

HUBUNGAN PENGETAHUAN, SIKAP DAN PENDIDIKAN KESEHATAN REPRODUKSI TERHADAP PERILAKU HIGIENE MENSTRUASI PADA SISWI DI MTS AL-IRSYAD GAJAH

Adinta Rizqi Rivada¹, Rusnoto², Sri Siska Mardiana³

adintarizqir@gmail.com¹, rusnoto001@gmail.com², sisiska@umkudus.ac.id³

Universitas Muhammadiyah Kudus

ABSTRAK

Masa remaja merupakan fase perkembangan yang ditandai dengan perubahan fisik, psikologis, dan sosial sehingga remaja rentan mengalami permasalahan kesehatan reproduksi, termasuk perilaku higiene menstruasi yang kurang baik. Kurangnya pengetahuan, sikap yang kurang mendukung, serta minimnya pendidikan kesehatan reproduksi dapat memengaruhi perilaku remaja dalam menjaga kebersihan diri selama menstruasi. Penelitian ini bertujuan menganalisis hubungan pengetahuan, sikap, dan pendidikan kesehatan reproduksi terhadap perilaku higiene menstruasi pada siswi di MTs Al-Irsyad Gajah. Penelitian menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan cross sectional. Populasi penelitian berjumlah 50 siswi kelas VII A–D, dengan sampel sebanyak 44 responden yang dipilih menggunakan teknik total sampling. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner pengetahuan, sikap, pendidikan kesehatan reproduksi, dan perilaku higiene menstruasi. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat menggunakan uji Spearman Rank Correlation. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan perilaku higiene menstruasi ($p=0,000$; $r=0,989$), sikap dengan perilaku higiene menstruasi ($p=0,000$; $r=0,968$), serta pendidikan kesehatan reproduksi dengan perilaku higiene menstruasi ($p=0,000$; $r=0,868$). Semakin baik pengetahuan, sikap, dan pendidikan kesehatan reproduksi yang dimiliki siswi, semakin baik pula perilaku higiene menstruasi yang diterapkan. Oleh karena itu, sekolah dan tenaga kesehatan perlu meningkatkan edukasi kesehatan reproduksi secara berkelanjutan untuk mendukung terbentuknya perilaku higiene menstruasi yang baik pada remaja putri.

Kata Kunci : Pengetahuan; Sikap; Pendidikan Kesehatan Reproduksi.

PENDAHULUAN

Menstruasi merupakan proses fisiologis yang menandai kematangan sistem reproduksi perempuan dan terjadi secara normal setiap bulan pada remaja putri. Selama periode menstruasi, kebersihan area genital (menstrual hygiene) perlu dijaga secara optimal karena kondisi organ reproduksi menjadi lebih lembap akibat adanya darah menstruasi sehingga memudahkan pertumbuhan bakteri, jamur, maupun mikroorganisme lainnya (Fitriani et al., 2022). Praktik higiene menstruasi yang tidak tepat, seperti jarang mengganti pembalut, membersihkan organ genital dari arah yang salah, menggunakan pembalut terlalu lama, atau tidak mencuci tangan sebelum dan sesudah mengganti pembalut, dapat meningkatkan risiko terjadinya infeksi saluran reproduksi, keputihan patologis, infeksi saluran kemih, penyakit radang panggul, bahkan gangguan fertilitas pada masa mendatang (Abdal et al., 2024).

Masalah higiene menstruasi masih menjadi isu kesehatan masyarakat di berbagai negara. UNICEF dan WHO melaporkan bahwa jutaan remaja putri di dunia masih menghadapi keterbatasan dalam praktik higiene menstruasi yang aman akibat kurangnya pengetahuan, keterbatasan akses terhadap fasilitas sanitasi, serta minimnya pendidikan kesehatan reproduksi. Diperkirakan lebih dari 500 juta perempuan dan remaja putri di dunia belum memiliki akses yang memadai terhadap fasilitas, informasi, dan sarana pendukung untuk melakukan praktik menstrual hygiene management yang baik (WHO, 2023). Selain itu, berbagai penelitian internasional menunjukkan bahwa sekitar 35–42% remaja putri masih memiliki praktik higiene menstruasi yang kurang baik, sehingga meningkatkan risiko terjadinya gangguan kesehatan reproduksi (UNICEF, 2023).

Di Indonesia, praktik higiene menstruasi pada remaja putri masih menjadi permasalahan kesehatan reproduksi. Hasil survei terhadap 1.159 remaja putri usia 12–19 tahun di empat provinsi di Indonesia menunjukkan bahwa 64,1% remaja putri memiliki praktik menstrual hygiene management yang kurang baik (poor menstrual hygiene management), sehingga berisiko mengalami gangguan kesehatan reproduksi dan ketidakhadiran di sekolah selama menstruasi (Davis et al., 2018). Penelitian Wulandari et al. (2022) menunjukkan bahwa sekitar 75% remaja putri belum memahami personal hygiene menstruasi dengan baik, sedangkan penelitian lain menunjukkan bahwa perilaku higiene menstruasi yang kurang baik masih banyak ditemukan pada remaja sekolah menengah karena rendahnya pengetahuan, sikap yang kurang mendukung, serta keterbatasan akses terhadap informasi kesehatan reproduksi (Aufa et al., 2023).

Di Provinsi Jawa Tengah, praktik higiene menstruasi pada remaja putri masih belum optimal. Penelitian pada siswi SMA di Kota Semarang menunjukkan bahwa 75,7% remaja putri memiliki perilaku personal hygiene menstruasi pada kategori cukup, 17,4% kategori baik, dan 6,9% kategori kurang, sehingga masih diperlukan peningkatan edukasi mengenai praktik higiene menstruasi yang benar (Rachma & Lestari, 2024). Di Kabupaten Kudus, praktik personal hygiene selama menstruasi juga masih belum optimal. Penelitian di Dukuh Sudimoro, Desa Karangmalang, Kecamatan Gebog menunjukkan bahwa 54% remaja putri memiliki perilaku personal hygiene selama menstruasi pada kategori cukup, sehingga masih diperlukan peningkatan edukasi mengenai praktik higiene menstruasi yang benar (Pujiati, 2025).

Perilaku higiene menstruasi merupakan serangkaian tindakan yang dilakukan perempuan untuk menjaga kebersihan area genital selama menstruasi, meliputi mencuci tangan sebelum dan sesudah mengganti pembalut, mengganti pembalut setiap 4–6 jam atau ketika sudah penuh, membersihkan organ genital dari arah depan ke belakang menggunakan air bersih, menjaga kebersihan pakaian dalam, serta membuang pembalut bekas dengan benar. Penerapan praktik higiene menstruasi yang baik berperan penting dalam mencegah infeksi saluran reproduksi dan meningkatkan kualitas hidup remaja putri (Fitriani et al., 2022).

Salah satu faktor yang memengaruhi perilaku higiene menstruasi adalah pengetahuan. Pengetahuan yang baik mengenai menstruasi dan cara menjaga kebersihan area genital akan mendorong remaja melakukan praktik higiene yang benar. Sebaliknya, kurangnya pengetahuan menyebabkan remaja lebih rentan melakukan perilaku yang tidak tepat, seperti jarang mengganti pembalut atau membersihkan organ intim dengan cara yang salah (Fitriani et al., 2022). Penelitian Sinay et al. (2025) menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan dengan perilaku personal hygiene menstruasi.

Selain pengetahuan, sikap juga berperan penting dalam pembentukan perilaku higiene menstruasi. Remaja yang memiliki sikap positif terhadap pentingnya menjaga kebersihan selama menstruasi cenderung menerapkan perilaku higiene yang baik. Sebaliknya, anggapan bahwa menstruasi merupakan hal yang tabu atau rasa malu membicarakan menstruasi dapat menghambat penerapan praktik kebersihan yang benar (Abdal et al., 2024). Penelitian Mara et al. (2022) menunjukkan adanya hubungan yang bermakna antara sikap dengan perilaku menstrual hygiene pada remaja putri. Faktor lain yang memengaruhi perilaku higiene menstruasi adalah pendidikan kesehatan reproduksi. Pendidikan kesehatan reproduksi memberikan informasi mengenai perubahan fisiologis saat menstruasi, cara menjaga kebersihan organ reproduksi, serta pencegahan infeksi. Remaja yang memperoleh pendidikan kesehatan reproduksi dari tenaga kesehatan, guru, maupun media edukatif memiliki pemahaman yang lebih baik sehingga mampu menerapkan praktik higiene menstruasi secara benar (Fitriani et al., 2022). Penelitian Qolbah et al. (2024) menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan reproduksi berhubungan signifikan dengan perilaku personal hygiene menstruasi pada remaja. Penelitian terdahulu oleh Elza Wulandari dkk. (2024) menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan dan sumber informasi dengan personal hygiene saat menstruasi pada remaja putri di wilayah kerja Puskesmas Perawatan Lubuk Durian. Penelitian lain oleh Laswini dan Nancy (2022) menunjukkan bahwa sikap memiliki hubungan yang signifikan dengan perilaku personal hygiene menstruasi, sedangkan pengetahuan tidak menunjukkan hubungan yang bermakna. Perbedaan hasil tersebut menunjukkan bahwa masih terdapat inkonsistensi mengenai faktor-faktor yang memengaruhi perilaku higiene menstruasi pada remaja, sehingga diperlukan penelitian lebih lanjut.

Keterbaruan penelitian ini terletak pada pengkajian hubungan pengetahuan, sikap, dan pendidikan kesehatan reproduksi terhadap perilaku higiene area menstruasi pada remaja putri di Mts Al-Irsyad Gajah. Penelitian ini tidak hanya menilai faktor internal berupa pengetahuan dan sikap, tetapi juga faktor eksternal berupa pendidikan kesehatan reproduksi sebagai upaya promotif yang dapat dimodifikasi melalui intervensi pendidikan kesehatan.

Studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 18–20 April 2026 terhadap 10 siswi Mts Al-Irsyad Gajah menunjukkan bahwa praktik higiene area menstruasi masih belum optimal. Sebanyak 6 siswi (60%) memiliki pengetahuan kurang mengenai higiene menstruasi, 5 siswi (50%) memiliki sikap yang kurang mendukung terhadap pentingnya menjaga kebersihan selama menstruasi, dan hanya 4 siswi (40%) yang menerapkan perilaku higiene menstruasi dengan baik, seperti mengganti pembalut secara teratur, mencuci tangan sebelum dan sesudah mengganti pembalut, serta membersihkan organ genital dari arah depan ke belakang. Sebaliknya, 6 siswi (60%) masih menunjukkan perilaku higiene yang kurang baik, seperti menggunakan pembalut terlalu lama, tidak mencuci tangan saat mengganti pembalut, dan kurang tepat dalam menjaga kebersihan area genital.

Berdasarkan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa praktik higiene area menstruasi pada remaja putri masih belum optimal dan dipengaruhi oleh berbagai faktor, terutama pengetahuan, sikap, dan pendidikan kesehatan reproduksi. Oleh karena itu, perlu dilakukan penelitian mengenai Hubungan Pengetahuan, Sikap Dan Pendidikan Kesehatan Reproduksi Terhadap Perilaku Higiene Menstruasi Pada Siswi Di Mts Al-Irsyad Gajah sebagai dasar penyusunan program edukasi kesehatan reproduksi yang lebih efektif.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain korelasional dengan pendekatan cross-sectional untuk menganalisis Hubungan Pengetahuan, Sikap Dan Pendidikan Kesehatan Reproduksi Terhadap Perilaku Higiene Menstruasi Pada Siswi Di Mts Al-Irsyad Gajah. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif karena data yang dikumpulkan berbentuk angka dan dianalisis secara statistik untuk melihat hubungan antar variabel. Desain desain korelasional dengan pendekatan cross-sectional digunakan untuk mengetahui hubungan antar variabel dalam satu waktu tertentu (Abdussamad, 2021).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian akan diuraikan pada BAB 4 ini yaitu tentang Hubungan Pengetahuan, Sikap Dan Pendidikan Kesehatan Reproduksi Terhadap Perilaku Higiene Menstruasi Pada Siswi Di Mts Al-Irsyad Gajah. Dalam penelitian ini berhasil mengumpulkan data dari 50 responden. Penelitian ini dilaksanakan di Mts Al-Irsyad Gajah. Hasil penelitian ini meliputi karakteristik responden, analisis univariat dan bivariat.

Gambaran Umum Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di MTs Al-Irsyad Gajah, yang merupakan salah satu lembaga pendidikan tingkat Madrasah Tsanawiyah (MTs) yang berada di Kecamatan Gajah, Kabupaten Demak, Provinsi Jawa Tengah. MTs Al-Irsyad Gajah berada di bawah naungan Kementerian Agama Republik Indonesia dan menyelenggarakan pendidikan formal dengan mengintegrasikan kurikulum nasional dan pendidikan keagamaan Islam.

Sebagai lembaga pendidikan yang berorientasi pada pembentukan karakter, MTs Al-Irsyad Gajah memiliki lingkungan belajar yang mendukung pengembangan aspek akademik, moral, spiritual, dan sosial peserta didik. Proses pembelajaran dilaksanakan secara terstruktur dengan dukungan tenaga pendidik yang kompeten serta berbagai kegiatan intrakurikuler dan ekstrakurikuler yang bertujuan meningkatkan kualitas peserta didik.

Sarana dan prasarana yang tersedia di MTs Al-Irsyad Gajah meliputi ruang kelas, ruang guru, ruang kepala madrasah, perpustakaan, laboratorium, musala, Unit Kesehatan Sekolah (UKS), toilet siswa, serta fasilitas sanitasi yang mendukung kegiatan belajar mengajar. Keberadaan UKS dan fasilitas sanitasi menjadi salah satu penunjang dalam pelaksanaan pendidikan kesehatan di lingkungan sekolah, termasuk pendidikan mengenai kesehatan reproduksi remaja dan kebersihan menstruasi.

Subjek dalam penelitian ini adalah siswi MTs Al-Irsyad Gajah yang telah mengalami menstruasi. Pada masa remaja awal, siswi mengalami berbagai perubahan fisik, psikologis, dan hormonal sebagai bagian dari proses pubertas. Kondisi tersebut menjadikan remaja putri memerlukan pengetahuan yang memadai, sikap yang positif, serta pendidikan kesehatan reproduksi yang baik agar mampu menerapkan perilaku higiene menstruasi secara benar.

Pemilihan MTs Al-Irsyad Gajah sebagai lokasi penelitian didasarkan pada karakteristik siswi yang sesuai dengan tujuan penelitian, yaitu remaja putri usia sekolah menengah pertama yang sedang berada pada masa pubertas dan telah mengalami menstruasi. Selain itu, penelitian mengenai hubungan pengetahuan, sikap, dan pendidikan kesehatan reproduksi dengan perilaku higiene menstruasi pada siswi di madrasah tersebut masih terbatas, sehingga hasil penelitian diharapkan dapat memberikan informasi ilmiah yang bermanfaat bagi sekolah, tenaga kesehatan, guru, maupun pihak terkait dalam upaya meningkatkan pendidikan kesehatan reproduksi remaja.

Melalui penelitian ini diharapkan diperoleh gambaran mengenai tingkat pengetahuan, sikap, dan pendidikan kesehatan reproduksi serta hubungannya dengan perilaku higiene menstruasi pada siswi MTs Al-Irsyad Gajah. Hasil penelitian dapat menjadi dasar dalam penyusunan program edukasi kesehatan reproduksi, penguatan kegiatan Usaha Kesehatan

Sekolah (UKS), serta promosi perilaku hidup bersih dan sehat bagi remaja putri di lingkungan sekolah.

Karakteristik Responden

Data ini meliputi karakteristik responden yang terdiri dari distribusi frekuensi berdasarkan usia, kelas, sumber informasi dan pendidikan kesehatan reproduksi sebagai berikut:

Tabel 1. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia, Kelas, Sumber Informasi Dan Pendidikan Kesehatan Reproduksi Pada Siswi Mts Al-Irsyad Gajah Tahun 2025 (n=50)

Karakteristik Responden	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Usia		
12 tahun	11	22,0
13 tahun	29	58,0
14 tahun	10	20,0
Total	50	100,0
Kelas		
7A	13	26,0
7B	13	26,0
7C	12	24,0
7D	12	24,0
Total	50	100,0
Sumber Informasi Kesehatan Reproduksi		
Tenaga kesehatan	10	20,0
Guru/Sekolah	10	20,0
Orang tua	10	20,0
Media (Internet/TV)	10	20,0
Teman	10	20,0
Total	50	100,0
Pernah Mendapatkan Pendidikan Kesehatan Reproduksi		
Tidak	20	40,0
Ya	30	60,0
Total	50	100,0

Sumber: Data Primer, 2026

Berdasarkan Tabel 1 diketahui bahwa dari 50 responden, sebagian besar berusia 13 tahun yaitu sebanyak 29 responden (58,0%), sebagian besar berasal dari kelas 7A dan 7B masing-masing sebanyak 13 responden (26,0%), sumber informasi kesehatan reproduksi diperoleh secara merata dari tenaga kesehatan, guru/sekolah, orang tua, media (internet/TV), dan teman masing-masing sebanyak 10 responden (20,0%), serta sebagian besar pernah mendapatkan pendidikan kesehatan reproduksi yaitu sebanyak 30 responden (60,0%).

Analisis Univariat

Mengidentifikasi Pengetahuan Pada Siswi Di Mts Al-Irsyad Gajah Tahun 2026

Tabel 2. Untuk Mengidentifikasi Pengetahuan Pada Siswi Di Mts Al-Irsyad Gajah Tahun 2026

Pengetahuan Kesehatan Reproduksi	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Kurang	8	16,0
Cukup	12	24,0
Baik	30	60,0
Total	50	100,0

Sumber: Data Primer, 2026

Berdasarkan Tabel 2 diketahui bahwa responden yang memiliki pengetahuan kesehatan reproduksi kategori kurang sebagian besar memiliki perilaku higiene menstruasi kategori kurang yaitu sebanyak 8 responden (80,0%). Responden dengan pengetahuan kesehatan reproduksi kategori cukup seluruhnya memiliki perilaku higiene menstruasi kategori cukup yaitu sebanyak 10 responden (100,0%). Sementara itu, responden dengan pengetahuan kesehatan reproduksi kategori baik seluruhnya memiliki perilaku higiene menstruasi kategori baik yaitu sebanyak 30 responden (100,0%).

Mengidentifikasi Sikap Pada Siswi Di Mts Al-Irsyad Gajah Tahun 2026

Tabel 3. Untuk Mengidentifikasi Sikap Pada Siswi Di Mts Al-Irsyad Gajah Tahun 2026

Sikap terhadap Higiene Menstruasi	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Cukup	20	40,0
Baik	30	60,0
Total	50	100,0

Sumber: Data Primer, 2026

Berdasarkan Tabel 3. diketahui bahwa dari 50 responden, sebagian besar memiliki sikap terhadap higiene menstruasi dalam kategori baik, yaitu sebanyak 30 responden (60,0%). Sementara itu, hampir setengah sejumlah 20 responden (40,0%) memiliki sikap terhadap higiene menstruasi dalam kategori cukup.

Mengidentifikasi Pendidikan Kesehatan Reproduksi Pada Siswi Di Mts Al-Irsyad Gajah Tahun 2026

Tabel 4. Untuk Mengidentifikasi Pendidikan Kesehatan Reproduksi Pada Siswi Di Mts Al-Irsyad Gajah Tahun 2026

Pendidikan Kesehatan Reproduksi	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Kurang	5	10,0
Cukup	10	20,0
Baik	35	70,0
Total	50	100,0

Sumber: Data Primer, 2026

Berdasarkan Tabel 4. diketahui bahwa dari 50 responden, sebagian besar memiliki pendidikan kesehatan reproduksi dalam kategori baik, yaitu sebanyak 35 responden (70,0%). Selanjutnya, sebagian kecil sebanyak 10 responden (20,0%) memiliki pendidikan kesehatan reproduksi dalam kategori cukup, sedangkan sebagian kecil sejumlah 5 responden (10,0%) memiliki pendidikan kesehatan reproduksi dalam kategori kurang.

Mengidentifikasi Perilaku Higiene Menstruasi Pada Siswi Di Mts Al-Irsyad Gajah Tahun 2026

Tabel 5. Untuk Mengidentifikasi Perilaku Higiene Menstruasi Pada Siswi Di Mts Al-Irsyad Gajah Tahun 2026

Perilaku Higiene Menstruasi	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Kurang	10	20,0
Cukup	10	20,0
Baik	30	60,0
Total	50	100,0

Sumber: Data Primer, 2026

Berdasarkan Tabel 5. diketahui bahwa dari 50 responden, sebagian besar memiliki perilaku higiene menstruasi dalam kategori baik, yaitu sebanyak 30 responden (60,0%). Selanjutnya, sebanyak 10 responden (20,0%) memiliki perilaku higiene menstruasi dalam

kategori cukup, dan 10 responden (20,0%) lainnya memiliki perilaku higiene menstruasi dalam kategori kurang.

Analisis Bivariat

Hubungan Pengetahuan Dengan Perilaku Higiene Saat Menstruasi Pada Siswi Di Mts Al-Irsyad Gajah Tahun 2026

Tabel 6. Hubungan Pengetahuan Dengan Perilaku Higiene Saat Menstruasi Pada Siswi Di Mts Al-Irsyad Gajah Tahun 2026

Pengetahuan Kesehatan Reproduksi	Kurang f (%)	Cukup f (%)	Baik f (%)	p-value	r Spearman
Kurang	8 (80,0%)	0 (0,0%)	0 (0,0%)	0,000	0,989
Cukup	2 (20,0%)	10 (100,0%)	0 (0,0%)		
Baik	0 (0,0%)	0 (0,0%)	30 (100,0%)		
Total	10 (100%)	10 (100%)	30 (100%)		

Sumber: Data Primer, 2026

Berdasarkan Tabel 6. diketahui bahwa responden yang memiliki pengetahuan kesehatan reproduksi kategori kurang sebagian besar memiliki perilaku higiene menstruasi kategori kurang yaitu sebanyak 8 responden (80,0%). Responden dengan pengetahuan kesehatan reproduksi kategori cukup seluruhnya memiliki perilaku higiene menstruasi kategori cukup yaitu sebanyak 10 responden (100,0%). Sementara itu, responden dengan pengetahuan kesehatan reproduksi kategori baik seluruhnya memiliki perilaku higiene menstruasi kategori baik yaitu sebanyak 30 responden (100,0%). Hasil uji korelasi Spearman Rank diperoleh nilai p-value sebesar 0,000 ($p < 0,05$), sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan kesehatan reproduksi dengan perilaku higiene menstruasi pada siswi di MTs Al-Irsyad Gajah Tahun 2026. Nilai koefisien korelasi Spearman (r) sebesar 0,989 menunjukkan bahwa hubungan tersebut memiliki arah positif dengan kekuatan hubungan sangat kuat. Artinya, semakin baik pengetahuan kesehatan reproduksi yang dimiliki siswi, maka semakin baik pula perilaku higiene menstruasinya.

Hubungan Sikap Dengan Perilaku Higiene Saat Menstruasi Pada Siswi Di Mts Al-Irsyad Gajah Tahun 2026

Tabel 7 Hubungan Sikap Dengan Perilaku Higiene Saat Menstruasi Pada Siswi Di Mts Al-Irsyad Gajah Tahun 2026

Sikap terhadap Higiene Menstruasi	Kurang f (%)	Cukup f (%)	Baik f (%)	p-value	r Spearman
Cukup	10 (100,0%)	10 (100,0%)	0 (0,0%)	0,000	0,968
Baik	0 (0,0%)	0 (0,0%)	30 (100,0%)		
Total	10 (100%)	10 (100%)	30 (100%)		

Sumber: Data Primer, 2026

Berdasarkan Tabel 7 diketahui bahwa responden yang memiliki sikap terhadap higiene menstruasi kategori cukup seluruhnya memiliki perilaku higiene menstruasi kategori kurang sebanyak 10 responden (100,0%) dan kategori cukup sebanyak 10 responden (100,0%), serta tidak terdapat responden dengan perilaku higiene menstruasi kategori baik (0,0%). Sementara itu, responden yang memiliki sikap terhadap higiene menstruasi kategori baik seluruhnya memiliki perilaku higiene menstruasi kategori baik yaitu sebanyak 30 responden (100,0%). Hasil uji korelasi Spearman Rank diperoleh nilai p-value sebesar 0,000 ($p < 0,05$), sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara sikap terhadap higiene menstruasi dengan perilaku higiene menstruasi pada siswi di MTs Al-Irsyad Gajah Tahun 2026. Nilai koefisien korelasi Spearman (r) sebesar 0,968 menunjukkan bahwa hubungan tersebut memiliki arah positif dengan kekuatan hubungan

sangat kuat. Artinya, semakin baik sikap siswi terhadap higiene menstruasi, maka semakin baik pula perilaku higiene menstruasi yang dilakukan.

Hubungan Pendidikan Kesehatan Reproduksi Dengan Perilaku Higiene Saat Menstruasi Pada Siswi Di Mts Al-Irsyad Gajah Tahun 2026

Tabel 8 Hubungan Pendidikan Kesehatan Reproduksi Dengan Perilaku Higiene Saat Menstruasi Pada Siswi Di Mts Al-Irsyad Gajah Tahun 2026

Pendidikan Kesehatan Reproduksi	Kurang f (%)	Cukup f (%)	Baik f (%)	p-value	r Spearman
Kurang	5 (50,0%)	0 (0,0%)	0 (0,0%)	0,000	0,868
Cukup	5 (50,0%)	5 (50,0%)	0 (0,0%)		
Baik	0 (0,0%)	5 (50,0%)	30 (100,0%)		
Total	10 (100%)	10 (100%)	30 (100%)		

Sumber: Data Primer, 2026

Berdasarkan Tabel 8 diketahui bahwa responden dengan pendidikan kesehatan reproduksi kategori kurang sebagian memiliki perilaku higiene menstruasi kategori kurang yaitu sebanyak 5 responden (50,0%) dan tidak terdapat responden yang memiliki perilaku higiene menstruasi kategori cukup maupun baik. Responden dengan pendidikan kesehatan reproduksi kategori cukup memiliki perilaku higiene menstruasi kategori kurang sebanyak 5 responden (50,0%) dan kategori cukup sebanyak 5 responden (50,0%), sedangkan tidak terdapat responden yang memiliki perilaku higiene menstruasi kategori baik. Sementara itu, responden dengan pendidikan kesehatan reproduksi kategori baik tidak terdapat yang memiliki perilaku higiene menstruasi kategori kurang, sebanyak 5 responden (50,0%) memiliki perilaku higiene menstruasi kategori cukup, dan sebagian besar memiliki perilaku higiene menstruasi kategori baik yaitu sebanyak 30 responden (100,0%). Hasil uji korelasi Spearman Rank diperoleh nilai p-value sebesar 0,000 ($p < 0,05$), sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pendidikan kesehatan reproduksi dengan perilaku higiene menstruasi pada siswi di MTs Al-Irsyad Gajah Tahun 2026. Nilai koefisien korelasi Spearman (r) sebesar 0,868 menunjukkan bahwa hubungan tersebut memiliki arah positif dengan kekuatan hubungan sangat kuat. Artinya, semakin baik pendidikan kesehatan reproduksi yang diterima oleh siswi, maka semakin baik pula perilaku higiene menstruasi yang dimiliki.

PEMBAHASAN

Pengetahuan Kesehatan Reproduksi pada Siswi di MTs Al-Irsyad Gajah Tahun 2026

Berdasarkan hasil penelitian pada Tabel 4.2 diketahui bahwa sebagian besar responden memiliki pengetahuan kesehatan reproduksi dalam kategori baik yaitu sebanyak 30 responden (60,0%). Responden dengan pengetahuan kategori cukup berjumlah 12 responden (24,0%), sedangkan responden dengan pengetahuan kategori kurang sebanyak 8 responden (16,0%). Hasil tabulasi silang menunjukkan bahwa responden yang memiliki pengetahuan kesehatan reproduksi kategori kurang sebagian besar memiliki perilaku higiene menstruasi kategori kurang yaitu sebanyak 8 responden (80,0%). Responden dengan pengetahuan kategori cukup seluruhnya memiliki perilaku higiene menstruasi kategori cukup yaitu sebanyak 10 responden (100,0%). Sementara itu, responden dengan pengetahuan kategori baik seluruhnya memiliki perilaku higiene menstruasi kategori baik yaitu sebanyak 30 responden (100,0%). Hasil tersebut menunjukkan adanya kecenderungan bahwa semakin baik tingkat pengetahuan kesehatan reproduksi yang dimiliki siswi, maka semakin baik pula perilaku higiene menstruasi yang diterapkan.

Pengetahuan merupakan hasil dari proses mengetahui yang diperoleh seseorang melalui penginderaan terhadap suatu objek menggunakan pancaindra, terutama indra penglihatan dan

pendengaran. Pengetahuan menjadi domain yang sangat penting dalam pembentukan perilaku seseorang karena sebelum seseorang melakukan suatu tindakan, ia terlebih dahulu harus mengetahui manfaat, tujuan, serta dampak dari tindakan tersebut (United Nations Children's Fund (UNICEF, 2021). Menurut Notoatmodjo (2022), perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan lebih bertahan lama dibandingkan perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan. Pengetahuan dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain tingkat pendidikan, usia, pengalaman, lingkungan, budaya, akses informasi, media massa, serta pendidikan kesehatan yang diterima seseorang.

Pada remaja putri, pengetahuan kesehatan reproduksi meliputi pemahaman mengenai perubahan fisik dan psikologis selama pubertas, proses menstruasi, cara menjaga kebersihan organ reproduksi, penggunaan pembalut yang benar, frekuensi penggantian pembalut, cara membersihkan organ genital, serta upaya pencegahan infeksi saluran reproduksi. Remaja yang memiliki pengetahuan yang baik akan lebih mudah memahami pentingnya menjaga kebersihan selama menstruasi sehingga mampu menerapkan perilaku higiene menstruasi secara tepat. Sebaliknya, keterbatasan pengetahuan dapat menyebabkan remaja melakukan praktik higiene yang kurang benar sehingga meningkatkan risiko iritasi, keputihan patologis, infeksi saluran reproduksi, maupun infeksi saluran kemih. Organisasi Kesehatan Dunia juga menekankan bahwa pengetahuan mengenai kesehatan reproduksi dan menstrual hygiene management merupakan bagian penting dari upaya meningkatkan kesehatan dan kualitas hidup remaja putri (Notoatmodjo, 2022; Kementerian Kesehatan RI, 2022).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Widarini, Maryanthi, dan Witari (2023) yang menyatakan bahwa sebagian besar remaja putri memiliki pengetahuan yang baik mengenai kesehatan reproduksi dan terdapat hubungan yang bermakna antara pengetahuan dengan perilaku personal hygiene menstruasi. Remaja yang memiliki pengetahuan tinggi cenderung lebih mampu menjaga kebersihan organ reproduksi selama menstruasi dibandingkan remaja yang memiliki pengetahuan rendah.

Penelitian ini juga didukung oleh Rahmatika (2022) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara pengetahuan dengan perilaku personal hygiene saat menstruasi. Pengetahuan yang baik membuat remaja memahami pentingnya mengganti pembalut secara teratur, mencuci tangan sebelum dan sesudah mengganti pembalut, membersihkan organ genital dari arah depan ke belakang, serta menjaga kebersihan pakaian dalam untuk mencegah terjadinya infeksi.

Sejalan dengan penelitian tersebut, Satiawan, Winarso, dan Siahaan (2023) melaporkan bahwa pengetahuan kesehatan reproduksi berhubungan dengan sikap personal hygiene saat menstruasi pada remaja putri. Penelitian tersebut menjelaskan bahwa peningkatan pengetahuan melalui edukasi kesehatan mampu membentuk sikap positif yang selanjutnya memengaruhi perilaku menjaga kebersihan organ reproduksi selama menstruasi.

Hasil penelitian Darmayanti et al. (2025) juga menunjukkan bahwa mahasiswi dengan tingkat pengetahuan yang tinggi memiliki kecenderungan lebih baik dalam menerapkan personal hygiene selama menstruasi dibandingkan mahasiswi yang memiliki pengetahuan rendah. Pengetahuan yang memadai memberikan pemahaman mengenai risiko infeksi apabila kebersihan organ reproduksi tidak dijaga dengan baik, sehingga mendorong individu untuk melakukan tindakan pencegahan.

Temuan penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dipublikasikan dalam Citra Delima Scientific Journal (2022) yang menyimpulkan bahwa tingkat pengetahuan kesehatan reproduksi memiliki hubungan yang signifikan dengan perilaku menstrual hygiene pada remaja putri. Remaja yang memperoleh informasi kesehatan reproduksi dari sekolah, keluarga, maupun tenaga kesehatan memiliki praktik higiene menstruasi yang lebih baik dibandingkan remaja yang belum pernah memperoleh edukasi secara memadai.

Penelitian Jurnal Keperawatan Muhammadiyah (2023) turut memperkuat hasil penelitian ini dengan menyatakan bahwa pengetahuan merupakan salah satu faktor dominan yang memengaruhi tindakan personal hygiene saat menstruasi. Pengetahuan yang baik mendorong remaja memahami pentingnya menjaga kebersihan organ reproduksi sebagai upaya pencegahan penyakit dan peningkatan kesehatan reproduksi di masa depan.

Kesamaan hasil penelitian ini dengan berbagai penelitian terdahulu menunjukkan bahwa pengetahuan merupakan faktor fundamental dalam membentuk perilaku kesehatan reproduksi. Meskipun demikian, beberapa penelitian juga menjelaskan bahwa pengetahuan yang baik belum tentu secara otomatis menghasilkan perilaku yang baik apabila tidak didukung oleh faktor lain, seperti sikap, motivasi, dukungan orang tua, peran guru, pendidikan kesehatan di sekolah, ketersediaan fasilitas sanitasi, serta akses terhadap informasi kesehatan reproduksi. Oleh karena itu, peningkatan pengetahuan perlu diikuti dengan pembentukan sikap positif dan penyediaan lingkungan yang mendukung agar perilaku hygiene menstruasi dapat diterapkan secara konsisten.

Menurut pendapat peneliti, tingginya tingkat pengetahuan kesehatan reproduksi pada siswi MTs Al-Irsyad Gajah kemungkinan dipengaruhi oleh beberapa faktor. Pertama, sebagian besar responden telah memasuki masa remaja sehingga telah memperoleh informasi mengenai pubertas dan menstruasi baik melalui mata pelajaran di sekolah, penyuluhan dari tenaga kesehatan, maupun media digital. Kedua, perkembangan teknologi informasi memudahkan remaja memperoleh berbagai informasi mengenai kesehatan reproduksi melalui internet dan media sosial. Ketiga, adanya komunikasi dengan orang tua, guru, maupun teman sebaya turut membantu responden memahami perubahan yang terjadi selama masa pubertas. Kondisi tersebut menyebabkan sebagian besar responden memiliki pemahaman yang baik mengenai pentingnya menjaga kebersihan organ reproduksi selama menstruasi.

Namun demikian, penelitian ini juga menemukan bahwa masih terdapat 40,0% responden yang memiliki pengetahuan kategori cukup dan kurang. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa belum seluruh siswi memiliki pemahaman yang optimal mengenai kesehatan reproduksi. Oleh karena itu, diperlukan peningkatan pendidikan kesehatan reproduksi secara berkesinambungan melalui program Usaha Kesehatan Sekolah (UKS), penyuluhan oleh tenaga kesehatan, pemberdayaan guru sebagai edukator kesehatan reproduksi, serta keterlibatan orang tua dalam memberikan informasi yang benar mengenai menstruasi. Dengan meningkatnya pengetahuan kesehatan reproduksi, diharapkan seluruh siswi mampu menerapkan perilaku hygiene menstruasi yang benar sehingga dapat mencegah berbagai gangguan kesehatan reproduksi di masa remaja maupun dewasa.

Sikap terhadap Hygiene Menstruasi pada Siswi di MTs Al-Irsyad Gajah Tahun 2026

Berdasarkan hasil penelitian pada Tabel 4.3 diketahui bahwa dari 50 responden, sebagian besar memiliki sikap terhadap hygiene menstruasi dalam kategori baik yaitu sebanyak 30 responden (60,0%). Sementara itu, hampir setengah responden yaitu sebanyak 20 responden (40,0%) memiliki sikap terhadap hygiene menstruasi dalam kategori cukup. Hasil tersebut menunjukkan bahwa mayoritas siswi di MTs Al-Irsyad Gajah telah memiliki kecenderungan sikap yang positif terhadap pentingnya menjaga kebersihan diri selama menstruasi. Sikap yang baik tersebut diharapkan mampu mendorong terbentuknya perilaku hygiene menstruasi yang benar sehingga dapat menjaga kesehatan organ reproduksi dan mencegah terjadinya infeksi.

Menurut Notoatmodjo (2022), sikap merupakan reaksi atau respons tertutup seseorang terhadap suatu objek atau stimulus yang belum diwujudkan dalam bentuk tindakan nyata. Sikap menggambarkan kesiapan seseorang untuk bertindak terhadap suatu objek tertentu dan dipengaruhi oleh pengetahuan, pengalaman pribadi, kebudayaan, pengaruh orang lain yang dianggap penting, media massa, lembaga pendidikan, agama, serta faktor emosional individu.

Sikap yang positif terhadap suatu perilaku kesehatan akan meningkatkan kecenderungan seseorang untuk menerapkan perilaku tersebut dalam kehidupan sehari-hari.

Menurut teori Bloom yang dikutip oleh Notoatmodjo (2022), sikap termasuk dalam domain afektif yang berhubungan dengan perasaan, nilai, keyakinan, dan kecenderungan seseorang terhadap suatu objek. Sikap terdiri atas tiga komponen, yaitu komponen kognitif (*cognitive component*) yang berkaitan dengan pengetahuan dan kepercayaan, komponen afektif (*affective component*) yang berkaitan dengan perasaan atau emosi, serta komponen konatif (*conative component*) yang berkaitan dengan kecenderungan untuk bertindak. Ketiga komponen tersebut saling memengaruhi dalam membentuk perilaku kesehatan seseorang.

Teori *Precede-Proceed* yang dikemukakan oleh Green dan Kreuter (2005) menjelaskan bahwa sikap merupakan salah satu faktor predisposisi (*predisposing factors*) yang memengaruhi terbentuknya perilaku kesehatan. Selain pengetahuan, sikap positif akan meningkatkan motivasi seseorang untuk melakukan tindakan yang bermanfaat bagi kesehatannya. Namun demikian, terbentuknya perilaku juga dipengaruhi oleh faktor pendukung (*enabling factors*) seperti ketersediaan fasilitas sanitasi, air bersih, pembalut yang layak, serta faktor penguat (*reinforcing factors*) berupa dukungan orang tua, guru, teman sebaya, dan tenaga kesehatan.

Menurut World Health Organization (WHO, 2023), sikap positif terhadap Menstrual Hygiene Management merupakan salah satu komponen penting dalam menjaga kesehatan reproduksi remaja putri. Remaja yang memiliki sikap positif akan lebih menerima menstruasi sebagai proses fisiologis yang normal, tidak merasa malu atau takut membicarakan menstruasi, serta memiliki kemauan untuk menjaga kebersihan organ reproduksi selama menstruasi. Hal tersebut akan berdampak pada menurunnya risiko infeksi saluran reproduksi, meningkatnya kenyamanan selama menstruasi, dan meningkatnya kualitas hidup remaja.

Hal yang sama juga disampaikan oleh UNICEF (2021) yang menyatakan bahwa sikap positif terhadap menstruasi berperan penting dalam keberhasilan penerapan Menstrual Hygiene Management. Remaja putri yang memiliki persepsi positif mengenai menstruasi cenderung lebih percaya diri dalam menjalani aktivitas sehari-hari, lebih terbuka untuk mencari informasi kesehatan reproduksi, dan lebih mampu menerapkan praktik higiene menstruasi secara benar.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Shahibah, Shalahuddin, dan Mamuroh (2024) yang menemukan bahwa sebagian besar remaja putri memiliki sikap positif terhadap higiene menstruasi. Penelitian tersebut juga menunjukkan adanya hubungan yang bermakna antara sikap dengan perilaku higiene menstruasi, di mana remaja yang memiliki sikap positif cenderung menerapkan praktik kebersihan menstruasi yang lebih baik dibandingkan remaja yang memiliki sikap kurang baik.

Penelitian Widarini, Maryanthi, dan Witari (2023) juga melaporkan bahwa sikap positif berhubungan secara signifikan dengan perilaku personal hygiene menstruasi pada remaja putri. Remaja yang memiliki sikap positif menunjukkan kepedulian yang lebih tinggi terhadap kebersihan organ reproduksi, seperti mengganti pembalut secara teratur, mencuci tangan sebelum dan sesudah mengganti pembalut, serta membersihkan organ genital menggunakan air bersih dengan cara yang benar.

Hasil penelitian ini didukung pula oleh Sari et al. (2022) yang menyatakan bahwa sikap yang baik terhadap higiene menstruasi meningkatkan kemungkinan remaja menerapkan perilaku kesehatan reproduksi secara benar. Penelitian tersebut menjelaskan bahwa sikap positif terbentuk dari pengetahuan yang baik dan pengalaman memperoleh pendidikan kesehatan reproduksi sejak usia remaja.

Penelitian Dewi dan Handayani (2023) menemukan bahwa remaja yang memiliki sikap positif terhadap menstruasi lebih mampu menerima perubahan fisiologis selama masa pubertas serta memiliki motivasi yang lebih tinggi untuk menjaga kebersihan organ

reproduksi. Sebaliknya, sikap yang kurang baik sering kali dipengaruhi oleh mitos, rasa malu, serta kurangnya komunikasi mengenai kesehatan reproduksi di lingkungan keluarga maupun sekolah.

Selain itu, penelitian Lestari et al. (2024) menunjukkan bahwa pemberian pendidikan kesehatan reproduksi secara terstruktur mampu meningkatkan sikap positif remaja terhadap higiene menstruasi. Setelah mendapatkan pendidikan kesehatan, sebagian besar responden mengalami peningkatan skor sikap sehingga lebih memahami pentingnya menjaga kebersihan diri selama menstruasi.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Adyani, Meiranny, dan Muthahar (2023) dalam literature review mengenai higiene menstruasi yang menyimpulkan bahwa sikap positif merupakan salah satu determinan utama perilaku higiene menstruasi. Remaja dengan sikap positif lebih mudah mengadopsi perilaku sehat dibandingkan remaja yang masih memiliki persepsi negatif terhadap menstruasi.

Menurut pendapat peneliti, tingginya proporsi responden yang memiliki sikap baik terhadap higiene menstruasi kemungkinan dipengaruhi oleh pengetahuan kesehatan reproduksi yang juga berada pada kategori baik. Pengetahuan yang memadai akan membentuk keyakinan dan persepsi positif mengenai pentingnya menjaga kebersihan organ reproduksi selama menstruasi. Selain itu, kemudahan memperoleh informasi melalui guru, tenaga kesehatan, media sosial, internet, maupun keluarga turut berkontribusi dalam membentuk sikap positif responden. Lingkungan sekolah yang memberikan pendidikan kesehatan reproduksi juga menjadi faktor yang mendukung terbentuknya sikap yang baik.

Meskipun demikian, penelitian ini masih menemukan sebanyak 20 responden (40,0%) memiliki sikap dalam kategori cukup. Hal tersebut menunjukkan bahwa belum seluruh siswi memiliki sikap yang optimal terhadap higiene menstruasi. Kondisi ini dapat dipengaruhi oleh perbedaan tingkat pemahaman, pengalaman, lingkungan keluarga, budaya, maupun keterbatasan akses terhadap informasi kesehatan reproduksi. Oleh karena itu, diperlukan upaya peningkatan pendidikan kesehatan reproduksi secara berkelanjutan melalui penyuluhan, pembelajaran di sekolah, penguatan program Usaha Kesehatan Sekolah (UKS), serta keterlibatan aktif orang tua dan tenaga kesehatan. Dengan meningkatnya sikap positif terhadap higiene menstruasi, diharapkan seluruh siswi mampu menerapkan perilaku higiene menstruasi secara benar sehingga dapat menjaga kesehatan reproduksi dan meningkatkan kualitas hidup selama masa remaja.

Pendidikan Kesehatan Reproduksi pada Siswi di MTs Al-Irsyad Gajah Tahun 2026

Berdasarkan hasil penelitian pada Tabel 4.4 diketahui bahwa dari 50 responden, sebagian besar memiliki pendidikan kesehatan reproduksi dalam kategori baik yaitu sebanyak 35 responden (70,0%). Selanjutnya, sebanyak 10 responden (20,0%) memiliki pendidikan kesehatan reproduksi dalam kategori cukup, sedangkan sebanyak 5 responden (10,0%) memiliki pendidikan kesehatan reproduksi dalam kategori kurang. Hasil tersebut menunjukkan bahwa mayoritas siswi di MTs Al-Irsyad Gajah telah memperoleh pendidikan kesehatan reproduksi dengan baik, sehingga diharapkan mampu memahami perubahan yang terjadi selama masa pubertas, menjaga kebersihan organ reproduksi, serta menerapkan perilaku higiene menstruasi yang benar.

Pendidikan kesehatan merupakan proses pembelajaran yang bertujuan membantu individu maupun kelompok meningkatkan kemampuan dalam memelihara dan meningkatkan derajat kesehatan melalui peningkatan pengetahuan, pembentukan sikap, dan perubahan perilaku. Menurut Notoatmodjo (2022), pendidikan kesehatan adalah upaya yang dilakukan secara terencana untuk menciptakan perilaku hidup sehat melalui proses belajar. Pendidikan kesehatan tidak hanya berfokus pada penyampaian informasi, tetapi juga bertujuan membentuk kesadaran, kemauan, dan kemampuan seseorang dalam mempraktikkan perilaku sehat secara mandiri.

Dalam konteks remaja, pendidikan kesehatan reproduksi merupakan bagian penting dari pendidikan kesehatan yang berisi informasi mengenai anatomi dan fisiologi organ reproduksi, perubahan fisik dan psikologis pada masa pubertas, menstruasi, kebersihan organ reproduksi, pencegahan infeksi saluran reproduksi, serta pembentukan perilaku reproduksi yang sehat. World Health Organization (WHO, 2023) menjelaskan bahwa pendidikan kesehatan reproduksi merupakan strategi penting dalam meningkatkan kemampuan remaja untuk membuat keputusan yang bertanggung jawab terhadap kesehatan reproduksinya serta mendorong penerapan perilaku hidup sehat sejak usia dini.

Sejalan dengan hal tersebut, UNESCO (2023) melalui *International Technical Guidance on Sexuality Education* menjelaskan bahwa pendidikan kesehatan reproduksi yang komprehensif (*Comprehensive Sexuality Education*) mampu meningkatkan pengetahuan, membentuk sikap positif, mengembangkan keterampilan hidup (*life skills*), serta meningkatkan kemampuan remaja dalam menjaga kesehatan reproduksi. Pendidikan kesehatan reproduksi tidak hanya berorientasi pada aspek biologis, tetapi juga membantu remaja memahami pentingnya menjaga kebersihan diri, menghargai tubuh, serta mengambil keputusan yang tepat berkaitan dengan kesehatan reproduksi.

Menurut teori *Precede-Proceed* yang dikembangkan oleh Green dan Kreuter (2005), pendidikan kesehatan merupakan salah satu bentuk intervensi yang bertujuan mengubah faktor predisposisi (*predisposing factors*), seperti pengetahuan, sikap, keyakinan, dan nilai yang dimiliki seseorang. Pendidikan kesehatan yang efektif akan meningkatkan pemahaman individu sehingga terbentuk perilaku kesehatan yang lebih baik. Namun demikian, perubahan perilaku tidak hanya dipengaruhi oleh pendidikan kesehatan, tetapi juga dipengaruhi oleh faktor pendukung berupa fasilitas kesehatan, sarana sanitasi, serta faktor penguat seperti dukungan keluarga, guru, teman sebaya, dan tenaga kesehatan.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden telah memperoleh pendidikan kesehatan reproduksi yang baik. Kondisi tersebut mengindikasikan bahwa responden telah mendapatkan informasi mengenai kesehatan reproduksi dari berbagai sumber, seperti sekolah, tenaga kesehatan, orang tua, media elektronik, media sosial, maupun internet. Kemudahan akses informasi pada era digital memungkinkan remaja memperoleh pengetahuan mengenai menstruasi dan kesehatan reproduksi secara lebih luas dibandingkan sebelumnya. Apabila informasi tersebut berasal dari sumber yang benar, maka akan membantu remaja memahami pentingnya menjaga kesehatan reproduksi dan menerapkan perilaku higiene menstruasi secara tepat.

Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian Rahmawati, Putri, dan Naulia (2024) yang menyatakan bahwa pendidikan kesehatan mengenai kesehatan reproduksi yang berkaitan dengan menstruasi mampu meningkatkan pemahaman remaja mengenai perubahan fisiologis selama menstruasi serta pentingnya menjaga kebersihan organ reproduksi. Setelah memperoleh pendidikan kesehatan, remaja menunjukkan peningkatan kemampuan dalam menerapkan praktik higiene menstruasi secara benar.

Penelitian Harahap (2024) juga menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan mengenai menstruasi dan permasalahannya mampu meningkatkan pengetahuan remaja mengenai kesehatan reproduksi. Setelah mengikuti kegiatan pendidikan kesehatan, sebagian besar siswi mampu memahami proses menstruasi, mengenali gangguan menstruasi, serta mengetahui cara menjaga kebersihan diri selama menstruasi. Penelitian tersebut menyimpulkan bahwa pendidikan kesehatan merupakan metode yang efektif untuk meningkatkan literasi kesehatan reproduksi pada remaja.

Hasil penelitian ini juga didukung oleh Harahap et al. (2024) yang melaksanakan pendidikan kesehatan mengenai *personal hygiene* saat menstruasi pada remaja putri. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa setelah memperoleh edukasi, peserta memiliki pemahaman yang lebih baik mengenai cara menjaga kebersihan organ reproduksi selama menstruasi dan

mampu mempraktikkan personal hygiene dengan benar sebagai upaya mencegah gangguan kesehatan reproduksi.

Penelitian Narti et al. (2024) mengenai penyuluhan kesehatan reproduksi pada remaja menyimpulkan bahwa pemberian pendidikan kesehatan secara terstruktur mampu meningkatkan pengetahuan dan kesadaran remaja mengenai pentingnya menjaga kesehatan reproduksi. Penyuluhan yang dilakukan secara interaktif memberikan kesempatan kepada remaja untuk bertanya mengenai berbagai masalah reproduksi yang sebelumnya dianggap tabu sehingga meningkatkan pemahaman dan kepercayaan diri remaja dalam menjaga kesehatan reproduksinya.

Selain itu, penelitian Ropitasari (2024) menjelaskan bahwa keberhasilan program pendidikan kesehatan reproduksi di sekolah dipengaruhi oleh keterlibatan guru, dukungan orang tua, metode pembelajaran yang sesuai dengan karakteristik remaja, serta keberlanjutan program pendidikan kesehatan. Program pendidikan kesehatan reproduksi yang dilakukan secara rutin terbukti memberikan dampak positif terhadap pengetahuan, sikap, dan perilaku kesehatan reproduksi remaja.

Penelitian Safriana dan Mulyani (2023) juga menjelaskan bahwa edukasi kesehatan reproduksi pada remaja sangat penting diberikan sejak awal masa pubertas karena berbagai masalah kesehatan reproduksi yang muncul pada usia dewasa sering kali berawal dari kurangnya pengetahuan dan perilaku kesehatan yang tidak tepat pada masa remaja. Oleh karena itu, pendidikan kesehatan reproduksi perlu menjadi bagian dari program kesehatan sekolah secara berkelanjutan.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa masih terdapat 15 responden (30,0%) yang memiliki pendidikan kesehatan reproduksi pada kategori cukup dan kurang. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa tidak semua siswi memperoleh kesempatan yang sama dalam mendapatkan informasi kesehatan reproduksi. Perbedaan tersebut dapat dipengaruhi oleh intensitas pendidikan kesehatan di sekolah, keterbukaan komunikasi antara orang tua dan anak, akses terhadap media informasi, maupun masih adanya anggapan bahwa pembahasan mengenai menstruasi dan kesehatan reproduksi merupakan hal yang tabu. Akibatnya, sebagian remaja masih merasa malu untuk bertanya atau mencari informasi mengenai kesehatan reproduksi sehingga pemahaman yang dimiliki belum optimal.

Menurut pendapat peneliti, tingginya proporsi responden yang memiliki pendidikan kesehatan reproduksi kategori baik menunjukkan bahwa sekolah telah menjalankan perannya sebagai institusi pendidikan yang tidak hanya memberikan pembelajaran akademik, tetapi juga memberikan edukasi mengenai kesehatan reproduksi kepada siswi. Namun demikian, pendidikan kesehatan reproduksi perlu terus ditingkatkan melalui penyuluhan rutin oleh tenaga kesehatan, penguatan program Usaha Kesehatan Sekolah (UKS), pembentukan kader kesehatan remaja, pemanfaatan media edukasi digital, serta peningkatan keterlibatan orang tua dalam memberikan informasi mengenai menstruasi dan kesehatan reproduksi. Dengan pendidikan kesehatan reproduksi yang dilakukan secara berkelanjutan dan komprehensif, diharapkan seluruh siswi memiliki pengetahuan, sikap, dan perilaku yang baik dalam menjaga kesehatan reproduksi, khususnya dalam menerapkan higiene menstruasi secara benar.

Perilaku Higiene Menstruasi pada Siswi di MTs Al-Irsyad Gajah Tahun 2026

Berdasarkan hasil penelitian pada Tabel 4.5 diketahui bahwa dari 50 responden, sebagian besar memiliki perilaku higiene menstruasi dalam kategori baik yaitu sebanyak 30 responden (60,0%). Selanjutnya, sebanyak 10 responden (20,0%) memiliki perilaku higiene menstruasi dalam kategori cukup dan 10 responden (20,0%) lainnya memiliki perilaku higiene menstruasi dalam kategori kurang. Hasil tersebut menunjukkan bahwa mayoritas siswi di MTs Al-Irsyad Gajah telah menerapkan perilaku higiene menstruasi dengan baik. Namun demikian, masih terdapat 40,0% responden yang memiliki perilaku higiene

menstruasi pada kategori cukup dan kurang sehingga masih diperlukan upaya peningkatan edukasi serta pembiasaan perilaku hidup bersih dan sehat selama menstruasi.

Menurut Notoatmodjo (2022), perilaku kesehatan merupakan seluruh aktivitas atau tindakan seseorang yang berkaitan dengan upaya memelihara, meningkatkan, dan melindungi kesehatannya. Perilaku kesehatan dipengaruhi oleh pengetahuan, sikap, pengalaman, motivasi, lingkungan, budaya, serta dukungan sosial. Seseorang yang memiliki pengetahuan dan sikap yang baik cenderung lebih mudah menerapkan perilaku kesehatan yang benar dibandingkan individu yang memiliki pengetahuan dan sikap yang rendah.

Dalam teori *Precede-Proceed*, Green dan Kreuter (2005) menjelaskan bahwa perilaku kesehatan dipengaruhi oleh tiga kelompok faktor, yaitu *predisposing factors* (pengetahuan, sikap, keyakinan, nilai), *enabling factors* (ketersediaan fasilitas, sarana, dan akses pelayanan kesehatan), serta *reinforcing factors* (dukungan keluarga, guru, teman sebaya, dan tenaga kesehatan). Ketiga faktor tersebut saling berinteraksi dalam membentuk perilaku seseorang. Oleh karena itu, perilaku higiene menstruasi yang baik tidak hanya ditentukan oleh pengetahuan remaja, tetapi juga dipengaruhi oleh tersedianya fasilitas sanitasi yang memadai, akses terhadap pembalut yang bersih, serta dukungan dari lingkungan keluarga dan sekolah.

World Health Organization (WHO, 2023) mendefinisikan *menstrual hygiene management* sebagai kemampuan perempuan dan remaja putri dalam menggunakan pembalut yang bersih, menggantinya secara teratur, membersihkan organ genital menggunakan air bersih dan sabun bila tersedia, memiliki akses terhadap fasilitas sanitasi yang aman, serta membuang pembalut bekas dengan cara yang benar. Praktik higiene menstruasi yang baik berperan penting dalam mencegah infeksi saluran reproduksi, infeksi saluran kemih, iritasi kulit, serta meningkatkan kenyamanan dan kualitas hidup remaja putri selama menstruasi.

Sejalan dengan hal tersebut, UNICEF (2021) menjelaskan bahwa perilaku higiene menstruasi yang baik meliputi penggunaan pembalut yang bersih, mengganti pembalut setiap 4–6 jam atau ketika telah penuh, mencuci tangan menggunakan sabun sebelum dan sesudah mengganti pembalut, membersihkan organ reproduksi dari arah depan ke belakang, menggunakan pakaian dalam yang bersih dan menyerap keringat, serta membuang pembalut bekas pada tempat sampah yang telah disediakan. Praktik higiene menstruasi yang baik sangat penting untuk menjaga kesehatan reproduksi remaja serta mencegah berbagai penyakit akibat kebersihan yang kurang baik.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Rofiqoh et al. (2023) yang menemukan bahwa sebagian besar remaja putri memiliki perilaku higiene menstruasi dalam kategori baik. Penelitian tersebut menjelaskan bahwa perilaku yang baik dipengaruhi oleh pengetahuan yang memadai mengenai menstruasi, dukungan keluarga, serta pendidikan kesehatan yang diperoleh di sekolah. Remaja yang memahami pentingnya menjaga kebersihan organ reproduksi cenderung lebih disiplin dalam mengganti pembalut, menjaga kebersihan tangan, dan membersihkan organ genital secara benar.

Penelitian Sari dan Fitriani (2024) juga menunjukkan bahwa sebagian besar siswi sekolah menengah telah menerapkan perilaku higiene menstruasi dengan baik. Penelitian tersebut menyimpulkan bahwa perilaku higiene menstruasi dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan, sikap, serta kemudahan memperoleh informasi kesehatan reproduksi melalui sekolah dan media digital. Remaja yang memperoleh edukasi kesehatan secara rutin memiliki peluang lebih besar untuk menerapkan praktik higiene menstruasi sesuai dengan rekomendasi tenaga kesehatan.

Penelitian Mulyani et al. (2023) menjelaskan bahwa perilaku higiene menstruasi yang baik berhubungan dengan rendahnya kejadian keputihan patologis pada remaja putri. Remaja yang rutin mengganti pembalut, menjaga kebersihan organ reproduksi, dan menggunakan pakaian dalam yang bersih memiliki risiko lebih rendah mengalami gangguan kesehatan reproduksi dibandingkan remaja yang memiliki perilaku higiene menstruasi kurang baik.

Hasil penelitian ini juga didukung oleh penelitian Nurfadillah et al. (2023) yang menyatakan bahwa perilaku higiene menstruasi dipengaruhi oleh pendidikan kesehatan reproduksi yang diterima remaja. Semakin sering remaja memperoleh penyuluhan mengenai kesehatan reproduksi, semakin baik perilaku higiene menstruasi yang diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Pendidikan kesehatan membantu remaja memahami pentingnya menjaga kebersihan organ reproduksi sebagai upaya pencegahan penyakit.

Penelitian Harahap et al. (2024) menunjukkan bahwa pemberian pendidikan kesehatan mengenai personal hygiene menstruasi mampu meningkatkan praktik kebersihan menstruasi pada remaja putri. Setelah mengikuti edukasi, responden mengalami peningkatan dalam kebiasaan mencuci tangan sebelum dan sesudah mengganti pembalut, mengganti pembalut secara teratur, serta menjaga kebersihan organ reproduksi selama menstruasi.

Selain itu, penelitian Shahibah, Shalahuddin, dan Mamuroh (2024) menemukan bahwa perilaku higiene menstruasi yang baik dipengaruhi oleh kombinasi pengetahuan yang baik dan sikap yang positif. Penelitian tersebut menjelaskan bahwa pengetahuan memberikan pemahaman mengenai pentingnya menjaga kebersihan menstruasi, sedangkan sikap positif mendorong remaja untuk menerapkan perilaku tersebut secara konsisten dalam kehidupan sehari-hari.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa masih terdapat 20 responden (40,0%) yang memiliki perilaku higiene menstruasi dalam kategori cukup dan kurang. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa belum seluruh siswi mampu menerapkan praktik higiene menstruasi sesuai dengan anjuran. Perilaku tersebut dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti kurangnya pengetahuan, sikap yang belum sepenuhnya positif, terbatasnya akses terhadap fasilitas sanitasi di sekolah, kurangnya pendidikan kesehatan reproduksi, maupun masih adanya kebiasaan dan mitos yang berkembang di masyarakat mengenai menstruasi. Selain itu, rasa malu untuk membicarakan masalah menstruasi juga dapat menyebabkan remaja kurang memperoleh informasi yang benar mengenai praktik higiene menstruasi.

Menurut pendapat peneliti, tingginya proporsi responden yang memiliki perilaku higiene menstruasi kategori baik menunjukkan bahwa sebagian besar siswi telah memahami pentingnya menjaga kebersihan organ reproduksi selama menstruasi. Hasil tersebut diduga dipengaruhi oleh tingginya tingkat pengetahuan kesehatan reproduksi, sikap yang positif, serta pendidikan kesehatan reproduksi yang juga berada pada kategori baik. Ketiga faktor tersebut saling mendukung dalam membentuk perilaku kesehatan yang positif sebagaimana dijelaskan dalam teori Green dan Kreuter (2005). Meskipun demikian, masih ditemukannya responden dengan perilaku higiene menstruasi kategori cukup dan kurang menunjukkan perlunya peningkatan program pendidikan kesehatan reproduksi secara berkelanjutan melalui kegiatan penyuluhan, penguatan program Usaha Kesehatan Sekolah (UKS), penyediaan fasilitas sanitasi yang memadai, serta keterlibatan aktif guru, tenaga kesehatan, dan orang tua dalam memberikan edukasi mengenai higiene menstruasi. Dengan demikian, seluruh siswi diharapkan mampu menerapkan perilaku higiene menstruasi yang benar secara konsisten sehingga dapat mencegah terjadinya infeksi saluran reproduksi dan meningkatkan derajat kesehatan reproduksi pada masa remaja.

Hubungan Pengetahuan Dengan Perilaku Higiene Saat Menstruasi Pada Siswi Di Mts Al-Irsyad Gajah

Berdasarkan Tabel 4.2 diketahui bahwa responden yang memiliki pengetahuan kesehatan reproduksi kategori kurang sebagian besar memiliki perilaku higiene menstruasi kategori kurang yaitu sebanyak 8 responden (80,0%). Responden dengan pengetahuan kesehatan reproduksi kategori cukup seluruhnya memiliki perilaku higiene menstruasi kategori cukup yaitu sebanyak 10 responden (100,0%). Sementara itu, responden dengan pengetahuan kesehatan reproduksi kategori baik seluruhnya memiliki perilaku higiene menstruasi kategori baik yaitu sebanyak 30 responden (100,0%). Hasil uji korelasi Spearman

Rank diperoleh nilai p-value sebesar 0,000 ($p < 0,05$), sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan kesehatan reproduksi dengan perilaku higiene menstruasi pada siswi di MTs Al-Irsyad Gajah Tahun 2026. Nilai koefisien korelasi Spearman (r) sebesar 0,989 menunjukkan bahwa hubungan tersebut memiliki arah positif dengan kekuatan hubungan sangat kuat. Artinya, semakin baik pengetahuan kesehatan reproduksi yang dimiliki siswi, maka semakin baik pula perilaku higiene menstruasinya.

Hasil penelitian ini sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Notoatmodjo (2021), yang menyatakan bahwa pengetahuan merupakan hasil dari proses penginderaan seseorang terhadap suatu objek melalui pancaindra, terutama mata dan telinga. Pengetahuan menjadi dasar terbentuknya perilaku seseorang karena individu yang memiliki pengetahuan yang baik akan lebih mampu memahami manfaat maupun risiko dari suatu tindakan sehingga lebih mudah menerapkan perilaku yang benar. Dalam konteks kesehatan reproduksi, pengetahuan mengenai menstruasi, kebersihan organ reproduksi, cara mengganti pembalut yang benar, serta pentingnya menjaga kebersihan diri selama menstruasi akan mendorong remaja putri untuk menerapkan perilaku higiene menstruasi yang baik.

Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2023), higiene menstruasi merupakan salah satu aspek penting dalam kesehatan reproduksi remaja. Praktik higiene menstruasi yang baik meliputi penggunaan pembalut yang bersih, mengganti pembalut secara teratur setiap 4–6 jam atau ketika sudah penuh, membersihkan organ genital menggunakan air bersih dengan arah yang benar dari depan ke belakang, mencuci tangan sebelum dan sesudah mengganti pembalut, serta membuang pembalut bekas pada tempat yang sesuai. Praktik tersebut bertujuan untuk mencegah terjadinya infeksi saluran reproduksi, iritasi kulit, maupun gangguan kesehatan reproduksi lainnya. Oleh karena itu, pemahaman yang baik mengenai kesehatan reproduksi akan memudahkan remaja menerapkan perilaku tersebut dalam kehidupan sehari-hari.

Hasil penelitian ini juga didukung oleh teori dalam buku *Adolescent Health and Development* oleh World Health Organization (WHO, 2022), yang menjelaskan bahwa pengetahuan kesehatan reproduksi merupakan determinan utama dalam pembentukan perilaku kesehatan remaja. Remaja yang memperoleh informasi yang benar mengenai menstruasi cenderung memiliki kesadaran yang lebih tinggi dalam menjaga kebersihan organ reproduksi dibandingkan remaja yang memiliki pengetahuan rendah. Sebaliknya, keterbatasan informasi dapat menyebabkan munculnya praktik higiene yang tidak tepat, seperti jarang mengganti pembalut, membersihkan organ intim dengan cara yang salah, atau menganggap menstruasi sebagai sesuatu yang tabu untuk dipelajari.

Temuan penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Putri, Rahmawati, dan Sari (2022) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan bermakna antara pengetahuan kesehatan reproduksi dengan perilaku personal hygiene menstruasi pada remaja putri ($p < 0,05$). Penelitian tersebut menjelaskan bahwa siswi yang memiliki tingkat pengetahuan tinggi cenderung lebih memahami pentingnya menjaga kebersihan selama menstruasi sehingga memiliki perilaku higiene yang lebih baik dibandingkan siswi dengan pengetahuan rendah.

Penelitian oleh Lestari dan Handayani (2023) juga memperoleh hasil serupa, yaitu terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan dengan praktik menstrual hygiene management pada remaja sekolah menengah. Penelitian tersebut menjelaskan bahwa pengetahuan yang diperoleh melalui pendidikan kesehatan, tenaga kesehatan, guru, maupun media informasi mampu meningkatkan kesadaran remaja dalam menjaga kebersihan organ reproduksi selama menstruasi.

Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Rahmah et al. (2024) menunjukkan bahwa pengetahuan kesehatan reproduksi berhubungan secara signifikan dengan perilaku higiene

menstruasi pada remaja putri ($p < 0,001$). Penelitian tersebut menyatakan bahwa remaja dengan pengetahuan yang baik memiliki kemungkinan lebih besar untuk melakukan praktik higiene menstruasi sesuai rekomendasi dibandingkan remaja dengan pengetahuan yang rendah.

Hasil penelitian ini juga didukung oleh penelitian internasional yang dilakukan oleh Das et al. (2022), yang menemukan bahwa pengetahuan mengenai menstruasi menjadi faktor penting dalam meningkatkan praktik menstrual hygiene management pada remaja perempuan di berbagai negara berkembang. Remaja yang memperoleh pendidikan kesehatan reproduksi sejak dini menunjukkan perilaku kebersihan menstruasi yang lebih baik, memiliki rasa percaya diri yang lebih tinggi, dan lebih mampu mencegah berbagai gangguan kesehatan reproduksi.

Berdasarkan hasil penelitian, teori, serta penelitian terdahulu, peneliti berpendapat bahwa pengetahuan merupakan faktor yang sangat berpengaruh terhadap perilaku higiene menstruasi pada siswi MTs Al-Irsyad Gajah. Pengetahuan yang baik memungkinkan siswi memahami pentingnya menjaga kebersihan organ reproduksi selama menstruasi, mengetahui cara melakukan higiene menstruasi yang benar, serta memahami dampak yang dapat terjadi apabila kebersihan tidak dijaga. Sebaliknya, keterbatasan pengetahuan dapat menyebabkan munculnya perilaku higiene yang kurang baik karena siswi belum memahami manfaat maupun risiko dari praktik kebersihan selama menstruasi. Kuatnya nilai korelasi dalam penelitian ini ($r = 0,989$) menunjukkan bahwa peningkatan pengetahuan melalui pendidikan kesehatan reproduksi di sekolah memiliki potensi besar dalam meningkatkan perilaku higiene menstruasi. Oleh karena itu, pemberian edukasi kesehatan reproduksi secara berkelanjutan oleh guru, tenaga kesehatan, maupun orang tua sangat penting untuk membentuk perilaku higiene menstruasi yang baik pada remaja putri.

Hubungan Sikap Dengan Perilaku Higiene Saat Menstruasi Pada Siswi Di Mts Al-Irsyad Gajah

Berdasarkan Tabel 4.3 diketahui bahwa responden yang memiliki sikap terhadap higiene menstruasi kategori cukup seluruhnya memiliki perilaku higiene menstruasi kategori kurang sebanyak 10 responden (100,0%) dan kategori cukup sebanyak 10 responden (100,0%), serta tidak terdapat responden dengan perilaku higiene menstruasi kategori baik (0,0%). Sementara itu, responden yang memiliki sikap terhadap higiene menstruasi kategori baik seluruhnya memiliki perilaku higiene menstruasi kategori baik yaitu sebanyak 30 responden (100,0%). Hasil uji korelasi Spearman Rank diperoleh nilai p -value sebesar 0,000 ($p < 0,05$), sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara sikap terhadap higiene menstruasi dengan perilaku higiene menstruasi pada siswi di MTs Al-Irsyad Gajah Tahun 2026. Nilai koefisien korelasi Spearman (r) sebesar 0,968 menunjukkan bahwa hubungan tersebut memiliki arah positif dengan kekuatan hubungan sangat kuat. Artinya, semakin baik sikap siswi terhadap higiene menstruasi, maka semakin baik pula perilaku higiene menstruasi yang dilakukan.

Hasil penelitian ini sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Notoatmodjo (2021), yang menyatakan bahwa sikap merupakan respons tertutup seseorang terhadap suatu objek atau stimulus yang melibatkan aspek kognitif, afektif, dan konatif. Sikap belum menjadi suatu tindakan nyata, tetapi merupakan kecenderungan atau kesiapan seseorang untuk bertindak. Seseorang yang memiliki sikap positif terhadap kesehatan akan lebih terdorong untuk menerapkan perilaku kesehatan yang baik dibandingkan individu yang memiliki sikap negatif. Dengan demikian, sikap yang positif terhadap higiene menstruasi akan mendorong remaja putri untuk menjaga kebersihan diri selama menstruasi secara benar dan konsisten.

Menurut Green dan Kreuter dalam teori Precede-Proceed Model yang masih banyak digunakan dalam kajian promosi kesehatan (Green & Kreuter, 2022), sikap termasuk faktor predisposisi (predisposing factors) yang memengaruhi terbentuknya perilaku kesehatan.

Faktor predisposisi tersebut meliputi pengetahuan, keyakinan, nilai, dan sikap yang dimiliki individu sebelum melakukan suatu tindakan. Apabila seseorang memiliki sikap positif terhadap pentingnya menjaga kebersihan selama menstruasi, maka kemungkinan besar individu tersebut akan menerapkan perilaku higiene menstruasi yang baik dalam kehidupan sehari-hari.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2023) menjelaskan bahwa selain pengetahuan, keberhasilan penerapan higiene menstruasi juga dipengaruhi oleh sikap remaja terhadap menstruasi itu sendiri. Remaja yang memiliki pandangan positif mengenai menstruasi cenderung tidak merasa malu atau takut untuk menjaga kebersihan organ reproduksi, mengganti pembalut secara teratur, serta mencari informasi apabila mengalami permasalahan selama menstruasi. Sebaliknya, sikap negatif yang dipengaruhi oleh mitos, rasa malu, maupun anggapan bahwa menstruasi merupakan hal yang tabu dapat menghambat penerapan perilaku higiene menstruasi yang benar.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Handayani dan Putri (2022), yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara sikap remaja terhadap menstruasi dengan perilaku personal hygiene menstruasi ($p < 0,05$). Penelitian tersebut menyimpulkan bahwa remaja yang memiliki sikap positif lebih sering melakukan praktik kebersihan menstruasi sesuai dengan rekomendasi kesehatan dibandingkan remaja yang memiliki sikap kurang baik.

Penelitian yang dilakukan oleh Sari, Nurhayati, dan Lestari (2023) juga menunjukkan bahwa sikap mempunyai hubungan yang bermakna terhadap perilaku menstrual hygiene management pada siswi sekolah menengah. Remaja yang memiliki sikap positif lebih disiplin dalam mengganti pembalut, membersihkan organ reproduksi dengan benar, menjaga kebersihan pakaian dalam, dan mencuci tangan sebelum maupun sesudah mengganti pembalut.

Temuan penelitian ini juga didukung oleh penelitian Rahmah et al. (2024) yang menyatakan bahwa sikap positif terhadap kesehatan reproduksi menjadi salah satu faktor dominan yang memengaruhi perilaku higiene menstruasi pada remaja putri. Penelitian tersebut menjelaskan bahwa sikap positif akan meningkatkan motivasi internal seseorang untuk menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat selama menstruasi.

Hasil penelitian internasional oleh Mohammed et al. (2022) dalam BMC Women's Health juga menemukan bahwa sikap remaja terhadap menstruasi memiliki hubungan yang signifikan dengan praktik menstrual hygiene management. Remaja yang memiliki persepsi positif mengenai menstruasi lebih mampu menerapkan perilaku higiene yang benar, sedangkan remaja yang masih menganggap menstruasi sebagai sesuatu yang memalukan cenderung memiliki praktik higiene yang kurang baik.

Selain itu, penelitian oleh UNICEF (2021) mengenai Guidance on Menstrual Health and Hygiene menjelaskan bahwa pembentukan sikap positif terhadap menstruasi merupakan salah satu komponen utama dalam meningkatkan praktik higiene menstruasi pada remaja perempuan. Dukungan keluarga, guru, serta pendidikan kesehatan reproduksi yang berkelanjutan berperan penting dalam membentuk sikap positif sehingga remaja mampu menerapkan perilaku higiene menstruasi secara optimal.

Berdasarkan hasil penelitian, teori, dan hasil penelitian terdahulu, peneliti berpendapat bahwa sikap merupakan faktor psikologis yang sangat berpengaruh terhadap perilaku higiene menstruasi pada siswi di MTs Al-Irsyad Gajah. Siswi yang memiliki sikap positif akan memandang bahwa menjaga kebersihan selama menstruasi merupakan suatu kebutuhan dan bentuk kepedulian terhadap kesehatan diri sehingga terdorong untuk menerapkan perilaku higiene yang benar. Sebaliknya, siswi yang memiliki sikap kurang baik cenderung belum memiliki kesadaran penuh mengenai pentingnya menjaga kebersihan selama menstruasi sehingga perilaku yang ditampilkan juga kurang optimal. Nilai koefisien korelasi yang sangat

kuat ($r=0,968$) menunjukkan bahwa semakin positif sikap siswi terhadap higiene menstruasi, semakin baik pula perilaku higiene menstruasi yang dilakukan. Oleh karena itu, upaya peningkatan perilaku higiene menstruasi tidak hanya dilakukan melalui pemberian informasi, tetapi juga melalui pembentukan sikap positif melalui pendidikan kesehatan reproduksi, konseling, pembiasaan perilaku hidup bersih dan sehat di sekolah, serta dukungan dari guru, tenaga kesehatan, dan orang tua.

Hubungan Pendidikan Kesehatan Reproduksi Dengan Perilaku Higiene Saat Menstruasi Pada Siswi Di Mts Al-Irsyad Gajah

Berdasarkan Tabel 4.4 diketahui bahwa responden dengan pendidikan kesehatan reproduksi kategori kurang sebagian memiliki perilaku higiene menstruasi kategori kurang yaitu sebanyak 5 responden (50,0%) dan tidak terdapat responden yang memiliki perilaku higiene menstruasi kategori cukup maupun baik. Responden dengan pendidikan kesehatan reproduksi kategori cukup memiliki perilaku higiene menstruasi kategori kurang sebanyak 5 responden (50,0%) dan kategori cukup sebanyak 5 responden (50,0%), sedangkan tidak terdapat responden yang memiliki perilaku higiene menstruasi kategori baik. Sementara itu, responden dengan pendidikan kesehatan reproduksi kategori baik tidak terdapat yang memiliki perilaku higiene menstruasi kategori kurang, sebanyak 5 responden (50,0%) memiliki perilaku higiene menstruasi kategori cukup, dan sebagian besar memiliki perilaku higiene menstruasi kategori baik yaitu sebanyak 30 responden (100,0%). Hasil uji korelasi Spearman Rank diperoleh nilai p-value sebesar 0,000 ($p < 0,05$), sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pendidikan kesehatan reproduksi dengan perilaku higiene menstruasi pada siswi di MTs Al-Irsyad Gajah Tahun 2026. Nilai koefisien korelasi Spearman (r) sebesar 0,868 menunjukkan bahwa hubungan tersebut memiliki arah positif dengan kekuatan hubungan sangat kuat. Artinya, semakin baik pendidikan kesehatan reproduksi yang diterima oleh siswi, maka semakin baik pula perilaku higiene menstruasi yang dimiliki.

Hasil penelitian ini sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Notoatmodjo (2021), yang menyatakan bahwa pendidikan kesehatan merupakan suatu proses pembelajaran yang bertujuan meningkatkan kemampuan individu maupun kelompok dalam memelihara dan meningkatkan kesehatan melalui peningkatan pengetahuan, pembentukan sikap, serta perubahan perilaku. Pendidikan kesehatan tidak hanya memberikan informasi, tetapi juga mendorong individu untuk memahami, menerima, dan menerapkan perilaku hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari. Oleh karena itu, pemberian pendidikan kesehatan reproduksi sejak usia remaja sangat penting untuk membentuk perilaku higiene menstruasi yang benar.

Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2023), pendidikan kesehatan reproduksi merupakan bagian dari upaya promotif dan preventif yang bertujuan meningkatkan kemampuan remaja dalam menjaga kesehatan reproduksi, termasuk praktik higiene menstruasi. Materi yang diberikan meliputi proses menstruasi, cara menjaga kebersihan organ reproduksi, penggunaan pembalut yang benar, frekuensi penggantian pembalut, kebersihan pakaian dalam, serta pencegahan infeksi saluran reproduksi. Pendidikan kesehatan yang diberikan secara terstruktur di sekolah terbukti mampu meningkatkan pemahaman, membentuk sikap positif, serta memperbaiki perilaku kesehatan remaja.

World Health Organization (WHO, 2022) menjelaskan bahwa pendidikan kesehatan reproduksi di lingkungan sekolah merupakan salah satu strategi yang efektif dalam meningkatkan kesehatan reproduksi remaja. Pendidikan yang komprehensif memberikan kesempatan kepada remaja untuk memperoleh informasi yang benar, menghilangkan mitos dan stigma mengenai menstruasi, serta meningkatkan keterampilan dalam menerapkan praktik higiene menstruasi yang aman dan sehat. WHO juga menekankan bahwa pendidikan kesehatan reproduksi sebaiknya diberikan secara berkesinambungan dan disesuaikan dengan usia perkembangan remaja.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rahmawati dan Lestari (2022), yang menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan reproduksi berhubungan secara signifikan dengan perilaku personal hygiene menstruasi pada remaja putri ($p < 0,05$). Penelitian tersebut menyimpulkan bahwa siswi yang pernah memperoleh pendidikan kesehatan reproduksi memiliki praktik hygiene menstruasi yang lebih baik dibandingkan siswi yang belum pernah memperoleh pendidikan kesehatan.

Penelitian oleh Wulandari, Sari, dan Handayani (2023) juga menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara pendidikan kesehatan reproduksi dengan praktik menstrual hygiene management pada siswi sekolah menengah. Penelitian tersebut menjelaskan bahwa pendidikan kesehatan mampu meningkatkan pemahaman mengenai pentingnya menjaga kebersihan selama menstruasi sehingga mendorong perubahan perilaku ke arah yang lebih baik.

Temuan penelitian ini juga didukung oleh penelitian Fitriani et al. (2024), yang menemukan bahwa pemberian pendidikan kesehatan reproduksi melalui metode ceramah, diskusi, dan media edukasi memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan perilaku hygiene menstruasi pada remaja putri. Setelah memperoleh pendidikan kesehatan, sebagian besar responden menunjukkan peningkatan dalam praktik mengganti pembalut secara teratur, membersihkan organ reproduksi dengan benar, serta menjaga kebersihan diri selama menstruasi.

Penelitian internasional yang dilakukan oleh Hennegan et al. (2022) juga menjelaskan bahwa pendidikan kesehatan reproduksi menjadi salah satu intervensi yang paling efektif dalam meningkatkan praktik menstrual hygiene management di kalangan remaja perempuan. Pendidikan kesehatan yang diberikan secara berkelanjutan mampu meningkatkan pengetahuan, membentuk sikap positif, serta menghasilkan perubahan perilaku yang lebih baik dalam menjaga kebersihan selama menstruasi.

Selain itu, UNICEF (2021) menyatakan bahwa sekolah memiliki peran strategis dalam memberikan pendidikan kesehatan reproduksi kepada remaja. Pendidikan yang didukung oleh guru, tenaga kesehatan, fasilitas sanitasi yang memadai, serta lingkungan sekolah yang mendukung akan membantu remaja perempuan menerapkan praktik hygiene menstruasi secara optimal. Oleh karena itu, pendidikan kesehatan reproduksi tidak hanya menjadi tanggung jawab tenaga kesehatan, tetapi juga memerlukan keterlibatan sekolah dan keluarga.

Berdasarkan hasil penelitian, teori, dan penelitian terdahulu, peneliti berpendapat bahwa pendidikan kesehatan reproduksi merupakan salah satu faktor penting yang memengaruhi perilaku hygiene menstruasi pada siswi di MTs Al-Irsyad Gajah. Pendidikan kesehatan reproduksi memberikan informasi yang benar mengenai menstruasi sekaligus membentuk pemahaman, sikap, dan keterampilan siswi dalam menjaga kebersihan organ reproduksi selama menstruasi. Siswi yang memperoleh pendidikan kesehatan reproduksi dengan baik cenderung memiliki perilaku hygiene menstruasi yang lebih baik karena telah memahami manfaat menjaga kebersihan serta risiko yang dapat timbul apabila hygiene menstruasi tidak dilakukan dengan benar. Sebaliknya, keterbatasan pendidikan kesehatan reproduksi dapat menyebabkan kurangnya pemahaman sehingga perilaku hygiene menstruasi menjadi kurang optimal. Nilai koefisien korelasi yang sangat kuat ($r = 0,868$) menunjukkan bahwa peningkatan kualitas pendidikan kesehatan reproduksi di sekolah memiliki peran penting dalam meningkatkan perilaku hygiene menstruasi. Oleh karena itu, sekolah diharapkan dapat bekerja sama dengan puskesmas, tenaga kesehatan, maupun orang tua untuk memberikan pendidikan kesehatan reproduksi secara rutin melalui penyuluhan, pembelajaran di kelas, serta program kesehatan remaja sehingga perilaku hygiene menstruasi siswi dapat terus ditingkatkan.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai Hubungan Pengetahuan, Sikap, dan Pendidikan Kesehatan Reproduksi terhadap Perilaku Higiene Menstruasi pada Siswi di MTs Al-Irsyad Gajah Tahun 2026, dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Pengetahuan kesehatan reproduksi pada siswi di MTs Al-Irsyad Gajah Tahun 2026 didominasi oleh kategori baik, yaitu sebanyak 30 responden (60,0%), sedangkan 12 responden (24,0%) memiliki pengetahuan kategori cukup dan 8 responden (16,0%) memiliki pengetahuan kategori kurang.
2. Sikap terhadap higiene menstruasi pada siswi di MTs Al-Irsyad Gajah Tahun 2026 didominasi oleh kategori baik, yaitu sebanyak 30 responden (60,0%), sedangkan 20 responden (40,0%) memiliki sikap kategori cukup.
3. Pendidikan kesehatan reproduksi pada siswi di MTs Al-Irsyad Gajah Tahun 2026 didominasi oleh kategori baik, yaitu sebanyak 35 responden (70,0%), sedangkan 10 responden (20,0%) memiliki pendidikan kesehatan reproduksi kategori cukup dan 5 responden (10,0%) memiliki kategori kurang.
4. Perilaku higiene menstruasi pada siswi di MTs Al-Irsyad Gajah Tahun 2026 didominasi oleh kategori baik, yaitu sebanyak 30 responden (60,0%), sedangkan masing-masing 10 responden (20,0%) memiliki perilaku higiene menstruasi kategori cukup dan kategori kurang.
5. Pengetahuan kesehatan reproduksi berhubungan secara signifikan dengan perilaku higiene saat menstruasi pada siswi di MTs Al-Irsyad Gajah Tahun 2026 dengan nilai p-value 0,000 ($<0,05$) dan koefisien korelasi Spearman sebesar 0,989 yang menunjukkan hubungan positif dengan kekuatan sangat kuat.
6. Sikap terhadap higiene menstruasi berhubungan secara signifikan dengan perilaku higiene saat menstruasi pada siswi di MTs Al-Irsyad Gajah Tahun 2026 dengan nilai p-value 0,000 ($<0,05$) dan koefisien korelasi Spearman sebesar 0,968 yang menunjukkan hubungan positif dengan kekuatan sangat kuat.
7. Pendidikan kesehatan reproduksi berhubungan secara signifikan dengan perilaku higiene saat menstruasi pada siswi di MTs Al-Irsyad Gajah Tahun 2026 dengan nilai p-value 0,000 ($<0,05$) dan koefisien korelasi Spearman sebesar 0,868 yang menunjukkan hubungan positif dengan kekuatan sangat kuat.

Saran

1. Bagi Siswi MTs Al-Irsyad Gajah

Siswi diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan wawasan mengenai kesehatan reproduksi, khususnya tentang higiene menstruasi, melalui berbagai sumber informasi yang terpercaya. Selain itu, siswi diharapkan mampu menerapkan perilaku higiene menstruasi yang baik, seperti mengganti pembalut secara teratur, menjaga kebersihan organ reproduksi, mencuci tangan sebelum dan sesudah mengganti pembalut, serta menjaga kebersihan pakaian dalam guna mencegah terjadinya infeksi pada organ reproduksi.

2. Bagi MTs Al-Irsyad Gajah

Pihak sekolah diharapkan dapat meningkatkan program pendidikan kesehatan reproduksi melalui kegiatan penyuluhan, pembelajaran, maupun kerja sama dengan puskesmas atau tenaga kesehatan. Sekolah juga diharapkan menyediakan media edukasi serta fasilitas sanitasi yang memadai sehingga dapat mendukung terbentuknya perilaku higiene menstruasi yang baik pada siswi.

3. Bagi Tenaga Kesehatan

Tenaga kesehatan diharapkan dapat memberikan edukasi kesehatan reproduksi secara rutin kepada remaja putri melalui penyuluhan, konseling, maupun kegiatan Usaha Kesehatan Sekolah (UKS). Materi edukasi hendaknya tidak hanya berfokus pada pengetahuan, tetapi juga membentuk sikap positif serta keterampilan dalam menerapkan higiene menstruasi yang

benar.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan penelitian dengan menambahkan variabel lain yang berpotensi memengaruhi perilaku higiene menstruasi, seperti dukungan orang tua, dukungan teman sebaya, akses informasi, budaya, ketersediaan fasilitas sanitasi, maupun status sosial ekonomi. Selain itu, penelitian dapat menggunakan desain penelitian yang berbeda, seperti eksperimen atau quasi experimental, untuk menilai efektivitas pendidikan kesehatan reproduksi dalam meningkatkan perilaku higiene menstruasi.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdal, F., Jannah, M., & Syamsuddin, P. P. (2024). Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Terhadap Perilaku Perawatan Kebersihan Organ Reproduksi Pada Saat Menstruasi Siswi Sman 1 Belopa Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Datu Kamanre , Indonesia Kelamin Atau Genitalia Luar Dan Alat Kelamin Bagian Dalam . Organ Luar Terdiri Dari Vulva ,. 2(3).
- Abdussamad. (2021). Metode Penelitian Kualitatif .Makassar : Cv Syakir Media Press.
- Adyani, R., Meiranny, A., & Muthahar, R. (2023). Personal hygiene saat menstruasi pada remaja putri: Literature review. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 18(2), 145–154.
- Aufa, R., Zakaria, R., & Andria, D. (2023). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Personal Hygiene Organ Reproduksi Saat Menstruasi Pada Siswi Sman 1 Lhoknga Kecamatan Lhoknga Tahun 2023 Factors Associated With Personal Hygiene Behavior Of Reproductive Organs During Menstruation In Students Of Sman 1 Lhoknga Lhoknga In 2023. 9(1), 56–63.
- Bloom, B. S. (1956). *Taxonomy of educational objectives: Handbook I: Cognitive domain*. David McKay Company.
- Dwiyanti, S., Manoppo, I. J., Keperawatan, F., & Klabat, U. (2024). Hubungan Pengetahuan Dengan Perilaku Perineal Hygiene Saat Menstruasi Pada Remaja Putri. 212–220.
- Elza Wulandari. (2024). Hubungan Pengetahuan Dan Sumber Informasi Dengan Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Remaja Di Wilayah Kerja Puskesmas Perawatan Lubuk Durian. *Journal Of Health Science Leksia (Jhsl)*, 1(1), 41–48.
- Fitriani, E. N., Muhamadiyah, U., Batang, K., & Hygiene, P. (2024). Health Literacy (Literasi Kesehatan) Dan Sikap Remaja Awal Terhadap Personal Health Literacy And The Attitude Of Early Adolescents Towards Personal Hygiene During. 6(1).
- Fitriani, F., Hermansyah, H., Ahmad, A., Masyarakat, F. K., Aceh, U. M., Aceh, B., Aceh, P. K., & Aceh, B. (2022). Hubungan Pengetahuan , Sikap , Informasi Dan Peran Guru Dengan Personal Hygiene Remaja Putri Pada Saat Menstruasi Di Mtsn 2 Aceh Besar Tahun 2022. 1(6), 741–749. <https://doi.org/10.55123/Insologi.V1i6.1080>
- Green, L. W., & Kreuter, M. W. (2005). *Health program planning: An educational and ecological approach* (4th ed.). McGraw-Hill.
- Harahap, R., Siregar, D., & Lubis, N. (2024). Pendidikan kesehatan tentang personal hygiene menstruasi pada remaja putri. *Jurnal Abdimas Masyarakat*, 3(1), 44–51.
- Hardani, D. (2020). *Buku Metode Penelitian Kualitatif & Kuantitatif*.
- Henny Syapitri. (2021). *Buku Ajar Metodologi Penelitian Kesehatan*.
- Hidayat, M. (2026). Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Dengan Perilaku Remaja Putri Tentang Kebersihan Organ Reproduksi Saat Menstruasi Di Smp Pertiwi 1 Kota Jambi. 15(1), 31–44.
- Indri, D., Salsabila, B., & Wibowo, S. S. (2026). The Relationship Between Knowledge And Attitudes Toward. 9, 69–78.
- Jailani, Syahrani, Jeka, & Firdaus. (2023). Populasi Dan Sampling (Kuantitatif), Serta Pemilihan Informan Kunci (Kualitatif) Dalam Pendekatan Praktis. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(3), 26320–26332.
- Jatimineng, A. R. (2024). Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Dengan Perilaku Vulva Hygiene Pada Remaja Putri Saat Menstruasi Di Kelas X Di Sma Perguruan Rakyat 2 Jakarta Timur Tahun 2023. 2(1).
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). *Modul kesehatan reproduksi remaja*. Kementerian Kesehatan RI.

- Khotimah, A., Wahyuningsih, T., & Annurahma, A. (2024). Perilaku Perawatan Diri Saat Menstruasi Di Smp Negeri 1. 3.
- Kurniasih, E., Keperawatan, D., Keperawatan, A., & Ngawi, P. (2022). Determinan Perilaku Hygiene Menstruasi Remaja Putri. 7(1), 33–42.
- Laswini, I. W., & Nency, A. (2022). Pengetahuan , Sikap , Dan Sumber Informasi Dengan Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Remaja Putri. 02, 232–240. <https://doi.org/10.53801/Sjki.V2i1.55>
- Lestari, D., Pratiwi, R., & Yuliana, N. (2024). Efektivitas pendidikan kesehatan reproduksi terhadap peningkatan sikap dan perilaku menstrual hygiene pada remaja putri. Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia, 19(1), 66–74.
- Mara, K., Adesta, R. O., & Meo, M. Y. (2022). Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan Masyarakat Issn 2460 - 9374 Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Perilaku Personal Hygiene Remaja Putri Pada Saat Menstruasi Di Smp Yapenthom 2 Maumere Universitas Nusa Nipa Indonesia Email / No . Hp : Reginadianto@Gmail.Com / 081335781078 Volume 9 , No . 2 Desember 2022 Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan Masyarakat Issn 2460 - 9374 Keywords : Family Support , Personal Hygiene Behavior , Adolescents. 9(2).
- Marbun, T. G., Ibnu, I. N., Butar, M. B., Nasution, H. S., Sari, P., & Siregar, S. A. (2025). Determinan Perilaku Personal Hygiene Remaja Putri Saat Menstruasi Di Smpn 12 Kota Jambi Tahun 2025.
- Mulyani, S., Handayani, E., & Wulandari, A. (2023). Hubungan perilaku higiene menstruasi dengan kejadian keputihan pada remaja putri. Jurnal Kebidanan Indonesia, 14(2), 102–110.
- Mulyati, E. (2024). Metode Penelitian. Media Penerbit Indonesia.
- Notoatmodjo, S. (2022). Promosi kesehatan dan perilaku kesehatan (Edisi Revisi). Rineka Cipta.
- Nurfadillah, N., Rahmawati, Y., & Safitri, D. (2023). Pengaruh pendidikan kesehatan reproduksi terhadap perilaku menstrual hygiene pada remaja putri. Jurnal Promosi Kesehatan, 11(2), 118–126.
- Puspitasari, D. A., Oktarina, N. D., & Waluyo, U. N. (2026). Perilaku Menstrual Hygiene Management Yang Baik Pada Remaja Putri Dalam Menjaga Kebersihan Saat Menstruasi. 8(1), 130–138.
- Putri. (2025). Hubungan Tingkat Pengetahuan Terhadap Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Remaja Putri Di Sma Muhammadiyah Pekanbaru. 9(1), 68–75.
- Purwaningsih, S., Widyastuti, Y., & Astuti, R. (2023). Pendidikan kesehatan reproduksi berbasis sekolah terhadap perilaku menstrual hygiene management pada remaja putri. Jurnal Keperawatan Soedirman, 18(1), 57–65.
- Qolbah, H., Purnamawati, D., & Subiyatin, A. (2024). Hubungan Pengetahuan Dengan Perilaku Kebersihan Menstruasi Pada Remaja. 4(2), 62–71. <https://doi.org/10.24853/Myjm.4.2.62-71>
- Rahmawati, N., & Kurniasari, D. (2022). Pengaruh pendidikan kesehatan reproduksi terhadap pengetahuan remaja putri tentang menstruasi. Jurnal Ilmu Keperawatan Indonesia, 15(2), 112–119.
- Rofiqoh, R., Sari, D., & Fatimah, L. (2023). Gambaran perilaku higiene menstruasi pada remaja putri di sekolah menengah pertama. Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia, 18(3), 201–209.
- Safriana, R., & Mulyani, E. (2023). Edukasi kesehatan reproduksi sebagai upaya peningkatan perilaku hidup sehat pada remaja. Jurnal Pengabdian Kesehatan Masyarakat, 5(1), 37–45.
- Sari, N., & Fitriani, R. (2024). Faktor-faktor yang memengaruhi perilaku menstrual hygiene pada remaja putri. Jurnal Keperawatan Nasional, 12(1), 51–60.
- Shahibah, N., Shalahuddin, I., & Mamuroh, L. (2024). The relationship between knowledge and attitude with menstrual hygiene behavior among adolescent girls. Journal of Nursing Practice, 8(1), 22–30.
- Silvia, I., & Sulistyoningtyas, S. (2023). Hubungan Pengetahuan Remaja Dengan Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Remaja Putri. 1, 511–516.
- Sinay, H., Dusra, E., Manuputty, D. V., Masyarakat, P. K., & Husada, S. M. (2025). Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Personal Higiene Remaja Putri Saat Menstruasi Dengan Kejadian Infeksi Saluran Reproduksi Kecamatan Seram Barat.
- Sugiyono, P. D. (2023). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D.
- Suryaningsih. (2025). Metode Penelitian Ilmiah Modern: Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, Dan

- Campuran. Media Penerbit Indonesia.
- UNESCO. (2023). International technical guidance on sexuality education: An evidence-informed approach. United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization.
- UNICEF. (2021). Guidance on menstrual health and hygiene. United Nations Children's Fund.
- Ulina, R., Manik, R. M., & Sitepu. (2021). Tingkat Pengetahuan Remaja Tentang Personal Hygiene Saat Menstruasi Di Smp Swasta Bahagia Jalan Mangan I No . 60 Mabar Kecamatan Medan Deli Provinsi Sumatera Utara Tahun 2021. 7(2), 1–14.
- Wardhani, S. D., Rahmawati, N., Herawati, Y., & Sari, D. P. (2024). Personal Hygiene. 1–7.
- Wulandari, A., Rahayu, D., & Lutfiyati, A. (2022). Pengetahuan Berhubungan Dengan Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi Di Smpn 3 Tempel Sleman. 1(1), 15–20.