. Selain itu poster dalam penelitian ini juga memperhatikan penggunaan bahasa yang disesuaikan dengan karakteristik subjek, animasi gambar, jenis huruf, komposisi warna dan pesan yang akan disampaikan *Setyawati & arif, (2021)*. Serta mereka juga bisa membaca kembali poster yang telah mereka baca. Sedangkan pada metode penyuluhan siswi hanya mendengarkan apa yang dipaparkan oleh peneliti sehingga dapat menimbulkan kejenuhan kepada siswi yang menyebabkan siswi kurang

memperhatikan apa yang telah dijelaskan, mereka juga tidak aktif dalam hal Tanya jawab karena mereka hanya mendengarkan dan mengingat apa yang telah disampaikan tanpa ada media yang diberikan. Hasil penelitian pendidikan kesehatan media poster selama 1 hari, subjek mengalami peningkatan ilmu pengetahuan terkait informasi mengenai materi *personal hygiene* saat menstruasi dimana setelah pemberian intervensi pengetahuan kategori baik meningkat menjadi 16 orang sehingga metode penyuluhan kesehatan media poster berhasil.

Berdasarkan hasil uraian di atas peneliti berasumsi edukasi melalui media poster lebih efektif dikarenakan lebih membantu siswi dalam menstimulasi indera penglihatan aspek visual pada gambar poster dan lebih memudahkan siswi dalam menerima informasi atau materi pendidikan.

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil Penelitian Pengaruh Edukasi Media Poster Terhadap Pengetahuan *Personal Hygiene* Sisi Saat Menstruasi Di Pondok Pesantren Assalam Kota Manado” dapat ditarik kesimpulan bahwa Pengetahuan siswi sebelum diberikan edukasi pengetahuan tentang *Personal Hygiene* Saat Menstruasi pada siswi sebagian besar memiliki pengetahuan dalam kategori kurang baik sedangkan Pengetahuan siswi setelah diberikan edukasi pengetahuan tentang *Personal Hygiene* Saat Menstruasi pada siswi meningkat menjadi kategori baik. Maka dapat disimpulkan Ada pengaruh sebelum dan sesudah Edukasi Media Poster Terhadap Pengetahuan *Personal Hygiene* Siswi Saat Menstruasi Di Pondok Pesantren Assalam Kota Manado

## **SARAN**

Semoga hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan informasi bagi siswi di Pondok Pesantren Assalam dalam meningkatkan *personal hygiene* saat menstruasi dan dapat menambah wawasan ilmu kesehatan khususnya mengenai kesehatan reproduksi tentang menstruasi, Peneliti menyarankan agar tenaga kesehatan lebih aktif dalam melakukan penyuluhan mengenai *personal hygiene* pada saat menstruasi sehingga siswi mendapatkan pengetahuan terkait hal ini dan menerapkan *personal hygiene* saat menstruasi kemudian Untuk peneliti selanjutnya dapat menggunakan media lain sebagai bahan pembanding sehingga dapat menambah informasi yang lebih banyak mengenai *personal hygiene* saat mentruasi.



## DAFTAR PUSTAKA

- Chandra-Mouli V, Patel SV. Mapping the knowledge and understanding of menarche, menstrual hygiene and menstrual health among adolescent girls in low- and middle-income countries. *Reprod Health*.2017 Mar 1;14(1):30. doi:10.1186/s12978-017-0293-6. PMID:28249610; PMCID: PMC5333382.
- Coad,Jane dan Melvyn Dunstall,*Anatomi dan Fisiologis* untuk Bidan.Jakarta:EGC;2006
- K.Naeem. et al. (2017). Learning Acting, and Learning (LAL) research on schools' menstrual hygiene management (MHM): Pakistan. Weaterlines.
- Lusiyan, luthfi eka. (2020). Tingkat pengetahuan tentang keputihan dan pengobatannya pada remaja di mts ma'arif nu 7 sawojajar. *Mts Ma 'Arif*, 100.
- M. Trihani et al. (2022). Education And Training Regarding Menstrual Hygiene Management (MHM). As An Effort To care Reproductive Organs, *Jurnal Pengabdian*.
- Mubarak WI. Promosi Kesehatan untuk Kebidanan. Jakarta: Salemba Medika; 2012.
- Nengsih, W., Mardiah, A., & S, D. A. (2022). Hubungan Pengetahuan Tentang Keputihan, Sikap Dan Perilaku Personal Hygens Terhadap Kejadian Flour Albus( Keputihan ). *Human Care Journal*, 7(1), 226. <https://doi.org/10.32883/hcj.v7i1.1457>
- Notoatmodjo, S. 2012. Kesehatan Masyarakat Ilmu dan Seni. Jakarta: Rineka Cipta.
- Pemiliana, P. D. (2019). Perilaku Remaja Putri Dengan Personal Hygiene Saat Menstruasi Di Sma Etidlandia Medan Tahun 2018. *Gaster*, 17(1), 62. <https://doi.org/10.30787/gaster.v17i1.341>
- Permatasari, D., Suyami, & Tyas, R. N. (2021). Hubungan Tingkat Stres Dalam Menghadapi Pandemi Covid- 19 Dengan Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri Di Dukuh Ngawinan-Tegalsari, Jurangrejo, Karangnom, Klaten. *Proceeding of The URECOL*, 857–863.
- Pramesti, H. D. (2019). Perbedaan Peningkatan Pengetahuan Menstrual Hygiene Menggunakan Media Booklet Dan Leaflet Pada Remaja Putri Di Pondok Pesantren an-Nur, Sewon, Bantul. In *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952.
- Setiawati S. Proses Pembelajaran dalam Pendidikan Kesehatan. Jakarta: Trans Info Media; 2018.
- Silvia, (2017). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Bahaya Merokok Melalui Media.
- Yulfitria, F., Fitriana, S., Hamidah, H., & Karningsih, K. (2020). Booklet Menstrual Hygiene Dapat Meningkatkan Pengetahuan Dan Sikap Remaja. *Jurnal Kebidanan Malahayati*, 6(3), 282-288. <https://doi.org/10.33024/jkm.v6i.2748>
- Zulfuziastuti, N. (2017). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Reproduksi Terhadap Sikap Personal Hygiene Remaja Putri Saat Menstruasi Di SMPN 2 Gamping. *Digital Library Universitas Aisyiyah Yogyakarta*, 4.