

PENGARUH EDUKASI TERHADAP PENGETAHUAN REMAJA TENTANG KESEHATAN REPRODUKSI

Ety Nurhayati

Program Studi Keperawatan, Universitas Esa Unggul, Jakarta, Indonesia
Jalan Arjuna Utara No.9, Kebon Jeruk, Jakarta 11510
Korespondensi E-mail: ety.nurhayati@esaunggul.ac.id

Submitted: 12 Januari 2023, Revised: 1 Maret 2023, Accepted: 10 Maret 2023

Abstract

Background: Adolescent reproductive health is an important issue that needs attention. The problem that often arises is an infection of the reproductive organs caused by the lack of education about reproductive health in adolescents. Women who are entering their teenage years are prone to experiencing reproductive health problems. This is due to physical, psychological, and social changes as well as the influence of foreign culture which considers talking about reproductive health to be taboo. **Objective:** to determine the effect of providing education on knowledge about reproductive health in adolescents. **Methods:** This type of research was quasi-experimental with one group, pretest-posttest design with a sample of 121 respondents, and purposive sampling data collection method. The data collection technique was by providing pretest and posttest questionnaires with Wilcoxon data analysis. **Result:** The results showed that there was an effect of education on adolescents' knowledge of reproductive health with a p -value = 0.000 (<0.05). **Recommendation:** This study recommended providing education to young women as one of the interventions to improve reproductive health status.

Keyword: Education, Adolescent, Knowledge, Reproductive Health

Abstrak

Latar Belakang: Kesehatan reproduksi remaja merupakan masalah penting yang perlu diperhatikan. Permasalahan yang sering muncul yaitu infeksi pada organ reproduksi yang disebabkan karena jarang dilakukan edukasi mengenai kesehatan reproduksi pada remaja. Pada wanita yang memasuki masa remaja rentan mengalami masalah Kesehatan pada reproduksi. Hal ini disebabkan karena adanya perubahan fisik, psikologi dan social serta pengaruh budaya asing yang menganggap pembicaraan mengenai Kesehatan reproduksi merupakan hal yang tabu. **Tujuan:** untuk mengetahui pengaruh pemberian edukasi terhadap pengetahuan tentang kesehatan reproduksi pada remaja. **Metode:** Jenis penelitian ini quasi eksperimental dengan *One group, pretest-posttest design* dengan sampel 121 responden dan metode pengumpulan data *Purposive sampling*. Teknik pengumpulan data yaitu dengan memberikan lembar kuesioner *pretest* dan *posttest* dengan analisis data *Wilcoxon*. **Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh edukasi terhadap pengetahuan remaja tentang kesehatan reproduksi dengan nilai p -value = 0,000 ($<0,05$). **Rekomendasi:** Pemberian edukasi pada remaja putri sebagai salah satu intervensi untuk meningkatkan status kesehatan reproduksi.

Kata Kunci: Edukasi, Pengetahuan, Remaja, Kesehatan Reproduksi

Pendahuluan

Kesehatan reproduksi remaja merupakan masalah penting yang perlu diperhatikan. Permasalahan yang sering muncul diantaranya infeksi pada organ reproduksi wanita yang disebabkan karena masih jarang dilakukan edukasi mengenai kesehatan reproduksi di Indonesia. Kesehatan Reproduksi merupakan keadaan sehat secara fisik, mental dan social menyeluruh dan utuh bukan hanya tidak ada penyakit maupun gangguan di tubuh yang berkaitan dengan sistem reproduksi, fungsi dan proses reproduksi. Kesehatan reproduksi sangat penting bagi pria dan wanita khususnya saat remaja. Pada wanita sistem reproduksi sangat sensitive terhadap penyakit bahkan penyakit lebih banyak berhubungan dengan fungsi dan kemampuan reproduksinya. Pada wanita yang memasuki masa remaja rentan mengalami masalah kesehatan pada reproduksi (Kartika, 2018).

World Health Organization (WHO) menjelaskan bahwa masalah Kesehatan reproduksi yang dialami perempuan dengan keadaan yang tidak baik sebanyak 33% dari keseluruhan berbagai penyakit yang dialami perempuan didunia (Permatasari & Suprayitno, 2021). Perubahan yang terjadi ketika dalam fase remaja seperti perubahan pada fisik, psikologi dan social serta adanya pengaruh budaya asing yang menganggap pembicaraan mengenai Kesehatan reproduksi merupakan hal yang tabu. Hal ini membuat remaja menjadi bingung dan cenderung berperilaku seksual yang berisiko serta rentan terkena masalah seksualitas dan perilaku berisiko pada remaja lainnya yaitu penyalahgunaan napza, narkotika, psikotropika, seks pra-nikah, kehamilan tidak diinginkan, berganti pasangan, Penyakit Menular Seksual (PMS), HIV/AIDS dan aborsi. Hal berisiko tersebut dapat berpengaruh terhadap Kesehatan reproduksi remaja (Kemenkes RI, 2017). Menurut SDKI 2012 KRR menyatakan bahwa tingkat pengetahuan remaja mengenai Kesehatan reproduksi masih rendah yaitu 73,46% remaja laki-laki dan 75,6% remaja perempuan dengan rentang usia 15-19 tahun di Indonesia tidak memiliki pemahaman yang cukup mengenai Kesehatan reproduksi (Aryani et al., 2022).

WHO menjelaskan kategori batasan pada usia remaja yaitu antara usia 10-19 dengan adanya kriteria pada masa pra remaja yaitu 10-12 tahun, pada masa remaja awal yaitu usia 12-15 tahun, remaja pertengahan yaitu pada usia 15-18 tahun dan remaja akhir berada pada usia 18-21 tahun (Hudhariani et al., 2019). Berdasarkan data dari *World Health Organization (WHO)* pada tahun 2020, jumlah penduduk diseluruh dunia dari usia 10-19 tahun mencapai 1,2 milyar orang atau sekitar 18% penduduk dunia atau 1 dari 6 populasi di dunia. Sedangkan di Indonesia menunjukkan bahwa penduduk di Indonesia dengan usia 10-19 tahun mencapai angka 45,3 juta jiwa ($\pm 17\%$) dari jumlah seluruh penduduk di Indonesia (WHO, 2020).

Pertumbuhan dan perkembangan tiap manusia ketika menginjak masa dewasa akan mengalami pubertas (Hudhariani et al., 2019). Pubertas pada remaja ini dimana hormon yang diproduksi oleh tubuh mengalami perubahan fisik, emosi, psikis yang terjadi pada perempuan dan laki-laki. Ketika perempuan akan beranjak remaja akan mengalami beberapa proses, salah satunya menstruasi (Agustin et al., 2022). Menstruasi terjadi tiap bulan dan suatu hal yang normal dialami tiap wanita yang sudah beranjak remaja (Lismawati et al., 2022). Lebih dari 300 juta wanita remaja dan dewasa mengalami menstruasi. Wanita yang mampu untuk mengelola menstruasi mereka sendiri dengan aman, higienis dan dengan kepercayaan diri dan harga diri itu penting bukan hanya untuk Kesehatan dan Pendidikan mereka saja, tetapi juga untuk pembangunan ekonomi dan kesetaraan gender secara keseluruhan (Wuryandari et al., 2021). Salah satu permasalahan pada remaja yang berkaitan dengan menstruasi yaitu kurangnya pengetahuan para remaja mengenai Manajemen Kebersihan Menstruasi (Sitohang & Cut, 2022).

Manajemen Kebersihan Menstruasi yang dilakukan remaja wanita harus mampu mengelola atau mengatur kebersihan dan kesehatan dirinya pada saat sedang menstruasi seperti mengganti sesering mungkin pembalut agar selalu bersih, serta didukung oleh akses untuk membuang sampah pembalut dan memiliki akses untuk mengganti pembalut, sabun dan air mengalir untuk dapat membersihkan diri dengan kondisi nyaman serta privasi (Pradipta et al., 2020). Secara global wanita dan anak perempuan mengalami kesulitan dalam melakukan kebersihan diri saat menstruasi. Ketidakkampuan wanita dalam

mengatasi kebutuhan kebersihan saat menstruasi dapat mengakibatkan adanya konsekuensi kebersihan dan Kesehatan, kesejahteraan yang luas sehingga hal tersebut akan mempengaruhi pencapaian Sustainable Development Goals (SDGs) terkait tujuan kelima yaitu kesetaraan gender. Hingga saat ini pengetahuan tentang kebersihan diri saat menstruasi didunia masih rendah.

Menurut World Bank sebanyak 500 juta remaja wanita didunia mengalami kesulitan mengelola menstruasi mereka. Berdasarkan studi di Asia dan Afrika menunjukkan bahwa banyak wanita belum mendapatkan pengetahuan secara formal mengenai menstruasi dan kebersihan organ reproduksi, mereka hanya mendapatkan informasi secara informal yaitu dari orang tua maupun kerabat (Hanisyahputri et al., 2020). Menurut Survei Demografi Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2017, kebersihan saat menstruasi remaja putri masih sangat buruk, penyebabnya yaitu 63% karena kurangnya pengetahuan tentang kebersihan selama menstruasi.

Mengoptimalkan kesehatan reproduksi meliputi tindakan teknik menjaga kebersihan wanita saat menstruasi, cara mengganti pembalut dan cara membuang atau mengelola pembalut. Menurut Plan International Indonesia pada tahun 2020 dijelaskan bahwa cara menjaga kebersihan saat menstruasi yaitu dengan mencuci pembalut yang telah digunakan dengan bersih lalu sebelum dibuang dibungkus terlebih dahulu dengan kantong plastic, membuang bekas pembalut ke tempat sampah, mencuci pembalut pakai ulang/pembalut kain setelah digunakan, pembalut diganti tiap 4-5 jam sekali, mandi 2 kali sehari agar tubuh selalu bersih dan segar selama menstruasi, mencuci tangan sebelum dan sesudah mengganti pembalut, jika menstruasi sudah lebih dari 15 hari, segera ke pelayanan Kesehatan terdekat seperti puskesmas. Menurut penelitian UNICEF tahun 2015 yang dilakukan oleh 1402 peserta pada 16 sekolah di 4 provinsi di Indonesia lebih dari 99% responden didaerah urban dan lebih dari 97% di daerah rural menggunakan pembalut sekali pakai dan pembalut cuci ulang didaerah rural 9,6% dan urban 5,5%. Kurang dari setengahnya (41%) remaja di daerah rural mengganti pembalut setidaknya 4-8 jam sekali atau hanya ketika kotor lalu sisanya (46%) mengganti pembalut kurang dari dua kali sehari (Burnett Institute Partners, 2015). Kebersihan tangan sebelum dan sesudah mengganti pembalut juga masuk kedalam manajemen kebersihan menstruasi. Tetapi hanya 1 dari 2 anak perempuan yang mencuci tangan sesudah dan sebelum mengganti pembalut. Terdapat lebih dari 90% remaja putri mencuci tangan dengan sabun setelah mengganti pembalut yang mereka gunakan, sedangkan didaerah urban hanya 59% dan didaerah rural 48% yang mencuci tangan sebelum dan sesudah mengganti pembalut (Chandra-Mouli & Patel, 2020a).

Penelitian oleh Plan International Indonesia tahun 2016 menyebutkan bahwa hanya 25% anak perempuan yang diajarkan cara membuang pembalut dengan benar. Pada remaja daerah urban umumnya membuang pembalut sekali pakai ketempat sampah (78%) sedangkan di daerah rural seperempat remaja menguburnya (38%). Lebih dari seperempat remaja membuang sampah pembalut di toilet siram (21%) atau lubang jamban (6%), remaja putri daerah urban dan rural sangat sedikit membuang dengan cara dibakar (Sinaga et al., 2017).

Permasalahan remaja yang sering muncul diantaranya nyeri saat menstruasi sehingga mengganggu aktifitas, hal ini sejalan dengan penelitian UNICEF di Indonesia menunjukkan bahwa 1 dari 6 anak perempuan terpaksa tidak masuk sekolah selama 1 atau 2 hari bahkan lebih. Hal ini menyebabkan siswi ketinggalan materi pembelajaran. Penyebab dari absennya siswi ini adalah nyeri saat haid, tidak tersedia obat penghilang nyeri disekolah, tidak nyaman untuk ganti pembalut disekolah, tidak membawa pembalut cadangan, tidak ada tempat sampah dan kantong pembungkus sampah pembalut, sehingga siswi banyak yang membuang pembalut ke sembarang tempat seperti dilubang kloset yang menyebabkan lubang kloset tersumbat, kotor dan tidak berfungsi seperti semula (UNICEF, 2015). Remaja putri di Ethiopia (54,51%), Bangladesh (41%) dan Uganda (61,7%) tidak masuk sekolah ketika menstruasi karena takut bocor, diganggu didalam kelas dan tidak ada privasi (Alam et al., 2017). Perundungan disekolah juga bisa terjadi karena kurangnya pengetahuan tentang

mansitrasi. Sebanyak 39% siswi SD dan SMP mengalami perundungan ketika menstruasi (Plan International Indonesia, 2018).

Berdasarkan data Yayasan Plan Internasional Indonesia (YPIL) pada tahun 2018 menunjukkan 63% orang tua tidak memberikan edukasi tentang menstruasi kepada anak perempuannya. Disekolah para guru juga tidak memaparkan materi mengenai menstruasi kepada siswinya sehingga sebanyak 39% anak perempuan mengalami perundungan saat menstruasi. Di Indonesia edukasi mengenai menstruasi masih jarang dilakukan karena dianggap hal tabu dan tidak pantas untuk dibicarakan (Putra, 2022). Ditambah orang tua, guru, teman, orang sekitar tidak dapat memberikan pengetahuan atau edukasi mengenai menstruasi secara akurat dan menyeluruh (Sitohang & Cut, 2022).

Berdasarkan survei pendahuluan yang sudah dilakukan dengan cara wawancara singkat di SMP Islam Almanar Bekasi, didapatkan bahwa belum pernah ada penyampaian materi mengenai kesehatan reproduksi remaja sehingga diperlukan adanya pengembangan pengetahuan mengenai kesehatan reproduksi remaja pada siswi-siswi SMP Islam Almanar. Berdasarkan jumlah siswi yang dilakukan wawancara yaitu sebanyak 15 remaja siswi mengenai kesehatan reproduksi diantaranya tentang kebersihan diri saat menstruasi seperti frekuensi mengganti pembalut, bahan celana dalam yang baik, jenis pembalut, cara pengelolaan bekas pembalut didapatkan bahwa sebanyak 11 orang (73%) tidak mengetahui mengenai kebersihan diri selama menstruasi dan hanya 4 orang (17%) yang mengetahuinya. Dari 15 remaja siswi yang diwawancarai hanya 2 orang (13%) yang pernah mengganti pembalutnya disekolah dan siswanya yaitu 13 orang (87%) tidak pernah mengganti pembalut disekolah dengan alasan tidak nyaman untuk mengganti pembalut disekolah dan tidak masuk sekolah bila mengalami nyeri haid.

Penelitian ini memberikan edukasi dengan media booklet dan leaflet serta kuesioner. Sebelum pemberian edukasi, dilakukan pre test dengan memberikan kuesioner tentang kesehatan reproduksi remaja yang sudah terbukti valid dan reliable untuk mengukur pengetahuan remaja berjumlah 20 soal lalu dilakukan post test. Penelitian ini juga dilakukan untuk menganalisa tingkat pengetahuan remaja tentang kesehatan reproduksi di SMP Islam Almanar Bekasi. Pengisian pretest dan posttest masing-masing adalah 20 menit.

Edukasi yang diberikan yaitu menarche, siklus menstruasi, dismenorea, jenis pembalut, ukuran pembalut, cara pengelolaan sampah pembalut yang benar, cara mengganti pembalut, cara mencuci pembalut kain maupun pembalut sekali pakai, frekuensi mengganti pembalut, cara menjaga kebersihan diri dan lingkungan saat menstruasi, cara mengatasi kebocoran saat disekolah dan lainnya. Populasi penelitian ini seluruh siswi perempuan SMP Islam Almanar Bekasi dari kelas 7,8 dan 9 yang berjumlah 199 siswi dan dengan sampel penelitian berjumlah 121 siswi yang dihitung melalui perhitungan rumus slovin sehingga pada penelitian ini dapat diketahui karakteristik responden, pengetahuan remaja sebelum dan sesudah diberikan edukasi dan pengaruh pemberian edukasi tentang kesehatan reproduksi terhadap pengetahuan remaja di SMP Islam Almanar Bekasi.

Metode

Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan menggunakan metode *quasi eksperimental* dan rancangan desain penelitian yaitu *One group, pretest-posttest design*. Populasi penelitian ini adalah seluruh siswi perempuan SMP Islam Almanar Bekasi dari kelas 7, 8 dan 9 yaitu dengan total 199 siswi. Sampel penelitian 121 siswi. Teknik pengambilan sampel menggunakan metode *Purposive Sampling*. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner untuk melihat pengetahuan responden sebelum dan sesudah dilakukan edukasi. Analisa data yang digunakan yaitu analisa univariat dan bivariat dengan uji *Wilcoxon Signed Rank* untuk mengetahui pengaruh pemberian edukasi.

Hasil

Table 1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

| Usia | n | % |
|-------|-----|-----|
| 12 | 6 | 5 |
| 13 | 44 | 36 |
| 14 | 64 | 53 |
| 15 | 7 | 6 |
| Total | 121 | 100 |

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa dari 121 responden, mayoritas responden berumur 14 tahun sebanyak 64 (53%) siswi, kemudian usia 13 tahun sebanyak 44 (36%) siswi, usia 15 tahun sebanyak 7 (6%) siswi dan minoritas berumur 12 tahun sebanyak 6 (5%) siswi. Rata-rata usia pada 121 responden yaitu 13,61%.

Table 2. Distribusi Frekuensi pengetahuan remaja sebelum dan setelah diberikan perlakuan (n=121)

| Tingkat pengetahuan | n | % |
|---------------------|-----|-----|
| Pretest | | |
| Baik | 65 | 54 |
| Kurang | 56 | 46 |
| Total | 121 | 100 |
| Posttest | | |
| Baik | 111 | 92 |
| Kurang | 10 | 8 |
| Total | 121 | 100 |

Berdasarkan table diatas menunjukkan bahwa dari total 121 siswi, sebanyak 65 (54%) siswi mempunyai tingkat pengetahuan yang baik, sedangkan 56 (46%) siswi mempunyai tingkat pengetahuan yang kurang. Setelah diberikan perlakuan atau edukasi pengetahuan remaja meningkat dari total 121 siswi sebanyak 111 (92%) siswi mempunyai tingkat pengetahuan yang baik dan 10 (8%) siswi mempunyai tingkat pengetahuan yang masih kurang.

Table 3. Pengaruh pengetahuan remaja sebelum dan sesudah diberikan edukasi

| Variabel | N | Mean | SD | p-value |
|--------------|-----|--------|-------|---------|
| Pre edukasi | 121 | 17.405 | 1.492 | 0.000 |
| Post edukasi | 121 | 19.528 | 0.731 | |

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa nilai rata-rata pengetahuan remaja sebelum diberikan edukasi adalah 17,405. Kemudian setelah diberikan edukasi nilai rata-rata pengetahuan menjadi 19,528. Dari hasil uji *Wilcoxon Signed Rank Test* ini dapat di simpulkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan remaja setelah diberikan edukasi dengan nilai p-value 0,000 (<0,05).

Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan didapatkan bahwa usia pada remaja siswi yang menjadi responden semua tergolong pada usia masa remaja awal yang ditandai dengan proses terjadinya menstruasi yaitu dari usia 12 sampai 15 tahun. Menurut Notoatmodjo, usia seseorang dapat berpengaruh terhadap daya tangkap dan pola pikir seseorang. Semakin bertambahnya usia seseorang maka daya tangkap dan pola pikirnya pun semakin berkembang sehingga pengetahuan yang diperoleh juga semakin baik.

Hasil penelitian yang sudah dilakukan dalam satu hari menunjukkan bahwa adanya peningkatan pengetahuan. Hal ini sesuai dengan penelitian yang telah dilakukan oleh (Purba et al., 2021) dengan judul Manajemen Kebersihan Menstruasi (MKM). Pada Remaja Sebagai Penerapan Prilaku Menjaga Kebersihan Diri dan Lingkungan menunjukkan hasil penelitian bahwa sebelum diberikan edukasi (Pretest) tingkat pengetahuan remaja putri tentang Kebersihan Menstruasi mayoritas adalah dengan tingkat pengetahuan yang kurang yaitu sebanyak 22 orang (70%) dan setelah diberikan edukasi (Posttest) dengan presentasi dan video interaktif, tingkat pengetahuan remaja putri menunjukkan adanya peningkatan dimana mayoritas responden tingkat pengetahuan baik yaitu sebanyak 25 orang (78,5%).

Pengetahuan merupakan suatu hasil penginderaan pada manusia atau suatu hasil tahu manusia pada objek yang diamati melalui indera yang dimiliki yaitu mata, hidung, telinga dan lainnya) dan dalam mengukur pengetahuan seseorang dilakukan dengan cara wawancara atau dengan angket yang didalamnya menanyakan isi materi yang ingin diukur dari suatu subjek penelitian (Notoatmodjo, 2018). Pengetahuan remaja tentang Kesehatan reproduksi setelah diberikan edukasi menunjukkan bahwa pengetahuan meningkat dengan pengetahuan yang baik hanya sedikit mempunyai pengetahuan yang masih kurang.

Penelitian ini didapatkan semua siswa yang mendapatkan edukasi mengalami peningkatan pengetahuan. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Sitohang & Cut, 2022) menunjukkan hasil uji statistik beda mean 7,72 dan nilai $p = 0,001$ ($p < 0,05$) sehingga disimpulkan bahwa ada pengaruh yang signifikan pendidikan Kesehatan terhadap pengetahuan siswi tentang Kesehatan reproduksi sebelum maupun setelah diberikan Pendidikan Kesehatan.

Kesimpulan

Penelitian ini menunjukkan bahwa ada pengaruh yang signifikan terhadap tingkat pengetahuan remaja putri tentang kesehatan reproduksi setelah diberikan pendidikan kesehatan.

Daftar Pustaka

- Abdullah, V. I., & Tambunan, A. S. (2020). Pengaruh Metode Permainan Find Your Mate terhadap Peningkatan Pengetahuan Kader Posyandu tentang Lima Meja Di Puskesmas Klasaman Kota Sorong Tahun 2019. *Jurnal Kesehatan Indonesia*, 10(3), 159–163. <https://doi.org/10.33657/JURKESSIA.V10I3.250>
- Anggreani, G. N., & Fadriah, R. N. (2022). Perilaku Remaja Putri dalam Menyikapi Manajemen Kebersihan Menstruasi di SMP Negeri 9 Kota Palu. *Journal.Universitaspahlawan.Ac.Id*, 6(1), 31–45. <http://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/doppler/article/view/4053>
- Angrainy, R., Fitri, L., & Wulandari, V. (2019). Pengetahuan Remaja Putri Tentang Konsumsi Tablet FE pada Saat Menstruasi Penganemia. *Jurnal Endurance : Kajian Ilmiah Problema Kesehatan*, 4(2), 343–349. <https://doi.org/10.22216/JEN.V4I2.4100>
- Anjaswarni, T., Nursalam, N., Widati, S., & Yusuf, A. (2019). *Deteksi Dini Potensi Kenakalan Remaja (Juvenile Delinquency) dan Solusi*. Zifatama Jawa.
- Aryani, N. P., Idyawati, S., & Salfarina, A. L. (2022). Kurangnya Tingkat Pengetahuan Remaja tentang Kesehatan Reproduksi. *Jurnal LENTERA*, 2(1), 148–153. <https://journal.stikesyarsimataram.ac.id/index.php/lentera/article/view/168>
- Burnett Institute Partners. (2015). *Menstrual Hygiene Management in Indonesia; Understanding practices, determinants and impacts among adolescent school girls*. UNICEF Indonesia in collaboration with Burnet Institute, SurveyMETER, WaterAid Australia, Aliansi Remaja Independen.
- Chandra-Mouli, V., & Patel, S. V. (2020a). *Mapping the Knowledge and Understanding of Menarche, Menstrual Hygiene and Menstrual Health Among Adolescent Girls in Low- and Middle-Income Countries* (p. 609).
- Chandra-Mouli, V., & Patel, S. V. (2020b). *Mapping the Knowledge and Understanding of Menarche, Menstrual Hygiene and Menstrual Health Among Adolescent Girls in Low- and Middle-Income Countries*.

- Darsini, D., Fahrurrozi, F., & Cahyono, E. A. (2019). Pengetahuan; Artikel Review. *E-Journal.Lppmdianhusada.Ac.Id*, 12(1). <http://e-journal.lppmdianhusada.ac.id/index.php/jk/article/view/96>
- Deade, F. M., Ernita, L., & Nugrahmi, M. A. (2022). Gambaran Tingkat Pengetahuan terhadap Kesiapan Remaja Putri Pra-Pubertas dalam Menghadapi Menarche Di Panti Asuhan Aisyiyah Bukittinggi Tahun 2021. *Jurnal Ners*, 6(1), 67–74. <https://doi.org/10.31004/JN.V6I1.3911>
- Dolang, M. W., & Kiriweno, E. (2020). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Higiene Menstruasi Terhadap Pengetahuan Remaja Putri. *BIOSEL (Biology Science and Education): Jurnal Penelitian Science Dan Pendidikan*, 9(1), 101–108. <https://doi.org/10.33477/BS.V9I1.1327>
- Dwiyono, Y. (2021). *Perkembangan Peserta Didik*. Deepublish.
- Hamka, M. A., Tahir, S. R., & Djadir, D. (2021). Efektivitas Pembelajaran Matematika Melalui Penerapan Metode Index Card Match pada Siswa Kelas VII SMP Nasional Makassar. *Jurnal Riset Dan Inovasi Pembelajaran*, 1(1), 64–74. <https://doi.org/10.51574/JRIP.V1I1.18>
- Hanisyahputri, N. A., Ramadany, S., Tamar, M., Prihartini, S. D., Dwi, A., & Sari, A. (2020). Pengaruh Penerapan Interprofessional Education Terhadap Pengetahuan, Sikap Dan Perilaku Remaja Tentang Menstrual Hygiene Management. *Oksitosin: Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 7(2), 154–171. <https://doi.org/10.35316/OKSITOSIN.V7I2.655>
- Harmoko, H., Asna, I. K., Rahmi, S., Adoe, V. S., Dyanasari, D., & Arina, F. (2022). *Buku Ajar Metodologi Penelitian*. CV. Feniks Muda Sejahtera. https://www.google.co.id/books/edition/BUKU_AJAR_METODOLOGI_PENELITIAN/x2JIEAAQBAJ?hl=id&gbpv=1&dq=jansen+2020+hipotesis+penelitian&pg=PA27&printsec=frontcover
- Haruna, S. R., Ponseng, N. A., Rahmadani, S., Rosnania, R., Afrida, A., & Bubun, J. (2021). *Kepatuhan Masyarakat dalam Penggunaan Masker Sebagai Salah Satu Upaya Pencegahan Covid-19*. Uwais Inspirasi Indonesia.
- Haslan, H. (2020). *Asuhan Kebidanan Kehamilan Terintegrasi*. Insan Cendekia Mandiri.
- Hastuti, H., Dewi, R. K., & Pramana, R. P. (2019). *Studi Kasus Manajemen Kebersihan Menstruasi (MKM) Siswa SD dan SMP di Indonesia*.
- Hudhariani, R. N., Setyani, A., & Lestari, S. P. (2019). Hubungan Tingkat Stress dengan Siklus Menstruasi pada Remaja Putri Sekolah Menengah Atas 15 Kota Semarang. *Jurnal.Stikeskendedes.Ac.Id*, 1(3), 1–6. <http://jurnal.stikeskendedes.ac.id/index.php/KMJ/article/view/126>
- Hutasoit, M., Trisetiyaningsih, Y., Susanti, D., & Yati, D. (2022). Pengenalan dan Pencegahan Pre Menstual Syndrome pada Remaja Putri Di SMA Negeri 1 Godean Yogyakarta. *Jurnal.Poltekkeskhjogja.Ac.Id*, 4(1), 37–41. <http://jurnal.poltekkeskhjogja.ac.id/index.php/jpmkh/article/view/536>
- Idaningsih, A. (2021). *Asuhan Kebidanan pada Masa Kehamilan*. LovRinz Publishing.
- Jalilah, N. H., & Prapitasari, R. (2020). *Buku Ajar Kesehatan Reproduksi dan Keluarga Berencana* (A. Abdul (Ed.)). Adab.
- Kartika, C. S. (2018). Analisis Perilaku Vulva Hygiene Remaja Putri Saat Menstruasi Di 3 SMP Wilayah Kecamatan Cengkareng Jakarta Barat Tahun 2017. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Delima*, 2(2), 98–111. <http://ejournal.stikessalsabilaserang.ac.id/index.php/JIKD/article/view/32>
- Kementerian Pendidikan dan Budaya. (2017). *Panduan Manajemen Kebersihan Menstruasi Bagi Guru dan Orang Tua*. WHO/UNICEF.
- Kusumastuti, D. A., & Hartinah, D. (2018). Hubungan Periode Penggunaan Alat Kontrasepsi Suntik 3 Bulan dengan Siklus Menstruasi. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*, 9(2), 177–191. <https://doi.org/10.26751/JIKK.V9I2.439>
- Lismawati, L., Buchari, A., & Barus, S. S. J. (2022). Pendidikan Kesehatan Putri Dalam Menjaga Kesehatan Reproduksi Pada Saat Menstruasi Di SMP Swasta Al-Hikmah Marihat Bandar Kabupaten Simalungun. *Pusdikra-Publishing.Com*, 2(1), 205–208. <https://pusdikra-publishing.com/index.php/jesst/article/view/531>

- Ngestiningrum, A. H., Nuryani, N., & Setiyani, A. (2017). Efektifitas Metode "Index Card Match" dan Ceramah dalam Meningkatkan Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Personal Hygiene saat Menstruasi pada Remaja. *2trik.Jurnalelektronik.Com*, 7(2), 2089–4686. <http://2trik.jurnalelektronik.com/index.php/2trik/article/view/68>
- Nisa, E. (2021). *Determinan Disfungsi Seksual pada Wanita Usia Lanjut*. Media Sains Indonesia.
- Notoatmodjo, S. (2018). *Metodologi penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta.
- Nurfadilah, H., Muhdar, I. N., & Dhanny, D. R. (2022). Aktivitas Fisik dan Tingkat Stress dengan Siklus Menstruasi pada Mahasiswa FIKES UHAMKA. *Jurnal Ilmiah Kesehatan (JIKA)*, 4(1), 9–17. <https://doi.org/10.36590/JIKA.V4I1.204>
- Nursalam, N. (2020). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan Pendekatan Praktis (Edisi 5)*.
- Pamungkas, R. A., Nusdin, N., Siokal, B., & Sudarman, S. (2016). *Statistik untuk Perawat dan Kesehatan (A. Maftuhin (Ed.))*. Trans Info Media.
- Pamungkas, R. A., & Usman, A. M. (2017). *Metodologi Riset Keperawatan*. TIM.
- Patonah, S., & Azizah, F. (2018). Hubungan antara Siklus Menstruasi dengan Kadar Hemoglobin pada Remaja Putri. *Ejournal.Rajekwesi.Ac.Id*, 10(2). <http://ejournal.rajekwesi.ac.id/index.php/jurnal-penelitian-kesehatan/article/view/194>
- Permatasari, D., & Suprayitno, E. (2021). Pendidikan Kesehatan Reproduksi pada Remaja. *Jurnal Empathy Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(1), 8–12. <https://doi.org/10.37341/JURNALEMPATHY.V2I1.46>
- Ping, M. F., Natalia, E., & Antika, E. (2020). *Kesehatan Reproduksi Remaja Putri*. Sebatik.
- Plan Internasional Indonesia. (2016). *Hasil Penelitian Manajemen Kebersihan Menstruasi di Nusa Tenggara Barat*.
- Plan International Indonesia. (2018).
- Pradipta, U., Yanuarini, T. A., & Hardjito, K. (2020). Pengaruh Permainan Edukatif terhadap Perilaku Remaja Putri dalam Manajemen Kebersihan Menstruasi (MKM). *Jurnal Pendidikan Kesehatan*, 9(1), 21–33. <https://doi.org/10.31290/JPK.V9I1.1480>
- Pratama, D., & Sari, Y. P. (2021). Karakteristik Perkembangan Remaja. *Edukasimu.Org*, 1(3), 1–9. <http://edukasimu.org/index.php/edukasimu/article/view/49>
- Purba, N. H., Fariningsih, E., Oktavia, L. D., & Safitri, M. (2021). Manajemen Kebersihan Menstruasi (MKM) pada Remaja Sebagai Penerapan Prilaku Menjaga Kebersihan Diri dan Lingkungan. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 5(2), 633–641. <https://doi.org/10.31764/JMM.V5I2.4111>
- Putra, A. (2022). Edukasi Manajemen Kebersihan Menstruasi (MKM) Komunitas Sosial Start Community dalam Ketauan Anak pada Masa Pubertas. *Journalsociologie.Fisip.Unila.Ac.Id*, 1(1), 23–32. <https://journalsociologie.fisip.unila.ac.id/index.php/jurnal/article/download/51/8>
- Qomusuddin, I. F., & Romlah, S. (2021). *Analisis Data Kuantitatif dengan Program IBM SPSS Statistic 20.0*. Deepublish Publisher. <https://books.google.co.id/books?hl=id&lr=&id=P3tmEAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PP1&dq=Analisis+Data+Kuantitatif+dengan+Program+IBM+SPSS+Statistic+20.0books.google.co.id+>+books+Ivan+Fanani+Qomusuddin,+M.Pd.,+M.T.,+Siti+Romlah,+M.Ag.+>+2021&ots=HNvnmly08n&sig=ObdKs>
- Rahmawati, L. Fitri, Widyasih, H., & Estiwidani, D. (2020). *Pengaruh Media Aplikasi MKM terhadap Peningkatan Pengetahuan Manajemen Kebersihan Menstruasi Siswi Kelas VII Di SMPN 3 Sleman Tahun 2019* [Poltekkes Kemenkes Yogyakarta]. <http://eprints.poltekkesjogja.ac.id/id/eprint/2293>
- Rapingah, S., Sugiarto, M., Sabir, M., Haryanto, T., Nurmalasari, N., Gaffar, M. I., & Alfalisyanto, A. (2022). *Buku Ajar Metode Penelitian*. CV. Feniks Muda Sejahtera. https://www.google.co.id/books/edition/BUKU_AJAR_METODE_PENELITIAN/oGJIEAAQBAJ?hl=id&gbpv=1&dq=%22variabel+dependen%22&pg=PA55&printsec=frontcover