

## **HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN TINDAKAN PERSONAL HYGIENE SAAT MENTRUASI PADA REMAJA: SCOPING REVIEW**

**Machfudloh<sup>1</sup>, Sintia Sari<sup>2</sup>**

**Universitas Islam Sultan Agung Kota Semarang**

Email : [machfudloh@unissula.ac.id](mailto:machfudloh@unissula.ac.id)<sup>1</sup>, [ir.zaynnn@gmail.com](mailto:ir.zaynnn@gmail.com)<sup>2</sup>

### **ABSTRAK**

Perawatan kebersihan selama menstruasi merupakan aspek penting dalam menjaga kesehatan reproduksi remaja putri. Kurangnya praktik personal hygiene yang tepat dapat meningkatkan risiko infeksi pada organ reproduksi. Pengetahuan yang memadai mengenai manajemen kebersihan menstruasi diharapkan mampu membentuk perilaku kesehatan yang positif pada remaja. Tujuan artikel ini adalah untuk mengidentifikasi hubungan antara tingkat pengetahuan dan tindakan personal hygiene saat menstruasi pada remaja melalui pendekatan scoping review. Metode yang digunakan adalah scoping review dengan pencarian literatur pada database ScienceDirect dan PubMed, serta mesin pencari Google Scholar. Artikel diseleksi berdasarkan kriteria inklusi, yaitu artikel penelitian asli, berbahasa Indonesia dan Inggris, serta dipublikasikan dalam rentang tahun 2020–2025. Hasil pencarian memperoleh 1.823 artikel, dan setelah proses seleksi diperoleh 10 artikel yang memenuhi kriteria. Hasil kajian menunjukkan bahwa sebagian besar remaja memiliki tingkat pengetahuan yang masih kurang terkait personal hygiene menstruasi, yang berdampak pada praktik kebersihan yang tidak optimal. Selain itu, ditemukan hubungan yang konsisten antara tingkat pengetahuan dan tindakan personal hygiene menstruasi, di mana remaja dengan pengetahuan yang lebih baik cenderung menerapkan praktik kebersihan yang lebih baik. Simpulan scoping review ini menunjukkan bahwa peningkatan pengetahuan melalui edukasi kesehatan reproduksi serta dukungan lingkungan yang memadai sangat diperlukan untuk memperbaiki praktik personal hygiene menstruasi pada remaja.

**Kata Kunci:** Pengetahuan, Tindakan, Personal Hygiene, Menstruasi, Remaja.

### **ABSTRACT**

*Menstrual hygiene is a crucial aspect of maintaining adolescent reproductive health, as inadequate hygiene practices can increase the risk of reproductive tract infections. Adequate knowledge of menstrual hygiene management is expected to promote positive health behaviors among adolescents. Objective: This scoping review aims to examine the relationship between knowledge and personal hygiene practices during menstruation among adolescents. Methods: A scoping review approach was employed by searching literature from ScienceDirect and PubMed databases, as well as Google Scholar. Articles were selected based on inclusion criteria, including original research articles published in Indonesian or English between 2020 and 2025. Results: A total of 1,823 articles were identified, and after screening, 10 articles met the inclusion criteria. The findings indicate that most adolescents have insufficient knowledge regarding menstrual hygiene, which is associated with suboptimal hygiene practices. A consistent relationship was identified between knowledge level and menstrual hygiene practices, with better knowledge linked to improved hygiene behavior. Conclusion: This review highlights the importance of strengthening reproductive health education and providing supportive environments to enhance menstrual personal hygiene practices among adolescents.*

**Keywords:** Knowledge, Practice, Personal Hygiene, Menstruation, Adolescents.

### **PENDAHULUAN**

Hygiene selama menstruasi merupakan faktor yang berperan penting dalam menjaga kesehatan organ reproduksi remaja putri. Personal hygiene menstruasi mencakup berbagai tindakan kebersihan yang dilakukan selama periode menstruasi sebagai upaya untuk

mempertahankan kebersihan, kesehatan fisik dan psikis, serta meningkatkan kesejahteraan individu (Sumo et al., 2025). Praktik perawatan pada masa menstruasi perlu mendapatkan perhatian karena proses keluarnya darah haid kerap disertai ketidaknyamanan, seperti rasa gatal pada area vulva. Kondisi tersebut, apabila tidak diimbangi dengan pemeliharaan kebersihan yang baik, dapat meningkatkan risiko infeksi pada organ reproduksi (Nurfitriani & Arifarahmi, 2023). Selain itu, kurangnya hygiene dapat memicu pertumbuhan jamur atau parasit yang menyebabkan gatal dan rasa tidak nyaman pada area genital (Sri Ninta et al., 2023).

Penyakit pada saluran reproduksi dapat dicegah apabila perempuan secara rutin menjaga kebersihan area genital, sehingga dapat menghambat masuknya kuman yang berpotensi menimbulkan infeksi (Sofyana et al., 2024). Selain itu, peningkatan kebersihan dan pencegahan penyakit pada organ reproduksi sangat dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan perempuan, karena pengetahuan yang baik dapat membentuk perilaku dan kebiasaan kesehatan yang positif (Irianti & Tiarahma, 2021). Menurut Narmin et al. (2025) mengemukakan bahwa minimnya perilaku higienis remaja putri dalam perawatan organ reproduksi saat menstruasi berkaitan erat dengan rendahnya tingkat pengetahuan mengenai personal hygiene menstruasi, sehingga remaja cenderung melakukan praktik kebersihan yang kurang tepat dan berisiko mengalami gangguan kesehatan reproduksi.

Perilaku personal hygiene selama menstruasi memerlukan perhatian khusus karena berkontribusi signifikan terhadap gambaran kesehatan remaja di masa mendatang (N. R. Alfi, 2023). Menurut Kantor Regional WHO untuk Asia Tenggara (2018), di antara sepuluh faktor risiko utama morbiditas dan mortalitas pada remaja, kebersihan dan sanitasi pribadi menempati posisi ketiga, sementara kesehatan reproduksi berada di urutan kedelapan. Ini menunjukkan masalah serius, di mana data WHO tahun 2012 menunjukkan bahwa kebiasaan personal hygiene yang buruk selama menstruasi sangat tinggi, dengan tingkat kejadian melebihi 50%. Kondisi ini diperkirakan menyebabkan 2,3 juta kasus kanker rahim, keputihan, dan infeksi sistem reproduksi setiap tahun, dengan 1,2 juta kasus terjadi di negara-negara berkembang. Sekitar 5 juta pasien baru dirawat setiap tahun, dan 3 juta di antaranya berasal dari negara berkembang seperti Indonesia (Pane et al., 2022).

Hasil penelitian oleh (Novianti et al., 2022) menunjukkan bahwa persentase perilaku personal hygiene di Indonesia hanya mencapai 55%. Berdasarkan data statistik di Indonesia, sekitar 43,3 juta remaja putri berusia 10 hingga 14 tahun menunjukkan kebiasaan kebersihan yang sangat buruk, termasuk kurangnya perhatian terhadap kesehatan organ reproduksi saat menstruasi. Perilaku individu dipengaruhi oleh tingkat pendidikan dan pengetahuan, di mana pemahaman seseorang tentang suatu hal dapat mendorong perubahan perilaku (Qolbah et al., 2024). Hal serupa juga dikemukakan oleh (Rahmawati et al., 2022), yang menyatakan bahwa kurangnya pengetahuan kesehatan reproduksi menjadi faktor dominan yang memengaruhi rendahnya praktik hygiene menstruasi pada remaja. Menurut (Siti Nur Aini et al., 2025), kurangnya tindakan dalam menjaga kebersihan genitalia seperti tidak mencuci tangan sebelum mengganti pembalut, malas mengganti pembalut secara teratur, penggunaan pembalut lebih dari enam jam, membersihkan vagina dengan air yang tidak bersih, serta praktik hygiene yang kurang tepat pada area genital dapat meningkatkan risiko keputihan abnormal dan membuat remaja putri menjadi lebih rentan terhadap infeksi jamur maupun bakteri selama menstruasi. Perilaku menstrual hygiene yang buruk ini juga terbukti berhubungan dengan meningkatnya kejadian discharge vagina patologis pada remaja yang memiliki kebiasaan hygiene yang kurang baik.

Menurut Kurniawati et al., (2022), penggunaan pembalut yang tidak higienis, seperti

pembalut yang disimpan di tempat lembap atau digunakan terlalu lama, dapat memicu pertumbuhan bakteri dan jamur sehingga meningkatkan risiko infeksi vagina pada remaja putri. Praktik mengganti pembalut lebih dari enam jam sekali menciptakan lingkungan lembap yang mendukung perkembangbiakan mikroorganisme patogen yang dapat masuk melalui vagina dan menyebabkan gangguan kesehatan reproduksi. Temuan serupa juga dikemukakan oleh (Tondong & Batjo, 2025) yang menyatakan bahwa frekuensi penggantian pembalut yang tidak adekuat berhubungan dengan meningkatnya kejadian keputihan abnormal dan iritasi genital selama menstruasi. Selain itu, WHO (2022) menegaskan bahwa praktik menstrual hygiene yang tidak tepat, termasuk penggunaan pembalut yang tidak bersih dan jarang diganti, berkontribusi terhadap meningkatnya risiko infeksi saluran reproduksi serta gangguan kesehatan jangka panjang pada perempuan usia remaja.

Petugas kesehatan perlu melakukan penilaian terkait pengetahuan dan praktik personal hygiene pada remaja untuk memungkinkan intervensi yang tepat. Upaya meningkatkan pengetahuan tentang hygiene menstruasi dapat dilakukan melalui penyediaan informasi kesehatan reproduksi sebagai bagian dari program layanan kesehatan, dengan kolaborasi antara petugas kesehatan dan guru di sekolah, peran orang tua dalam mendampingi siswi, serta pengaruh teman sebaya dalam berbagi informasi (Wulandari & Prihatin, 2022). Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi hubungan antara tingkat pengetahuan dengan tindakan personal hygiene menstruasi pada remaja putri.

## METODE

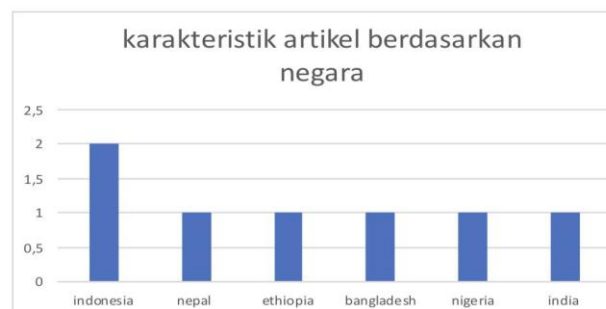
Desain penelitian dalam studi ini menggunakan metode scoping review, yang merupakan pendekatan komprehensif untuk memetakan literatur terkait topik tertentu secara sistematis. Tahapan scoping review meliputi: (a) merumuskan pertanyaan penelitian yang jelas dan spesifik, (b) mengidentifikasi studi relevan melalui pencarian literatur yang ekstensif, (c) melakukan seleksi studi berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi, (d) mengekstraksi atau memetakan data dari studi yang dipilih, dan (e) menyusun serta melaporkan hasil secara sistematis untuk memberikan gambaran keseluruhan tentang bidang penelitian (Arksey & O'Malley, 2005; Levac et al., 2010; JBI, 2020).

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil analisis terhadap 10 artikel dalam scoping review mengenai hubungan antara pengetahuan dan tindakan personal hygiene saat menstruasi pada remaja menunjukkan temuan sebagai berikut :

### 1. Berdasarkan karakteristik artikel

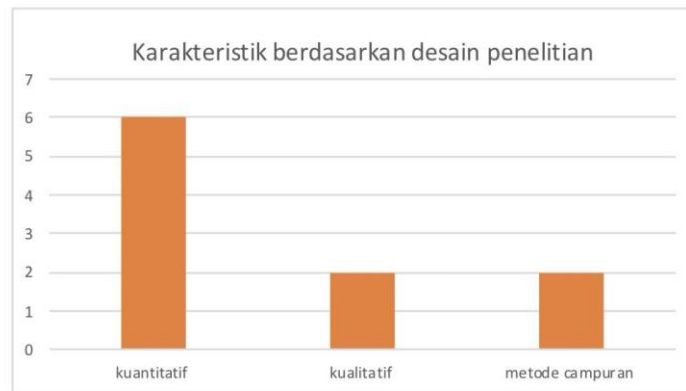
#### a. Karakteristik studi berdasarkan negara



**Gambar 1.** Karakteristik artikel berdasarkan negara

Berdasarkan gambar 2, hasil menunjukkan bahwa beberapa artikel yang ditemukan dari berbagai negara bahwa 2 artikel dari Indonesia, 1 artikel dari nepal, 1 artikel dari india, 1 artikel dari bangladesh, 1 artikel dari ethopia, 1artikel dari nigeria.

#### b. Karakteristik studi desain penelitian



**Gambar 2.** Karakteristik Studi berdasarkan desain penelitian

Berdasarkan karakteristik studi desain penelitian hasil menunjukkan dari 10 artikel terdapat 6 artikel yang menggunakan desain kuantitatif, 2 artikel menggunakan desain kualitatif, dan 2 artikel dengan desain metode campuran.

#### c. Karakteristik berdasarkan kualitas artikel



**Gambar 3.** Karakteristik berdasarkan kualitas artikel

Berdasarkan penilaian critical appraisal terhadap 10 artikel tersebut, hasilnya menunjukkan bahwa 7 artikel memiliki kualitas grade A, sementara 3 artikel lainnya memiliki kualitas grade B.

## 2. Berdasarkan analisis tema artikel

Melalui ekstraksi data dan evaluasi kualitas artikel penelitian, penelitian ini berhasil mengidentifikasi dan memetakan tema tema artikel yang relevan yaitu :

Tabel 1. Analisis dan pemetaan tema artikel penelitian

No	Tema	Sub tema	Artikel penelitian
1	Pengetahuan Remaja terhadap Personal Hygeine saat mantruasi pada remaja	Baik	A3,A5, A9
		Kurang	A1,A2,A4,A6, A7, A8, A10
2	Tindakan personal hygeine saat mentruasi pada remaja	Baik	A2, A3, A5
		Kurang	A1, A4, A6, A7, A8, A10

3	Hambatan akses tindakan Internal	A1, A3, A5, A8
	personal hygiene saat Eksternal	A2, A4, A6, A7, A9, A10

## Pembahasan

### 1. Pengetahuan Remaja Tentang Personal Hygiene Saat Menstruasi

Hasil scoping review menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan remaja mengenai personal hygiene menstruasi masih bervariasi, dengan kecenderungan sebagian besar berada pada kategori kurang, khususnya pada artikel A1, A2, A4, A6, A7, A8, dan A10. Temuan ini mengindikasikan bahwa pengetahuan yang tidak memadai mengenai menstruasi dan kebersihan genital masih menjadi permasalahan global, baik di negara berkembang maupun negara berpendapatan menengah.

Penelitian (Widarini et al., 2023) dan (Daniel et al., 2023) menunjukkan bahwa rendahnya pengetahuan remaja berkaitan erat dengan minimnya akses informasi kesehatan reproduksi serta kurangnya komunikasi terbuka antara remaja dan orang tua. Remaja yang tidak memperoleh edukasi menstruasi secara memadai cenderung memiliki pemahaman yang keliru, seperti anggapan bahwa mengganti pembalut tidak perlu dilakukan secara rutin atau membersihkan area genital dapat dilakukan dengan air seadanya tanpa memperhatikan kebersihan.

Sebaliknya, beberapa artikel seperti A3, A5, dan A9 menunjukkan bahwa remaja dengan tingkat pengetahuan yang baik cenderung memiliki pemahaman yang lebih tepat mengenai praktik personal hygiene menstruasi. Hal ini menguatkan teori perilaku kesehatan yang menyatakan bahwa pengetahuan merupakan faktor predisposisi penting dalam pembentukan perilaku kesehatan. Pengetahuan yang baik memungkinkan remaja memahami risiko kesehatan yang dapat timbul akibat praktik hygiene yang buruk, sehingga mendorong perilaku pencegahan yang lebih baik.

### 2. Tindakan Personal Hygiene Menstruasi Pada Remaja

Tindakan personal hygiene menstruasi pada remaja dalam scoping review ini menunjukkan hasil yang tidak merata. Beberapa studi melaporkan praktik yang relatif baik, seperti pada artikel A3 dan A5, sementara artikel A1 dan A2 menunjukkan bahwa mayoritas remaja masih melakukan praktik hygiene yang kurang tepat.

Penelitian (Purnama, 2021) menemukan adanya korelasi positif yang signifikan antara tingkat pengetahuan dan tindakan personal hygiene menstruasi. Remaja dengan pengetahuan yang lebih tinggi cenderung mengganti pembalut secara teratur, mencuci tangan sebelum dan sesudah mengganti pembalut, serta membersihkan area genital dengan cara yang benar. Temuan ini sejalan dengan hasil penelitian (Hayati & Martilova, 2022), yang menunjukkan bahwa intervensi edukasi melalui media video secara signifikan meningkatkan perilaku personal hygiene menstruasi pada remaja.

Namun demikian, beberapa penelitian internasional seperti (Onubogu et al., 2024) dan (Khanal et al., 2023) menunjukkan bahwa meskipun sebagian remaja memiliki pengetahuan dasar tentang menstruasi, praktik hygiene yang dilakukan masih belum optimal. Hal ini menunjukkan bahwa pengetahuan saja belum tentu cukup untuk mengubah perilaku, terutama jika tidak didukung oleh lingkungan yang memadai dan kebiasaan yang terbentuk sejak dini.

### 3. Hambatan Dalam Praktik Personal Hygiene Menstruasi

Scoping review ini juga mengidentifikasi berbagai hambatan yang memengaruhi praktik personal hygiene menstruasi pada remaja, yang dapat diklasifikasikan menjadi hambatan internal dan hambatan eksternal.

Hambatan internal meliputi rasa malu, anggapan menstruasi sebagai topik tabu, serta rendahnya motivasi remaja untuk menjaga kebersihan diri selama menstruasi. Beberapa remaja merasa enggan membicarakan menstruasi dengan orang tua atau guru, sehingga informasi yang diperoleh menjadi terbatas. Kondisi ini ditemukan pada beberapa studi di negara berkembang, seperti Ethiopia dan Bangladesh (Daniel et al., 2023; Khanal et al., 2023).

Sementara itu, hambatan eksternal mencakup keterbatasan akses terhadap fasilitas sanitasi yang layak, kurangnya air bersih, tidak tersedianya toilet yang ramah remaja di sekolah, serta keterbatasan ekonomi dalam memperoleh pembalut yang aman dan higienis. Penelitian (Prabhakara et al., 2025) dan (Khanal et al., 2023) menunjukkan bahwa kondisi lingkungan dan sosial sangat memengaruhi kemampuan remaja dan perempuan usia subur dalam menerapkan praktik menstrual hygiene management yang baik, terutama pada kelompok rentan seperti perempuan pengungsi dan penyandang disabilitas.

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil scoping review terhadap 10 artikel yang memenuhi kriteria inklusi, dapat disimpulkan bahwa tingkat pengetahuan remaja tentang personal hygiene saat menstruasi masih bervariasi dan cenderung berada pada kategori kurang, terutama pada remaja yang memiliki keterbatasan akses informasi kesehatan reproduksi. Rendahnya pengetahuan ini berhubungan erat dengan praktik tindakan personal hygiene menstruasi yang kurang tepat, seperti jarang mengganti pembalut, tidak mencuci tangan sebelum dan sesudah mengganti pembalut, serta membersihkan area genital dengan cara yang tidak sesuai.

Hasil kajian juga menunjukkan adanya hubungan yang konsisten antara tingkat pengetahuan dan tindakan personal hygiene menstruasi, di mana remaja dengan pengetahuan yang lebih baik cenderung menerapkan praktik kebersihan yang lebih baik pula. Selain faktor pengetahuan, praktik personal hygiene menstruasi dipengaruhi oleh berbagai hambatan, baik internal seperti rasa malu dan anggapan menstruasi sebagai topik tabu, maupun eksternal seperti keterbatasan fasilitas sanitasi, kurangnya dukungan lingkungan, dan kondisi sosial ekonomi.

Dengan demikian, peningkatan pengetahuan dan dukungan lingkungan yang memadai merupakan faktor kunci dalam memperbaiki praktik personal hygiene menstruasi pada remaja guna mencegah gangguan kesehatan reproduksi di masa mendatang.

## **Saran**

Diperlukan peningkatan edukasi kesehatan reproduksi mengenai personal hygiene menstruasi yang terintegrasi antara sekolah, tenaga kesehatan, dan keluarga guna meningkatkan pengetahuan serta membentuk perilaku hygiene yang tepat pada remaja. Selain itu, penyediaan fasilitas sanitasi yang layak dan ramah remaja perlu mendapat perhatian sebagai upaya mendukung praktik personal hygiene menstruasi yang optimal. Penelitian selanjutnya disarankan untuk mengkaji efektivitas intervensi edukasi serta faktor sosial dan budaya yang memengaruhi perilaku personal hygiene menstruasi pada remaja.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Alfi, N. R. (2023). Pengetahuan Dan Perilaku Personal Hygiene Remaja Putri Saat Menstruasi - Google Books. In Pt.Sonpedia Publishing Indonesia. Pt. Sonpedia Publishing Indonesia.
- Alfi, Natasya Raisha, Hasanah, O., & Misrawati. (2025). Jurnal Kesehatan Ilmiah Indonesia Indonesian Scientific Health Journal Gambaran Perilaku Personal Hygiene Pada Remaja Saat Menstruasi Di Masa New Normal Di Kota Pekanbaru Mahasiswa Fakultas Keperawatan

- Universitas Riau Dosen Fakultas Keperawatan Universita. *Jurnal Kesehatan Ilmiah Indonesia*, 7(2), 61–72.
- Budiadi, H. N., Karmi, R., & Kurnia, I. S. (2023). Pengaruh Edukasi Tentang Vaginal Hygiene Terhadap Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Pada Saat Menstruasi. *2-Trik: Tunas-Tunas Riset Kesehatan*, 13(1), 14.
- Daniel, N., Kejela, G., Fantahun, F., Desalegn, M., & Guteta, F. (2023). Menstrual Hygiene Management Practice And Its Associated Factors Among In-School Adolescent Girls In Western Ethiopia. *Contraception And Reproductive Medicine*, 8(1), 1–13.
- Hayati, S., & Martilova, D. (2022). Efektivitas Video Menstrual Hygiene Terhadap Perilaku Personal Hygiene Menstruasi Pada Remaja. *Anjani Journal (Medical Science & Healthcare Studies)*, 2(2), 45–52.
- Irianti, D., & Tiarahma, L. (2021). Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Dalam Menjaga Kebersihan Organ Reproduksi Saat Menstruasi. *Jurnal Ilmu Kesehatan Insan Sehat*, 9(1), 20–23.
- Khan, M. N., Khanam, S. J., Chowdhury, A. R., Hossain, R., Kabir, M. A., & Alam, M. B. (2024). Menstrual Hygiene Management Among Reproductive-Aged Women With Disabilities In Bangladesh. *Health Science Reports*, 7(10), 1–10.
- Khanal, G., Shrestha, N., & Adhikari, K. (2023). Manajemen Kebersihan Menstruasi Di Kalangan Siswa Sekolah Menengah Di Chitwan , Nepal : Studi Cross-Sectional. 1–9.
- Kurniawati, E. M., Rahmawati, N. A., Safitri, C. T., & Hanum, S. S. (2022). Informational And Instrumental Support Related To Menstruation: Adolescents' Perspective. *International Journal Of Public Health Science*, 11(4), 1317–1323. <https://doi.org/10.11591/ijphs.v11i4.21806>
- Novianti, N., Erawan, P. E., & Yasnani, Y. (2016). Hubungan Pengetahuan, Sikap, Dan Tindakan Dengan Personal Hygiene Menstruasi Pada Rmaja Putri Di Smp Negeri Satap Bukit Asri Kabupaten Buton Tahun 2016. *Haluoleo University*.
- Nurfitriani, & Arifarahmi. (2023). Pengetahuan Remaja Dalam Pemeliharaan Kesehatan Organ Reproduksi. In *Prosiding Seminar Kesehatan Nasional*, 2, 134–141.
- Onubogu, C. U., Umeh, U. M., Mbachu, C. N. P., Nwazor, O. C., Ofiaeli, O. C., Nwagbara, N. E., Chilaka, U. J., Ijezie, N. A., & Ajator, C. C. (2024). Menstrual Hygiene Practices Of Adolescent Secondary School Girls In Rural Anambra Communities. *Women's Health*, 20.
- Pane, J., Pakpahan, R., & Nadeak, S. (2022). An Overview Of Young Women's Knowledge Of Menstrual Personal Hygiene. *Indonesian Journal Of Global Health Research*, 4(4), 921–928.
- Pertama, E., Administrasi, D., & Kesehatan, K. (2021). Adik Wibowo Septiara Putri Pedoman Praktis Penyusunan Naskah Ilmiah Dengan Metode Systematic Review.
- Prabhakara, J., Mga, A., Nazara, A. F., Mja, K. P., & Gka, M. (2025). Machine Translated By Google *Jurnal Perubahan Iklim Dan Kesehatan Menjelajahi Praktik Manajemen Kebersihan Menstruasi Di Kalangan Perempuan Pesisir Yang Mengungsi Di Kerala , India* Machine Translated By Google. 21.
- Purnama, N. L. A. (2021). Pengetahuan Dan Tindakan Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Remaja. *Jurnal Keperawatan*, 10(1), 61–66.
- Qolbah, H., Hamidah, H., Purnamawati, D., & Subiyatin, A. (2024). Hubungan Pengetahuan Dengan Perilaku Kebersihan Menstruasi Pada Remaja. *Muhammadiyah Journal Of Midwifery*, 4(2), 62.
- Rahmawati, V. Y., Puspasari, J., E, E., C, C., Sari, M. E., & Rianjar, R. (2022). Generasi Berencana Peduli Organ Reproduksi Perempuan (Genre Pop) Dalam Meningkatkan Personal Menstrual Hygiene Pada Remaja. *Idea Pengabdian Masyarakat*, 2(01), 14–20.
- Siti Nur Aini, R., Kurniawati, E. M., & Utomo, B. (2025). The Impact Of Personal Hygiene Practices On The Incidence Of Vaginal Discharge Among Adolescent Girls At Junior High School 29 Surabaya, 2023. *Journal Of Community Medicine And Public Health Research*, 6(1), 10–19. <https://doi.org/10.20473/Jcmphr.v6i1.53824>
- Sofyana, S., Kristianingsih, A., Utami, R., & Muchtar, A. S. (2024). Masalah Dan Gangguan Pada Sistem Reproduksi. In *Educacao E Sociedade (Vol. 1, Issue 1)*. Penerbit Nem.

- Sri Ninta, Sri Rezeki, & Amelia Erawaty Siregar. (2023). Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Dengan Tindakan Personal Hygiene Saat Menstruasi Di Smp Negeri 1 Pematangsiantar Tahun 2023. *Antigen : Jurnal Kesehatan Masyarakat Dan Ilmu Gizi*, 1(4), 52–62.
- Sumo, G. ., Hidayat, E., & Suaib. (2025). Hubungan Pengetahuan Personal Hygiene Saat Menstruasi Dengan Sikap Pencegahan Pruritus Vulvae Pada Remaja Putri Di Smkn 5 Palu. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 9(1), 10501–10506.
- Tondong, H. I., & Batjo, S. H. (2025). Pengetahuan Berhubungan Dengan Perilaku Remaja Putri Tentang Personal Hygiene Pada Saat Menstruasi. 4, 8–14.
- Widarini, N. P., Maryanthi, N. T., Nyoman, N., & Witari, D. (2023). Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Dengan Perilaku Personal Hygiene Menstruasi Pada Remaja Putri Di Denpasar Tahun 2022 The Relationship Between Knowledge And Attitude With Personal Hygiene Behavior Of Menstrual Adolescent Women In Denpasar 2022
- Wulandari, A. N., & Prihatin, E. S. W. D. (2022). Upaya Peningkatan Pengetahuan Dan Kesadaran Remaja Tentang Manajemen Kesehatan Menstruasi Melalui Pemberian Pendidikan Kesehatan Di Pondok Pesantren. *Mattawang: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(2), 173–177.