

[ISSN 2597- 6052](#)

MPPKI

Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia

The Indonesian Journal of Health Promotion

Review Articles

Open Access

Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Manajemen Kebersihan Menstruasi Remaja : *Literature Review*

Factors Affecting Adolescent Menstrual Hygiene Management Behavior : Literature Review

Kartika Adyani¹, Noveri Aisyaroh², Nungky anisa Fitri^{3*}^{1,2,3}Program Studi Kebidanan Sarjana Kebidanan dan Pendidikan Profesi Bidan Fakultas Kedokteran, Universitas Islam Sultan Agung Semarang*Korespondensi Penulis : nungkyanisa49@std.unissula.ac.id

Abstrak

Pendahuluan: Menstruasi Merupakan tanda pubertas yang terjadi pada wanita. Ketika mengabaikan kebersihan menstruasi dapat menimbulkan masalah Kesehatan reproduksi, dalam sebuah survey yang dilakukan oleh *World Health Organization* (WHO), dampak dari MKM yang buruk dan kerap dihadapi Perempuan saat menstruasi adalah mengalami keputihan sebanyak 19%, Gatal pada area genital sebanyak 25%, dan rasa tidak nyaman selama menstruasi 35%.

Tujuan: Untuk mengetahui Faktor-faktor yang mempengaruhi manajemen kebersihan menstruasi remaja putri.

Metode: Metode yang digunakan dalam artikel ini berupa *Literature Review*. Peneliti mencari beberapa literatur internasional dan nasional menggunakan database *Google Scholar* dan *pubmed* dengan kata kunci manajemen kebersihan menstruasi, remaja perempuan, pengetahuan.

Hasil: Dari artikel yang telah direview, faktor-faktor yang mempengaruhi manajemen kebersihan menstruasi dikelompokkan menjadi 3 faktor yaitu faktor personal remaja, faktor lingkungan, faktor sosial.

Kesimpulan: Dari hasil literature review dapat diketahui bahwa faktor yang menyebabkan pengelolaan manajemen kebersihan menstruasi adalah adanya hubungan antara pengetahuan, orang-orang di sekeliling, dukungan dari teman dan keluarga, peran tenaga Kesehatan serta sarana prasarana sebagai peran utama dalam mengelola manajemen kebersihan menstruasi.

Kata Kunci: Manajemen Kebersihan Menstruasi; Remaja Perempuan; Pengetahuan

Abstract

Introduction: Menstruation is a sign of puberty that occurs in women. When menstrual disorders can cause reproductive health problems, in a survey conducted by the *World Health Organization* (WHO), the impact of poor MHM and often faced by women during menstruation is experiencing vaginal discharge as much as 19%, itching in the genital area as much as 25%, and discomfort during menstruation 35%.

Objectives: To determine the factors that influence the management of menstrual hygiene in adolescent girls.

Methods: The method used in this article is a *Literature Review*. Researchers found several international and national literatures using *Google Scholar* and *pubmed* databases with the keywords menstrual hygiene management, adolescent girls, knowledge.

Results: From the articles that have been reviewed, the factors that influence the management of menstrual hygiene are divided into 3 factors, namely adolescent personal factors, environmental factors, and social factors.

Conclusion: From the results of the literature review, it can be seen that the factors that cause the management of hygiene management are the relationship between knowledge, being around people, support from friends and family, the role of health workers and infrastructure as the main role in managing hygiene management.

Keywords: Menstrual Hygiene Management; Adolescent Girls; Knowledge

PENDAHULUAN

Remaja ialah manusia disertai batasan umur 10 hingga 19 tahun (WHO, 2014). Masa remaja memiliki fase tumbuh kembang dimasak anak-anak ke dewasa yang mana seorang individu akan lebih sering mengalami perubahan dari aspek biologis, psikologis maupun sosialnya. Pada periode ini ada dua fase, yaitu masa remaja awal sekitar usia 10-14 tahun serta remaja akhir berusia 14-17 tahun, proses matang dan fisik biasanya dialami cenderung cepat daripada matangnya aspek kejiwaan (psikososial) (1).

Berubahnya fisik lebih sering nampak saat seorang remaja mulai masuk usia 9-15 tahun, di usianya ini remaja bukan semata-mata tumbuh menjadi tinggi ataupun besar saja, ada terdapat beberapa hal yang berubah dari aspek fisik misalnya menstruasi yang dialami oleh Wanita (2). Proses menstruasi adalah proses meluruhnya lapisan organ dalam pada dinding rahim wanita (endometrium) yang terdapat banyak pembuluh darah dan biasanya berlangsung selama 5-7 hari setiap bulan. Siklus mens biasanya berlangsung hingga usia 50 tahun (3). Pada Proses terjadinya menstruasi perlu adanya peran dan pendampingan untuk membantu proses awal menstruasi pada remaja.

Peran Orang tua, Guru, lingkungan dan teman-teman sekitar berperan penting dalam kehidupan menstruasi. Remaja perempuan juga perlu mengetahui pola dan jarak menstruasi agar nantinya dapat mengetahui kapan mereka akan menstruasi kembali. hal ini bisa berkaitan dengan kesempurnaan ibadah bagi remaja perempuan yang beragama muslim (4).

Ketika mengabaikan kebersihan ketika menstruasi dapat menimbulkan persoalan medis reproduksi, seperti saluran reproduksi yang terinfeksi, saluran kemih yang terinfeksi, infeksi jamur, bahkan meningkatnya resiko kanker serviks. Bukan hanya ketika menstruasi saja, merawat bagian vagina pula mesti menjadi perhatian kapanpun. Hal ini bertujuan guna menjaga kesehatan reproduksi serta menjauhkan persoalan medis lainnya. Jika mengalami gejala yang di luar kenormalan ketika menstruasi, dengan demikian disarankan agar memeriksakan secara lebih lanjut. Memberikan informasi melalui pendidikan serta penyuluhan dapat meningkatkan kesadaran dalam berperilaku baik terhadap kesehatan reproduksi diri sendiri (5).

Perilaku dan sikap remaja untuk menjaga kebersihannya saat PMS bisa dipengaruhi dengan Pendidikan kesehatan Menstrual Hygiene (PMH). Pengelolaan menstruasi dengan cara yang baik merupakan hak untuk perempuan. Dalam proses Manajemen Kebersihan Menstruasi (MKM), Wanita didorong untuk bisa memakai pembalut bersih dan diganti setiap 4 jam sekali selama menstruasi, memiliki wadah dan tempat untuk membuang bekas pembalut, toilet yang layak, sabun, air guna membersihkan dirinya dengan keadaan yang nyaman serta mendapatkan keamanan (6).

Remaja perempuan juga semestinya memakai bahan pembalut bersih dan aman. Pada MKM juga harus memiliki keamanan serta kenyamanan akses guna membuang sampah pembalut setelah pakai (7).

Pada Penggunaan kain, dan menstrual cup didalam vagina juga dapat mendukung adanya pertumbuhan bakteri penyebab infeksi karena Ketika adanya kelembaban PH Vagina kurang asam hingga kemungkinan terjadi tumbuhnya jamur seperti *candidiasis*. Sementara membersihkan vagina dengan cairan bahan kimia juga bisa merusak keseimbangan flora normal vagina serta dapat meningkatkan risiko terjadinya infeksi (8).

Dari hasil survei yang dilangsungkan who di sejumlah negara, Romawi perempuan yang usianya 10-14 tahun mempunyai persoalan pada organ reproduksi mereka, salah satunya pruritus vulvae, sementara berdasarkan data statistik di Indonesia ada dari 43,3 juta orang remaja perempuan dengan usia 10-14 tahun melakukan pembersihan yang terbilang buruk seperti jarang melakukan penggantian pembalut tiap 4 jam sekali, membuang limbah bekas pembalut sembarangan, cebok dari belakang ke depan (9). Dampak dari MKM yang buruk dan kerap dihadapi Perempuan saat menstruasi ialah merasakan keputihan sebanyak 19%, Gatal pada area genital sebanyak 25%, dan rasa tidak nyaman selama menstruasi 35% (10).

Sekitar 15 dari 20 remaja perempuan merasakan keputihan tiap tahun. Adanya infeksi ini dapat dipicu oleh minimnya kebersihan diri sendiri, terlebih lagi Ketika melakukan vulva hygiene ketika PMS. Studi kualitatif di india juga melaporkan ketakutan dan penghinaan terhadap anak perempuan karena adanya bercak darah yang bocor di pakaian dan bau badan, sehingga menyebabkan anak perempuan yang sedang menstruasi tidak masuk sekolah (11).

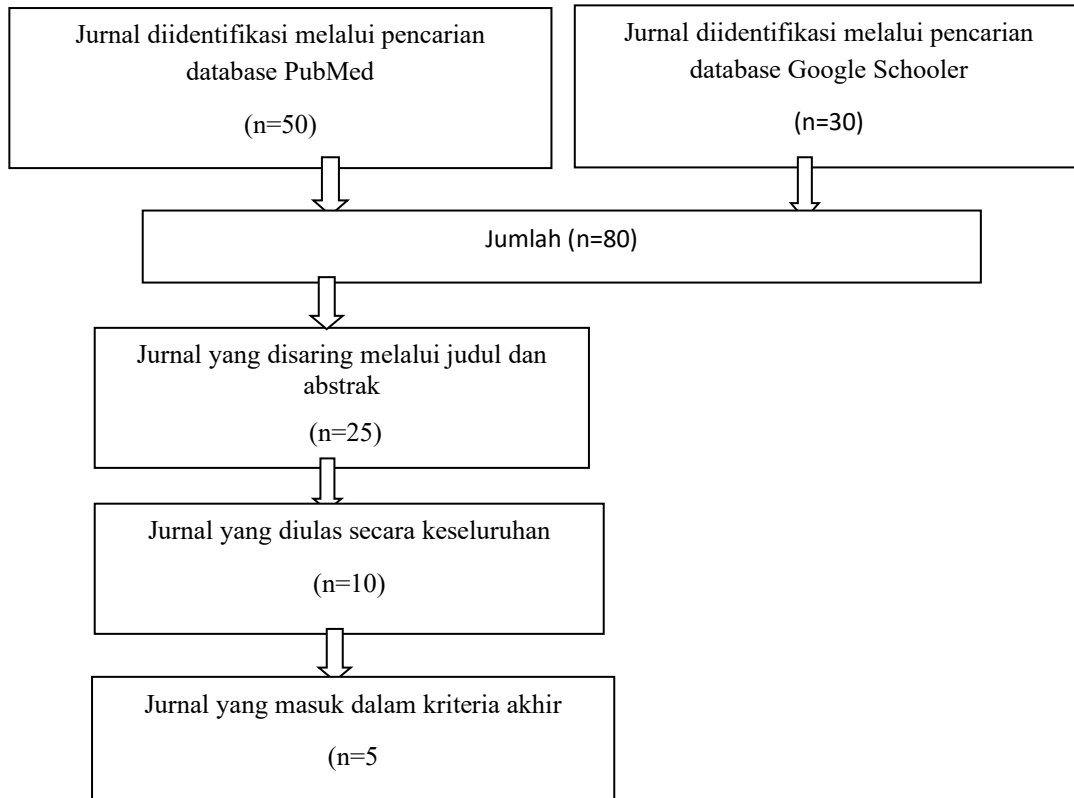
Kurangnya sumber fasilitas air akan mempengaruhi pada remaja perempuan untuk melakukan manajemen kebersihan menstruasi, contohnya ketika ingin mencuci tangan, membersihkan organ genitalia dan membersihkan bekas pembalut. Tidak tersedianya tempat sampah di toilet umum maupun sekolah juga mempengaruhi pengelolaan limbah pembalut bekas pakai karena tidak tahu akan dibuang dimana sehingga akan mempengaruhi remaja perempuan pada kuantitas penggantian pembalut saat menstruasi (12).

METODE

Metode yang dipergunakan pada artikel ini ialah *Literature Review* Melalui penggunaan referensi jurnal dan artikel terkait manajemen kebersihan menstruasi (MKM), Kemudian peneliti akan melakukan penelusuran dan

pengkajian dari jurnal yang telah ditemukan melalui database berupa Google Scholar dan PubMed, dengan kriteria batasan waktu publikasi yaitu tahun 2012-2021, Kriteria inklusi yang dipakai adalah Artikel Bahasa Indonesia, Bahasa Inggris, *open access* dan tersedia *full text*. Tujuan Literature review ini meninjau artikel terkait faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku dalam mengelola manajemen kebersihan saat menstruasi. Dengan menggunakan kata kunci “Manajemen kebersihan menstruasi”, ”faktor kebersihan menstruasi”, ”personal hygiene pada perempuan menstruasi”. Artikel yang dipilih adalah artikel yang memenuhi kriteria dan didapatkan lima artikel yang akan ditinjau.

Tabel 1. Proses Penyaringan Jurnal



HASIL

Tabel 2. Hasil Penelusuran Artikel tentang Faktor Perilaku dalam Manajemen Kebersihan Menstruasi untuk mengurangi dampak buruk pada kesehatan reproduksi Remaja

No.	Penulis	Tahun	Metode Penelitian	Judul	Hasil
1.	Novianti (13)	2016	Analisis melalui desain <i>Cross Sectional</i> , dengan teknik pengambilan sampel. <i>NonProbability Sampling</i> . dan besar sampel penelitian adalah 33 responden	“Hubungan Pengetahuan, sikap, dan tindakan dengan <i>Personal hygiene</i> menstruasi pada remaja putri di SMPN Satap Bukit Asri Kabupaten Buton.”	Hasil dari Penelitian menunjukkan adanya hubungan, antara: pengetahuan, sikap, dan tindakan dengan personal hygiene menstruasi. adanya responden yang minim wawasannya mengenai kebersihan diri. Hal ini diberikan pengaruh oleh pemahamannya yang masih keliru seperti membasuh organ genitalia dengan pembersih vagina, tidak rutin mengganti pembalut dalam sehari.

2.	Jessica Davis, Macyntyre A, Mitsunori O, Dkk	2014	Analisis Cross sectional dengan pengambilan sampel proses multi tahap, pada tahap pertama sekolah dipilih secara acak, tahap kedua satu kelas dipilih secara acak setiang tingkatan dan dipilih gadis berusia 12-19 tahun, dan dipilih minimal 20 gadis.	“Manajemen kebersihan menstruasi dan perilaku absensi sekolah pada remaja pelajar di Indonesia, bukti dari survei berbasis sekolah lintas seksi.”	Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan antara manajemen kebersihan menstruasi dengan pengetahuan, tempat tinggal, dan ketidakhadiran di sekolah karena nyeri haid.
3.	Sri Purwanti (14)	2017	Desain studi <i>cross sectional</i> dan analisis statistik <i>Chi Square</i> . Instrumen penelitian ini ialah kuesioner disampai sampel penelitiannya berjumlah 151 dan teknik dalam mengambil sampel cluster 2 tahapan.	“Praktik kebersihan saat menstruasi pada remaja Di kabupaten pati tahun 2017.”	Hasil penelitian menunjukkan adanya perilaku dan sikap MKM dengan Pengetahuan dan dukungan keluarga. data yang didapatkan kebanyakan responden belum mengetahui asal darah menstruasi, frekuensi penggantian pembalut, cara pembersihan bagian genitalia, dan kebanyakan responden masih menilai bahwa keramas adalah hal yang terlarang ketika PMS.
4.	Prasetya L (15)	2014	Metode penelitian ini korelasional melalui pendekatan waktu <i>cross sectional</i> . Sampel penelitian ini adalah siswi kelas X SMA sejumlah 102 responden dengan teknik simple random sampling.	“Hubungan pengetahuan menstruasi dan komunikasi Teman sebaya dengan personal hygiene selama Menstruasi pada siswi SMA.”	Dalam Hasil penelitian mendapatkan hubungan yang positif dan signifikan antara wawasan PMS, hubungan positif serta signifikan antara komunikasi teman sebaya dengan kebersihan diri sepanjang PMS.
5.	Citra Indah, Suhaela A (16)	2021	Penelitian melalui pendekatan <i>cross sectional</i> . data dihimpun pada satu periode, teknik dalam mengambil sampel melalui <i>purposive sampling</i> dan kriteria inklusi usia 13-19 tahun kemudian didapatkan sejumlah 112 orang.	“Faktor-Faktor yang mempengaruhi kebersihan diri selama menstruasi pada remaja putri di pondok pesantren yayasan Nurul Islam Kabupaten Bungo.”	Berdasarkan hasil penelitian didapatkan data dan hubungan faktor yang mempengaruhi manajemen kebersihan menstruasi, antara lain adalah faktor pengetahuan, sikap dan perilaku, komunikasi orangtua dan teman sebaya serta pengaruh budaya.

Berdasarkan hasil seleksi dan jurnal yang telah direview, didapatkan factor-faktor yang mempengaruhi perilaku remaja putri dalam proses manajemen kebersihan menstruasi kemudian dikelompokkan pada tabel berikut:

Tabel 3. Hasil Pengelompokan Faktor yang mempengaruhi perilaku remaja putri dalam manajemen kebersihan menstruasi dengan framework *Green Lawrence*

Faktor Personal	Faktor Lingkungan	Faktor Sosial
Pengetahuan	Sarana Prasarana	Orang tua dan Teman sebaya
Sikap remaja	Adat dan Budaya	Tenaga Kesehatan

PEMBAHASAN

Manajemen Kebersihan Menstruasi (MKM) ialah mengelola kebersihan serta kesehatan pada wanita yang sedang PMS. Salah satu pemicu dari adanya persoalan medis yang muncul adalah kurangnya personal hygiene, personal hygiene yang baik sangat penting dilakukan untuk mencegah adanya gangguan saat menstruasi, menjaga dan merawat diri saat menstruasi juga penting untuk meningkatkan derajat kesehatan serta mencegah penyakit dan meningkatkan percaya diri saat menstruasi (17).

Faktor Personal Remaja

Faktor Pengetahuan

Analisis pada artikel pertama, Pendidikan Kesehatan (Pendkes) landasan mengenai sistem reproduksi manusia perlu diterapkan, melalui adanya wawasan dan informasi yang mencukupi mengenai PMS, maka perempuan akan lebih siap menghadapi menstruasi pertamanya nanti. Pada penelitian ini terdapat responden yang kekurangan pengetahuan mengenai kebersihan diri ketika menstruasi yaitu berjumlah 13 responden (39,4%). Keadaan ini dapat dipengaruhi oleh adanya persepsi yang masih keliru, hingga kemudian kemampuannya dalam mempraktekkan tidak benar, ada pula pengalaman orang sekelilingnya saat melakukan kebersihan diri menstruasi masih tidak begitu baik, misalnya membersihkan organ genitalia dengan cairan pembersih vagina, tidak rutin mengganti pembalut 4 jam sekali, cara cebok dari belakang ke depan (13).

Berdasarkan hasil penelitian yang ditulis oleh (Citra Indah Fitriwati, 2021) menyebutkan hasil analisis korelasi diperoleh dari $p=0,0005$ ($p<0,05$) yang berarti adanya hubungan signifikan antara kebersihan menstruasi dengan pengetahuan remaja perempuan (16).

Hasil penelitiannya juga didukung oleh (Lestari, 2014) bahwasanya pengetahuan menstruasi mempunyai korelasi dengan kebersihan diri saat PMS pada peserta didik kelas X di SMAN 2 Banguntapan Bantul disertai hasil pengujian hipotesis Product moment $p=0,001$ ($p<0,05$), Pengetahuan tentang manajemen kebersihan menstruasi pada remaja putri bisa didapat melalui pendidikan kesehatan, akan tetapi pendidikan kesehatan sering kali mengalami kendala karena adanya keterbatasan antara pemberi materi dengan bahasa dan logika yang dimiliki oleh pemberi materi yang terkadang tidak sesuai kepada sasaran Pendidikan (15).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan (Sitohang & Adella, 2020) sebelum diberikan pendidikan kesehatan rata-rata pengetahuan siswa 19.91 dan setelah diberikan pendidikan kesehatan didapatkan 29.63 dengan hasil uji statistik didapat beda rata-rata 7.72 dan nilai $p=0,001$ dan bisa disimpulkan adanya pengaruh dari pemberian pendidikan kesehatan pada pengetahuan peserta didik perempuan mengenai manajemen kebersihan menstruasi (18).

Faktor sikap dan perilaku

Hasil analisis dalam artikel ketiga didapatkan bahwa sikap responden melakukan frekuensi mengganti pembalut sebanyak 1-2 kali dalam sehari, dan ada 30 % responden masih beranggapan bahwa perempuan tidak diperbolehkan untuk melakukan aktivitas fisik seperti olahraga ketika menstruasi, larangan makanan tertentu, dan sekitar 73,5% mengaku bahwa keramas dilarang saat menstruasi (14).

Pada Artikel kedua dapat teridentifikasi mengenai praktik MKM yang buruk. Banyak dari remaja yang jarang mengganti pembalut, mencuci tangan sebelum dan sesudah membuang limbah pembalut sehingga kerap menyebabkan terjadinya gatal pada area genitalia. Jarang mengganti pembalut mungkin dapat dikaitkan dengan kurangnya bahan kebersihan menstruasi yang sesuai dan terjangkau. Hal lain juga ada lebih dari 1 dari 10 anak yang tidak masuk sekolah, ini berkaitan karena adanya asumsi bahwa gadis yang sudah menstruasi maka dianggap sudah tua, selain itu nyeri juga dikaitkan dengan ketidakhadiran di sekolah. dalam desain intervensi ini maka diperlukan adanya dukungan dalam pemberian manajemen nyeri dan obat nyeri pada remaja di sekolah (19).

Dalam melakukan forum FGD ada banyak yang melaporkan bahwa murid perempuan tidak masuk sekolah ketika menstruasi karena takut bocor tiba-tiba, hal ini dibuktikan dengan fakta adanya 35% perempuan tidak memiliki akses pembalut, dan lebih dari 32% wanita menggunakan pembalut dari baju dan kain bekas yang kemudian memiliki resiko terjadi infeksi dan alergi di sekitar area genitalia (20).

Faktor Lingkungan

Faktor Sarana dan Prasarana

Kurangnya sumber fasilitas air akan mempengaruhi pada remaja perempuan untuk melakukan manajemen kebersihan menstruasi, contohnya adalah ketika ingin mencuci tangan, membersihkan organ genitalia dan membersihkan pembalut. Tidak ada tong sampah di toilet umum maupun sekolah pula memberikan pengaruh kepada pengelolaan limbah pembalut bekas pakai karena tidak tahu akan dibuang dimana sehingga akan mempengaruhi remaja perempuan pada kuantitas penggantian pembalut saat menstruasi (Kolang, 2018).

Dari hasil analisis multivariat terlihat bahwa tersedianya sarana prasarana adalah suatu hal yang diperlukan bagi remaja dalam melakukan kebersihan diri ketika PMS supaya bisa menjauhkan dari dialaminya infeksi di organ reproduksi seperti keputihan, gatal area genitalia, dan kemerahan. Sarana yang perlu dipenuhi misalnya: toilet, wastafel bersih, air bersih, pakaian dalam yang bersih serta kering, pembalut yang bersih serta terbebas dari kuman, handuk serta tisu bersih, sabun pencuci tangan serta tempat sampah yang memadai. (Suryani, 2019).

WASH atau air, sanitasi dan kebersihan. Menurut PMK RI Nomor 32 Tahun 2017 menyebutkan air yang bersih sangat dibutuhkan pada kebersihan sanitasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwasanya 93% sarana air bersih ada disekitar sekolah perkotaan sedang sekolah di desa hanya ada sarana air bersih 76% (Juyal R, Kandpal SD, Semwal J, 2012).

Faktor Adat dan Budaya

Faktor budaya dan agama juga didapatkan dari hasil penelitian yang dilakukan dimaluku tengah menggambarkan keyakinan penduduk suku Nuaulu terdapat aturan dan larangan tentang *personal hygiene* remaja perempuan yaitu dilarang mandi, melakukan penggantian kain pembalut sepanjang menstruasi dan melumurnya dengan arang yang dipercaya bisa membantu dalam menyamarkan bau di badan dan membuat kulit putih (Ety et al., 2019)

Faktor Sosial

Faktor Orang tua dan Teman sebaya

Pada Hasil artikel ke empat ada analisis multivariat, berdasarkan Hasil korelasi penyampaian informasi kepada antar siswa yang seusianya dilakukan secara verbal dan nonverbal yaitu adanya kelangsungan yang positif, kesamaan simpati serta dukungan pada kebersihan diri sepanjang PMS. Adanya komunikasi antar teman sebaya tidak begitu sulit untuk responden tangkap, hal ini dikarenakan terdapatnya kesamaan pandangan, dorongan, peminatan hingga tujuan yang serupa. Sehingga kemudian pendekatan komunikasi teman sebaya bisa menjadi metode pendidikan kesehatan yang efektif pada peningkatan kebersihan diri PMS pada peserta didik wanita SMA (Lestari, 2014).

Faktor lain juga didapatkan adanya faktor dukungan teman sebaya, Dukungan teman sebaya kepada responden sekitar 86% ,dari hasil analisa bivariat maka diperoleh hasil $p=0,024$ yang artinya ada ada hubungan antara teman sebaya terhadap pengelolaan manajemen kebersihan ketika PMS, anak juga bisa memperoleh informasi mengenai kesehatan reproduksinya di samping dari orangtua melainkan dari teman sebaya. teman sebaya juga memiliki pengaruh besar bagi orangtua sehingga perlu adanya pengawasan guna mengawasi dengan siapa anaknya biasanya bergaul supaya dapat menghindari berbagai hal yang tidak diharapkan (Suryati B, 2012).

Faktor Tenaga Kesehatan

Sumber utama pengetahuan tentang menstruasi adalah dari teman/ keluarga, sosial media dan sekolah, hanya ada sedikit wanita yang mendapatkan informasi dari layanan kesehatan. Ada nya tinggi kebutuhan informasi tentang menstruasi ada diantaranya dari laki-laki maupun perempuan dan tidak hanya remaja saja, hal ini membuat para komunitas kesehatan memiliki antusias yang tinggi untuk lebih meningkatkan pengetahuan mereka (Diamond-Smith et al., 2020).

Pendidikan dan pengetahuan tentang menstruasi untuk perempuan dan masyarakat umum baik anak laki-laki maupun laki-laki dewasa sangat penting, sebagai upaya tenaga kesehatan dalam mengatasi diskriminasi dan pengucilan bagi perempuan saat menstruasi perlu adanya pengetahuan yang baik, maka akan menciptakan dukungan yang baik dari lingkungan dapat memberikan kesempatan bagi perempuan untuk mengekspresikan kebutuhan dan emosi mereka (Ssewanyana & Bitanihirwe, 2019)

KESIMPULAN

Penelitian ini menyimpulkan bahwa faktor yang menyebabkan pengelolaan manajemen kebersihan menstruasi adalah adanya hubungan antara pengetahuan, orang-orang di sekeliling, dukungan dari teman dan keluarga, peran tenaga Kesehatan serta sarana prasarana sebagai peran utama dalam mengelola manajemen kebersihan menstruasi.

DAFTAR PUSTAKA

1. Kemenkes RI. Profil Kesehatan Indonesia 2020. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia <https://pusdatin.kemkes.go.id/resources/download/pusdatin/profil-kesehatan-indonesia/Profil-Kesehatan-Indonesia-Tahun-2020.pdf>. 2021;
2. Setyaningrum E, Aziz ZB. Pelayanan Keluarga Berencana & Kesehatan Reproduksi. 2014;
3. Kemenkes RI. Laporan nasional riskesdas 2018. Jakarta Kemenkes RI. 2018;154–66.
4. Sinaga E, Saribanon N, Suprihatin NS, Salamah U, Murti YA, Trisnamiati A. Santa Lorita. 2017. Manaj Kesehat Menstruasi Jakarta Univ Nasional, Jakarta.
5. Meinarisa M. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Menstrual Hygiene (PMH) Terhadap Sikap Remaja Putri dalam Menjaga Kebersihan Diri Selama Menstruasi. *J Endur Kaji Ilm Probl Kesehat*. 2019;4(1):141–9.
6. Organization WH. WHO recommendations for augmentation of labour. World Health Organization; 2014.
7. Sommer M, Sutherland C, Chandra-Mouli V. Putting menarche and girls into the global population health agenda. *Reprod Health*. 2015;12(1):1–3.
8. House S, Mahon T, Cavill S. Menstrual hygiene matters hygiene around the world. *UKaid*. 2012;1(1):2–343.
9. Indonesia KR. Bibliografi Terbitan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia Tahun 2015-2016. 2016;
10. Anand E, Singh J, Unisa S. Menstrual hygiene practices and its association with reproductive tract infections and abnormal vaginal discharge among women in India. *Sex Reprod Healthc*. 2015;6(4):249–54.
11. Kaur R, Kaur K, Kaur R. Menstrual hygiene, management, and waste disposal: practices and challenges faced by girls/women of developing countries. *J Environ Public Health*. 2018;2018.
12. Yasanti NKT. Hubungan Tingkat Pengetahuan dan Praktik Kebersihan Menstruasi Siswi SD dengan Pemanfaatan Sarana WASH (Water, Sanitation, and Hygiene) di Dua SD Full Day School Kota Malang. Universitas Brawijaya; 2018.
13. Novianti N, Erawan PE, Yasnani Y. Hubungan Pengetahuan, Sikap, Dan Tindakan Dengan Personal Hygiene Menstruasi Pada Rmaja Putri Di Smp Negeri Satap Bukit Asri Kabupaten Buton Tahun 2016. Haluoleo University; 2016.
14. Purwanti S. Praktik Kebersihan Saat Menstruasi Pada Remaja Di Kabupaten Pati Tahun 2017. UIN Syarif Hidayatullah Jakarta: Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, 2017; 2017.
15. Lestari P. Hubungan Pengetahuan Menstruasi dan Komunikasi Teman Sebaya Dengan Personal Hygiene Selama Menstruasi Pada Siswi SMA. UNS (Sebelas Maret University); 2014.
16. Fitriwati CI, Arofah S. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kebersihan Diri Selama Menstruasi pada Remaja Putri di Pondok Pesantren Yayasan Nurul Islam Kabupaten Bungo. *J Keperawatan dan Kesehat Masy Cendekia Utama*. 2021;10(2):141–51.
17. Haver J, Long JL. Menstrual Hygiene Management: Operational Guidelines. Save the Children; 2015.
18. Sitohang NA, Adella CA. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan dan Sikap Siswa SMP Dharma Pancasila Tentang Manajemen Kesehatan Menstruasi. *J Ris Hesti Medan Akper Kesdam I/BB Medan*. 2020;4(2):126–30.
19. Davis J, Macintyre A, Odagiri M, Suriastini W, Cordova A, Huggett C, et al. Menstrual hygiene management and school absenteeism among adolescent students in Indonesia: evidence from a cross-sectional school-based survey. *Trop Med Int Heal*. 2018;23(12):1350–63.
20. Shallo L, Ayele M, Sime G. Determinants of biogas technology adoption in southern Ethiopia. *Energy Sustain Soc*. 2020;10(1):1–13.