

Tersedia online di: journal.gunabangsa.ac.id**Journal of Health (JoH)**

ISSN (online): 2407-6376 | ISSN (print): 2355-8857

*Relations Factor Menstrual Hygiene for Adolescents: Literature Review***Faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Kebersihan Diri Saat Menstruasi pada Remaja: *Literatur Review***Windri Dwi Rahma^{1*}, Kartika Adyani²¹Program Studi Sarjana Bidan, Universitas Islam Sultan Agung, Semarang, Indonesia²Pendidikan Profesi Bidan, Universitas Islam Sultan Agung, Semarang, Indonesia**ABSTRACT**

Background: Menstruation is a sign of a woman experiencing growth and puberty. Adolescents who experience menstruation need to maintain personal hygiene and the health of female organs including skin hygiene, mouth, teeth, hair, ears, feet, nails and genitalia. The impact that will occur if not doing menstrual hygiene properly can cause health problems in the reproductive organs, almost 14% of adolescent girls experience vaginal infections and 60% experience vaginal discharge. According to Indonesian data in 2017 from 69.4 million adolescent girls there were 63 million (90.9%) adolescent girls had very poor menstrual hygiene, one of which was poor knowledge of personal hygiene which was one of the factors causing not to perform personal hygiene behavior during menstruation properly.

Objectives: This article will explore the factors associated with personal hygiene during menstruation. **Methods:** The method used in this article is Literature Review. Researchers searched several international and national literatures using Google Scholar, GARUDA and Pubmed databases with the keywords personal hygiene, hygiene, adolescents, menstruation, personal hygiene during menstruation. **Results:** The results of the review showed that the factors associated with personal hygiene during menstruation are knowledge, the role of parents, belief in myths, sources of information, infrastructure, peers, place of residence and religion. **Conclusions:** There is a relationship between knowledge, the role of parents, belief in myths, sources of information, infrastructure, peers, place of residence and religion with personal hygiene during menstruation in adolescent girls.

Keywords: Adolescent, Menstrual, Personal Hygiene**INFORMASI ARTIKEL**

Diterima : 07 Agustus 2025
 Direvisi : 20 Februari 2026
 Disetujui : 23 Februari 2026
 Dipublikasi : 31 Juli 2026

KORESPONDENSI

Windri Dwi Rahma
windriidrh@gmail.com

Copyright © 2026 Author(s)



Di bawah lisensi *Creative Commons Attribution 4.0 International License*.

INTISARI

Latar Belakang: Menstruasi merupakan tanda seorang wanita mengalami pertumbuhan dan pubertas. Remaja yang mengalami menstruasi perlu memelihara kebersihan diri dan kesehatan organ kewanitaan meliputi kebersihan kulit, mulut, gigi, rambut, telinga, kaki, kuku serta alat genitalia. Dampak yang akan terjadi jika tidak melakukan kebersihan menstruasi dengan baik dapat menimbulkan masalah kesehatan pada organ reproduksi, hampir 14% remaja perempuan mengalami infeksi vagina dan 60% mengalami keputihan. Berdasarkan data statistik di Indonesia tahun 2017 dari 69,4 juta remaja perempuan terdapat 63 juta (90,9%) remaja perempuan memiliki kebersihan diri menstruasi yang sangat buruk, salah satunya yaitu pengetahuan yang kurang baik terhadap kebersihan diri yang menjadi salah satu faktor penyebab untuk tidak melakukan perilaku kebersihan diri saat menstruasi dengan benar. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan kebersihan diri saat menstruasi. **Metode:** Metode yang digunakan dalam artikel ini berupa Literature Review. Peneliti mencari beberapa literatur internasional dan nasional menggunakan database Google Scholar, GARUDA dan Pubmed dengan kata kunci kebersihan diri, *hygiene*, remaja,

menstruasi, kebersihan diri saat menstruasi. **Hasil:** Review menunjukkan bahwa faktor-faktor yang berhubungan dengan kebersihan diri saat menstruasi yaitu pengetahuan, peran orang tua, kepercayaan terhadap mitos, sumber informasi, sarana prasarana, teman sebaya, tempat tinggal dan agama. **Kesimpulan:** Terdapat hubungan antara pengetahuan, peran orang tua, kepercayaan terhadap mitos, sumber informasi, sarana prasarana, teman sebaya, tempat tinggal dan agama dengan kebersihan diri saat menstruasi pada remaja perempuan.

Kata kunci: Menstruasi, Kebersihan diri, Remaja

PENDAHULUAN

Seseorang yang berusia 10-18 tahun mempunyai masa yang sangat berharga dan pada masa tersebut seseorang akan mengalami *growth spurt* atau pertumbuhan cepat dan pubertas (Deade dkk, 2022). Pematangan fungsi organ reproduksi, seperti menstruasi pada remaja perempuan merupakan tanda perubahan yang terjadi selama masa pubertas (Rosita dkk, 2023). Menstruasi adalah proses alamiah dengan terjadinya perdarahan yang teratur dari uterus (Aufa dkk, 2024). Menstruasi merupakan hal yang normal dialami pada remaja usia remaja (Salsabila dkk, 2024).

Kebersihan diri saat menstruasi merupakan tindakan memelihara kesehatan organewanitaan untuk menjaga kesejahteraan, baik fisik maupun psikisnya dan juga dapat mencegah terjadinya infeksi (Juwitasari dkk, 2020). Diantara 69,4 juta remaja perempuan di Indonesia terdapat 63 juta (90,9%) remaja perempuan yang memiliki kebersihan diri menstruasi sangat buruk (Ramadhani & Astuti, 2023). Kebersihan diri yang baik apabila menjaga kebersihan seluruh tubuhnya meliputi kulit, wajah, mulut, gigi, rambut, telinga, kaki, kuku serta alat kelamin (Avianty, 2020).

Kebersihan diri yang buruk dapat menyebabkan pertumbuhan mikroorganisme yang berlebihan, hal ini yang dapat mengganggu organ reproduksi, contohnya adalah Infeksi Saluran Kemih (ISK), rasa terbakar dan nyeri perut bagian bawah (Bella & Pratiwi, 2020), hampir 14% ($n = 76$, 13,17%) remaja perempuan mengalami infeksi vagina (Mulugeta, D., dkk. 2023). Sebanyak 60% remaja perempuan di Indonesia mengalami keputihan (Nopiyannah & Futriani, 2023). Perempuan yang tidak melakukan kebersihan diri dengan baik memiliki risiko 19,386 kali lebih besar untuk menderita kanker serviks daripada perempuan yang melakukan kebersihan diri dengan baik (Gultom dkk., 2021).

Banyak faktor yang menyebabkan kurangnya perilaku *hygiene* saat menstruasi, ketidaktahuan remaja perempuan mengenai kebersihan menstruasi merupakan salah satu dari banyak penyebab buruknya perilaku kebersihan diri saat menstruasi (Sitarani dkk., 2020). Hasil penelitian Qolbah dkk (2024) mendapatkan nilai $p = 0,001$, dengan arti pengetahuan memiliki hubungan yang erat dengan manajemen kebersihan diri saat menstruasi dan hasil analisis didapatkan nilai $OR=8,114$ (95%) yang menunjukkan bahwa siswi dengan pengetahuan kurang baik beresiko 8,114 kali lebih besar tidak melakukan perilaku kebersihan menstruasi dengan benar (Qolbah dkk., 2024); sikap ($p = 0.002$) (Aufa dkk., 2024); mitos atau kepercayaan ($p = 0,029$) (Ramadhani & Astuti, 2023); sumber informasi ($p = 0,044$) (Maharani dkk., 2023).

Anak perempuan yang ibunya memiliki pendidikan dasar kemungkinan 3,72 kali lebih besar untuk melakukan manajemen *hygiene* yang lebih baik, dibandingkan anak yang ibunya tunaaksara ($OR = 3,72$, 95%), anak perempuan yang ibunya memiliki pendidikan menengah kemungkinan 8,54 kali lebih besar untuk melakukan manajemen *hygiene* yang lebih baik, dibandingkan anak yang ibunya tunaaksara ($OR = 8,54$, 95%), dan anak perempuan yang ibunya memiliki pendidikan tinggi kemungkinan 6,78 kali lebih besar untuk melakukan manajemen *hygiene* yang lebih baik, dibandingkan anak yang ibunya tunaaksara ($OR = 6,78$, 95%); siswi yang terbuka mendiskusikan kebersihan menstruasi dengan teman sebayanya memiliki kemungkinan 1,7 kali lebih besar untuk melakukan kebersihan menstruasi yang baik dibandingkan dengan mereka yang tidak mendiskusikannya ($OR = 1,79$, 95%) (Habtegiorgis dkk., 2021); siswi yang tinggal di daerah perkotaan 3,76 kali lebih mungkin

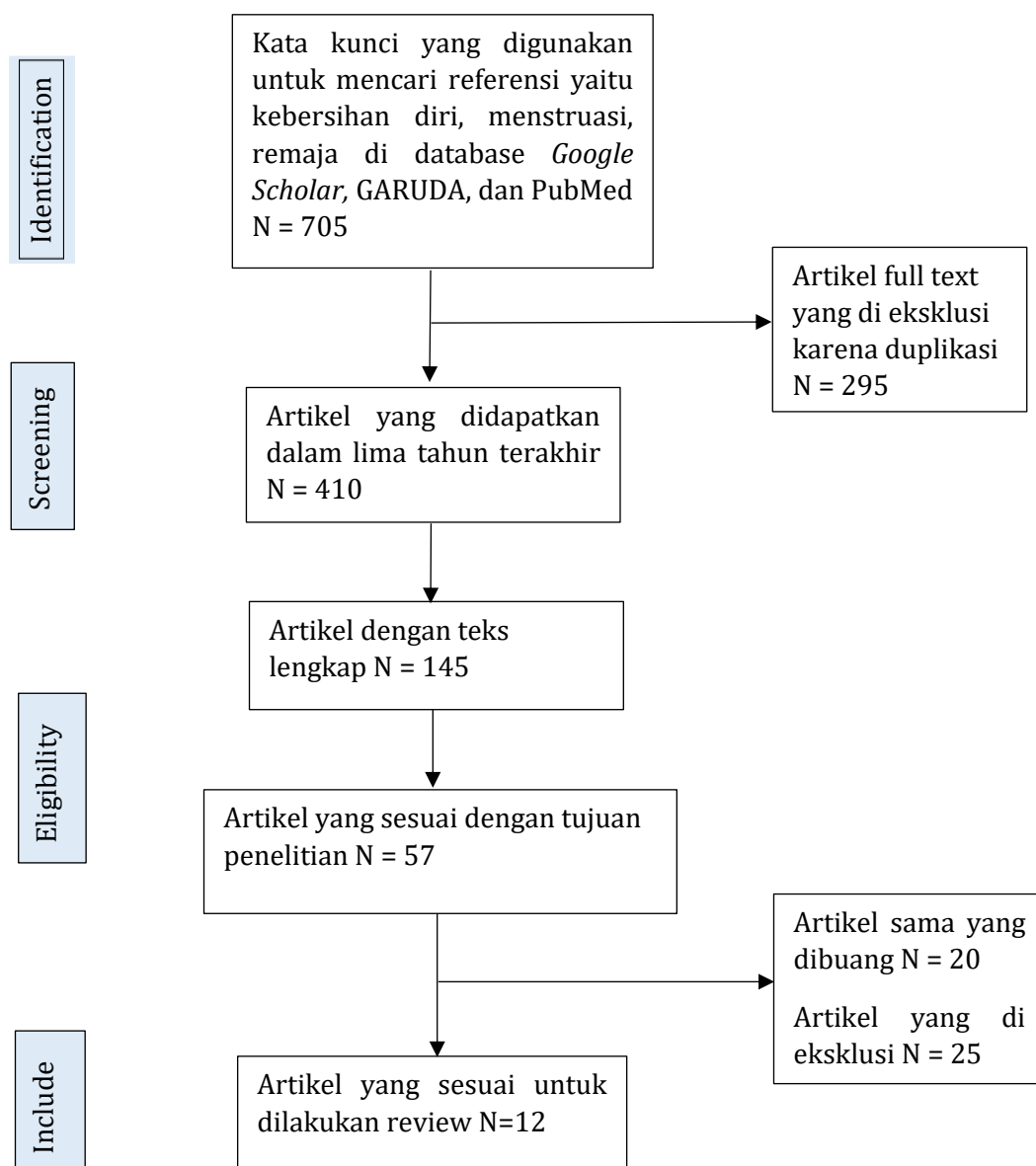
melakukan praktik kebersihan menstruasi yang baik dibandingkan siswi yang tinggal di daerah pedesaan (OR = 3,76, 95%); siswi dengan sarana prasarana kamar mandi di sekolah yang baik memiliki kemungkinan 2,04 kali lebih besar untuk melakukan *hygiene* menstruasi yang baik (OR = 2,04, 95%) (Shumie & Mengie, 2022); Remaja perempuan yang beragama Islam memiliki kemungkinan lebih rendah untuk menggunakan manajemen *hygiene* dibandingkan dengan mereka yang beragama Hindu (OR: 0,576; 95%); sedangkan mereka yang beragama lain memiliki kemungkinan lebih tinggi melakukan manajemen *hygiene* (OR: 1,509; 95%) (Roy dkk., 2024).

Karena kesehatan reproduksi perempuan berpengaruh pada masa depan, remaja perempuan harus mendapatkan pemahaman dan pengetahuan mengenai pentingnya menjaga dirinya saat sedang menstruasi (Nuryaningsih dkk., 2021). Artikel ini bertujuan untuk membahas beberapa faktor yang berhubungan dengan kebersihan diri saat menstruasi pada remaja perempuan.

METODE

Desain penelitian yang digunakan pada artikel ini adalah *Literature Review*. Data yang dikumpulkan berasal dari artikel nasional dan internasional dengan menggunakan database yang relevan yaitu *Google Scholar*, GARUDA, PubMed dan didapatkan artikel sebanyak 705. Adapun kata kunci yang digunakan dengan 'boolean search' dengan menggunakan "OR" "AND" atau "AND NOT". Skrining data dilakukan dengan cara memilih artikel yang sesuai dengan judul penelitian dan sesuai dengan kriteria inklusi, yaitu: 1) Sesuai dengan kata kunci; 2) artikel diterbitkan kurang dari 5 tahun; 3) artikel full text; 4) artikel berbahasa Inggris. Penilaian kualitas (kelayakan) disesuaikan dengan kriteria eksklusi, yaitu: 1) artikel yang tidak dapat diakses; 2) duplikasi artikel; 3) desain penelitian *literature review*, *systematic literature review*, dan *scoping review*.

Hasil pencarian data didapatkan 12 artikel yang di review dan disajikan dalam bentuk diagram PRISMA pada gambar 1.



Gambar 1. Diagram PRISMA Flow

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Hasil penelusuran artikel tentang faktor yang berhubungan dengan kebersihan diri saat menstruasi.

No	Judul	Penulis (tahun)	Subjek	Jenis Penelitian	Hasil
1	Hubungan Pengetahuan dengan Perilaku Kebersihan Menstruasi pada Remaja	Hayuning Qolbah, Hamidah, Dewi Purnamawati, Aning Subiyatin. (2024)	123 siswi kelas 7 dan 8 SMPN 3 Babelan Kabupaten Bekasi tahun 2023 yang sudah mengalami menstruasi.	Penelitian ini menggunakan metode desain analitik kuantitatif dengan pendekatan <i>cross sectional</i> .	Ada hubungan antara pengetahuan dengan kebersihan menstruasi sebanyak 96 siswi (78%) dengan hasil uji statistik $p = 0,001$ dan hasil analisis didapatkan nilai OR = 8,114 (95%) dan tidak ada hubungan antara pendidikan ibu ($p = 0,074$), ketersediaan sarana prasarana sekolah ($p = 0,631$) dengan perilaku kebersihan menstruasi.
2	Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku <i>Personal Hygiene</i> Organ Reproduksi Saat Menstruasi Pada Siswi SMAN 1 Lhoknga Kecamatan Lhoknga Tahun 2023.	Rizqa Aufa, Radhiah Zakaria, Dedi Andria. (2024)	97 siswi di SMAN 1 Lhoknga Kecamatan Lhoknga.	Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif bersifat analitik deskriptif dengan desain <i>cross sectional</i> .	Ada hubungan antara peran orang tua ($p = 0,002$) dengan perilaku kebersihan diri alat reproduksi saat menstruasi pada siswi SMAN 1 Lhoknga. Tidak adanya hubungan antara: 1) Sumber informasi ($p = 0,264$) terhadap perilaku kebersihan diri 2) Pengetahuan ($p = 0,324$) terhadap perilaku kebersihan diri 3) Peran teman sebaya ($p = 0,456$) terhadap perilaku kebersihan diri.
3	Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Perilaku <i>Personal Hygiene</i> saat Menstruasi pada Remaja di Jakarta Barat	Dinda Suci Ramadhani, Nurul Huriyah Astuti. (2023)	77 remaja di salah satu RW kelurahan X di Jakarta Barat	Desain penelitian ini menggunakan kuantitatif deskriptif dengan metode penelitian survei menggunakan desain <i>cross-sectional</i> .	Ada hubungan: 1) Kepercayaan terhadap mitos ($p = 0,029$ dengan perilaku <i>personal hygiene</i> saat menstruasi 2) Akses media social ($p = 0,007$) dengan perilaku kebersihan diri saat menstruasi. Tidak ada hubungan antara dukungan orang tua dan dukungan teman dengan kebersihan diri saat menstruasi.

4	Faktor -Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Remaja Terhadap <i>Personal Hygiene</i> Pada Saat Menstruasi Di Akademi Kebidanan Prima Husada Bogor Tahun 2021	Hermawati, Annisa Fitri Rahmadini, Meti Kusmiati. (2021)	151 mahasiswi Akademi Kebidanan Prima Husada Bogor.	Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan pendekatan studi <i>cross sectional</i> .	Tidak ada hubungan: 1) Pengetahuan ($p = 0,816$) dengan kebersihan diri saat menstruasi. 2) Sikap ($p = 0,347$) dengan kebersihan diri saat menstruasi. 3) Perilaku ($p = 0,836$) dengan kebersihan diri saat menstruasi.
5	Analisis Manajemen Prilaku Kebersihan Diri Saat Menstruasi Di Smp Puja Handayani Tahun 2023	Atma Deviliawati, Dewi Sayati. (2024)	53 siswi SMP Puja Handayani Palembang yang telah mengalami menstruasi.	Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan <i>cross sectional</i> .	Ada hubungan: 1) Pengetahuan ($p = 0.013$) dengan prilaku MKM. 2) Sikap ($p = 0.004$) dengan prilaku MKM. 3) Dukungan keluarga ($p = 0.014$) dan sarana prasarana ($p = 0.030$) dengan prilaku MKM. Sedangkan tidak ada hubungan dukungan teman sebaya ($p = 0.065$) dengan prilaku MKM.
6	Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Praktik <i>Personal Hygiene</i> Saat Menstruasi Pada Remaja Putri Pondok Pesantren Al Asror Kota Semarang Tahun 2019	Anna Himmatin Nisa', Dharminto, Sri Winarni, Yudhy Dharmawan. (2020)	108 remaja putri Pondok Pesantren Al Asror dengan kriteria usia 11-20 tahun.	Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan metode <i>explanatory research</i> dan desain studi <i>cross sectional</i> .	Ada hubungan: 1) Penggunaan sarana prasarana ($p = 0,031$) dengan praktik kebersihan diri saat menstruasi pada remaja putri. 2) Dukungan teman ($p = 0,005$) dengan praktik kebersihan diri saat menstruasi pada remaja putri.
7	Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku <i>Personal Hygiene</i> Saat	Nabila Azzahra, Retno Mardhiati Adiwiryo. (2020)	94 siswi kelas VII dan VIII SMP PGRI Depok II Tengah.	Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan desain potong lintang (<i>cross sectional</i>).	Ada hubungan antara kelengkapan sarana dan prasarana kebersihan di sekolah dengan perilaku kebersihan diri saat

	Menstruasi Pada Siswi Smp Pgri Depok II Tengah Jawa Barat Tahun 2020				menstruasi ($p = 0,008$ dan $OR=1,763$).
8	Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan <i>Personal Hygiene</i> Saat Menstruasi Pada Remaja Di Smp Pg Bunga Mayang Lampung Utara	Rizqika Maharani, Fika Minata Wathan, Sri Handayani. (2023)	124 remaja di SMP PG Bunga Mayang Lampung Utara.	Desain penelitian menggunakan analitik kuantitatif dengan pendekatan <i>cross sectional</i> .	Ada hubungan: 1) Pengetahuan ($p = 0,027$) dengan kebersihan diri saat menstruasi pada remaja 2) Dukungan orang tua ($p = 0,023$) dengan kebersihan diri saat menstruasi pada remaja 3) Sumber informasi ($p = 0,044$) kebersihan diri saat menstruasi pada remaja
9	Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan <i>Personal Hygiene</i> Remaja Putri Pada Saat Menstruasi Di Smp Negeri 1 Bangkinang	Putri Airiena Syakinah, Ade Dita Puteri, Syukrianti Syahda. (2024)	90 siswi kelas VII dan VIII yang berada di SMP Negeri 1 Bangkinang.	Jenis penelitian ini adalah analitik kuantitatif dengan desain penelitian <i>cross sectional</i> .	Ada hubungan: 1) Pengetahuan ($p = 0,006$) dengan kebersihan diri saat menstruasi pada remaja putri di SMP Negeri 1 Bangkinang. 2) Sumber informasi ($p = 0,018$) dengan kebersihan diri saat menstruasi pada remaja putri di SMP Negeri 1 Bangkinang.
10	<i>Menstrual hygiene management and associated factors among adolescent school girls in gursum district, Eastern Ethiopia: Institution-based a cross-sectional study</i>	Yohannes Habtegiorgis Melaku Yalew, Tadesse Sisay, Helmut Kloos, Asmamaw Malede, Mastewal Arefaynie, Yitayish Damtie, Bereket Kefale, Tesfaye Birhane Tegegne, Elsabeth Addisu Gete Berihun, Tarikuwa Natnael, Mistir Lingerew, Masresha Abebe, Leykun Berhanu, Alelgne Feleke Adinew Gizeyatu	577 siswi remaja di Ethiopia timur, Distrik Gursum.	Penelitian ini menggunakan survei <i>cross-sectional</i> berbasis institusi.	Ada hubungan: 1) Peran orang tua, remaja yang memiliki ibu dengan pendidikan dasar ($OR = 3,72, 95\%$), menengah ($OR = 8,54, 95\%$), atau perguruan tinggi ($OR = 6,78, 95\%$), memiliki kemungkinan lebih besar untuk melakukan MHM yang baik. 2) Pengetahuan baik tentang menstruasi ($OR = 2,02, 95\%$). 3) Teman sebaya ($OR = 1,79, 95\%$)

		Fitsum Dangura, Ayecheew Ademas, Zinabu Fentaw, Tilaye Matebe Yayeh, Metadel Adane. (2020)			
11	<i>Menstrual hygiene management knowledge, practice and associated factors Among School Girls, Northeast Ethiopia</i>	Zeru Shikur Shumie, Zinie Abita Mengie. (2022)	441 siswi sekolah di kota Mekidela	Studi cross-sectional berbasis institusi	Ada hubungan: 1) Pengetahuan tentang kebersihan menstruasi (OR = 1,73, 95%). 2) Tinggal di daerah perkotaan memiliki kemungkinan 3,76 kali lebih besar untuk mempraktikkan kebersihan menstruasi yang baik (OR = 3,76, 95%). 3) Memiliki kamar mandi pribadi kemungkinan 2,04 kali lebih besar untuk mempunyai praktik higiene menstruasi yang baik (OR = 2,04, 95%).
12	<i>Factors Associated with Exclusive Use of Hygienic Methods during Menstruation among Adolescent Girls (15-19 Years) in Urban India: Evidence from NFHS-5</i>	Doli Roy, Nuruzzaman Kasemi, Manik Halder Malasree Majumder (2024).	25.136 gadis remaja perkotaan (usia 15–19 tahun) di India	Analisis deskriptif, menggunakan data sekunder dari putaran kelima NFHS-5	Ada hubungan: 1) Remaja dengan tingkat pendidikan tinggi (OR: 2,110; 95%) terhadap penggunaan MHM secara eksklusif. 2) Agama, mereka yang beragama Hindu (OR: 0,576; 95%) terdapat hubungan terhadap penggunaan MHM secara eksklusif, sedangkan mereka yang beragama lain memiliki kemungkinan lebih tinggi (OR: 1,509; 95%).

Pengetahuan

Hasil penelitian Deviliawati & Sayati (2024) dari 13 responden, 10 responden memiliki pengetahuan buruk terhadap perilaku manajemen *hygiene* yang baik (76,9%), sedangkan dari 40 responden yang memiliki pengetahuan baik mengenai kebersihan diri saat menstruasi, hanya 27 responden yang melakukan manajemen *hygiene* dengan baik (67,5%). Hasil uji statistik chi square didapatkan hasil $p = 0.013$ yang artinya ada hubungan antara pengetahuan dengan perilaku manajemen *hygiene* yang baik (Deviliawati & Sayati, 2024).

Penelitian lain juga menemukan hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan kebersihan diri di SMP PG Bunga Mayang Lampung Utara dengan $p = 0,027$. Pengetahuan baik mengenai

menstruasi menjadikan remaja perempuan menjadi lebih percaya diri dan menjaga kesehatan organ reproduksi mereka untuk mencegah adanya infeksi (Maharani dkk., 2023).

Hasil penelitian dari Syakinah dkk (2022) dari 90 responden dapat dilihat bahwa ada hubungan antara pengetahuan dengan kebersihan diri saat menstruasi pada remaja perempuan di SMP Negeri 1 Bangkinang dengan hasil $p = 0,006$ (Syakinah., dkk. 2022).

Menurut hasil penelitian Qolbah dkk (2024) ada hubungan antara pengetahuan dan perilaku kebersihan menstruasi dengan hasil uji statistik $p = 0,001$. Hasil analisis diperoleh nilai $OR = 8,114$ (95%) yang menunjukkan bahwa remaja perempuan dengan pengetahuan kurang baik beresiko 8,114 kali lebih besar untuk tidak melakukan perilaku kebersihan menstruasi dengan benar dibandingkan dengan remaja perempuan yang memiliki pengetahuan baik (Qolbah dkk., 2024).

Hasil penelitian Shumie & Mengie (2022) siswa yang memiliki pengetahuan baik tentang menstruasi dan manajemen *hygiene* memiliki kemungkinan 1,73 kali lebih besar untuk mempraktikkan kebersihan menstruasi yang baik ($OR = 1,73$, 95%) (Shumie & Mengie, 2022). Berdasarkan hasil penelitian Roy dkk (2024) menunjukkan bahwa remaja dengan tingkat pendidikan tinggi ($OR = 2,110$; 95%) dan pendidikan menengah ($OR = 1,860$; 95%) lebih mungkin melakukan MHM secara baik (Roy dkk., 2024). Penelitian lain menunjukkan bahwa anak perempuan SMA dengan pengetahuan menstruasi yang baik memiliki perilaku *hygiene* menstruasi 2,0 kali lebih baik daripada mereka yang memiliki pengetahuan menstruasi yang buruk ($OR = 2,02$, 95%) (Habtegiorgis dkk., 2021).

Kesimpulan dari beberapa penelitian, semakin banyak pengetahuan seseorang mengenai kebersihan menstruasi mereka maka semakin besar risiko mereka dalam menerapkan kebersihan diri yang baik saat menstruasi. Pengetahuan mempengaruhi cara seorang remaja untuk memelihara dan merawat kesehatan organ reproduksinya, terutama saat menstruasi karena pengetahuan merupakan bagian penting dalam implementasi tindakan kebersihan diri.

Peran Orang Tua

Menurut penelitian Aufa dkk., (2024) penelitian yang dilakukan pada siswi remaja SMAN 1 Lhoknga mendapatkan nilai $p = 0,002$, yang artinya terdapat hubungan antara peran orang tua dengan perilaku kebersihan diri organ reproduksi saat menstruasi. Seringnya komunikasi antara seorang Ibu dan anak perempuan dapat menentukan kemungkinan anak perempuan memiliki manajemen kebersihan diri menstruasi yang baik. Komunikasi yang jarang terjadi, memberikan dampak anak melakukan kebersihan diri yang buruk (Aufa dkk., 2024).

Penelitian Deviliawati & Sayati (2024) dari 15 responden, 11 responden tidak mendapatkan dukungan dari keluarganya sehingga memiliki perilaku manajemen *hygiene* yang buruk (73,3%), dari 38 responden, 26 responden mendapat dukungan dari keluarga dan memiliki perilaku manajemen *hygiene* yang baik (68,4%). Hasil uji statistik didapatkan hubungan antara dukungan keluarga dengan perilaku manajemen *hygiene* yang baik dengan hasil $p = 0.014$ (Deviliawati & Sayati, 2024). Menurut penelitian Maharani dkk., (2023) terdapat hubungan antara dukungan orang tua dengan kebersihan diri, dengan nilai $p = 0,023$ (Maharani dkk., 2023). Kebersihan diri yang baik mulai diajarkan sejak dini untuk menumbuhkan remaja melakukan perilaku *hygiene* yang baik

Penelitian Habtegiorgis dkk (2021) Anak perempuan yang ibunya memiliki pendidikan dasar kemungkinan 3,72 kali lebih besar untuk melakukan manajemen *hygiene* baik, dibandingkan anak yang ibunya tunaaksara ($OR = 3,72$, 95%), anak perempuan yang ibunya memiliki pendidikan menengah kemungkinan 8,54 kali lebih besar untuk melakukan manajemen *hygiene* yang baik, dibandingkan anak yang ibunya tunaaksara ($OR = 8,54$, 95%), anak perempuan yang ibunya memiliki pendidikan tinggi kemungkinan 6,78 kali lebih besar untuk melakukan manajemen *hygiene* yang baik, dibandingkan anak yang ibunya tunaaksara ($OR = 6,78$, 95%) (Habtegiorgis dkk., 2021). Kesimpulannya, pentingnya peran orang tua untuk mendidik anak tentang pentingnya menjaga kebersihan diri selama periode menstruasi.

Orang tua dapat memberikan dukungan positif, motivasi, membantu remaja perempuan agar merasa lebih percaya diri. Dukungan dan pengarahan dari orang tua menjadikan remaja memiliki perilaku kebersihan diri yang lebih baik daripada remaja yang tidak mendapatkan dukungan dari orang tuanya.

Kepercayaan Terhadap Mitos

Berdasarkan hasil penelitian Ramadhani & Astuti (2023) menunjukkan ada hubungan antara kepercayaan mitos dengan perilaku kebersihan diri remaja saat menstruasi dengan nilai $p = 0,029$. Sebanyak 93,8% responden yang percaya pada mitos menunjukkan perilaku kebersihan diri yang buruk. Larangan keramas selama menstruasi adalah salah satu mitos yang berkembang di masyarakat. Hal ini tentu tidak benar karena remaja perempuan yang sedang menstruasi harus tetap menjaga kebersihan rambut dan areaewanitaan mereka, karena saat menstruasi rambut dan areaewanitaan menjadi lebih berminyak dan lembab, yang memudahkan timbulnya bakteri dan mikroorganisme. Oleh karena itu, semakin remaja mempercayai mitos yang beredar di masyarakat, semakin besar kemungkinan mereka melakukan perilaku kebersihan diri menstruasi buruk (Ramadhani & Astuti, 2023).

Sumber Informasi

Hasil penelitian Maharani dkk., (2023) penelitian yang dilakukan pada siswi remaja di SMP PG Bunga Mayang Lampung Utara mendapatkan hasil terdapat hubungan antara sumber informasi dengan kebersihan diri pada siswi remaja dengan nilai $p = 0,009$. Siswi yang mendapatkan informasi tentang *personal hygiene* memiliki perilaku yang lebih baik daripada siswi yang tidak mendapatkan informasi tentang *personal hygiene*.

Hasil penelitian Syakinah., dkk (2022) dari 90 responden remaja perempuan di SMP Negeri 1 Bangkinang terdapat hubungan yang signifikan antara sumber informasi dengan kebersihan diri saat menstruasi dengan $p = 0,018$. Informasi dapat diperoleh secara langsung maupun tidak langsung. Orangtua, petugas kesehatan, guru dan lingkungan dapat memberikan informasi secara langsung. Informasi tidak langsung dapat diperoleh dari buku, iklan, internet dan media massa. Informasi yang diterima oleh remaja akan mempengaruhi tindakan mereka (Syakinah., dkk. 2022).

Penelitian lain Ramadhani & Astuti (2023) juga menunjukkan adanya hubungan antara akses media informasi dengan perilaku kebersihan diri remaja saat menstruasi dengan $p = 0,007$. Mereka yang bergantung pada media informasi memiliki peluang 4,2 kali untuk berperilaku *hygiene* yang baik saat menstruasi (Ramadhani & Astuti, 2023).

Kesimpulannya, remaja mampu mengatasi menstruasi mereka dan menjaga kebersihan organ reproduksinya dengan lebih baik jika mereka mendapatkan informasi yang akurat dan dapat dipercaya. Akses remaja terhadap informasi tentang kebersihan diri menstruasi sangat penting karena dapat membantu remaja menjadi lebih sadar pentingnya menjaga kebersihan diri menstruasi. Remaja perempuan yang mendapatkan informasi yang tepat dapat membantu menjaga kesehatan reproduksi mereka, merasa lebih nyaman dengan tubuh dan menghadapi perubahan yang terjadi selama menstruasi.

Sarana Prasarana

Berdasarkan penelitian Deviliawati & Sayati (2024) dari 34 responden, 19 responden menyatakan sarana prasarana belum lengkap, hal ini menjadikan remaja perempuan berperilaku manajemen *hygiene* yang buruk (55.9%), sedangkan dari 19 responden, 15 responden menyatakan fasilitas sudah lengkap, sehingga remaja perempuan berperilaku manajemen *hygiene* yang baik (78,9%). Hasil uji statistik chi square didapatkan adanya hubungan antara sarana prasarana dengan perilaku manajemen *hygiene* dengan $p = 0.030$ (Deviliawati & Sayati, 2024).

Hasil penelitian Nisa dkk (2020) menunjukkan hubungan antara pemanfaatan sarana prasarana dengan $p = 0,031$ dengan praktik kebersihan diri saat menstruasi pada remaja perempuan. Kamar mandi pesantren yang bersih menjadikan remaja tidak malas untuk mengganti pembalut saat menstruasi. Pengurus pesantren mengatakan bahwa piket kamar mandi dilakukan secara bergantian setiap minggu. Responden juga menyatakan bahwa pesantren menyediakan air yang bersih dan mencukupi untuk melakukan kebersihan diri (Nisa dkk., 2020).

Penelitian lain menunjukkan bahwa terdapat 84% remaja perempuan pergi ke sekolah dengan sarana dan prasarana kebersihan yang kurang lengkap dan 16% pergi ke sekolah dengan sarana dan prasarana kebersihan yang lengkap. Hasil uji chi square menunjukkan $p = 0,008$ yang artinya terdapat hubungan antara sarana dan prasarana kebersihan yang lengkap di sekolah dengan perilaku kebersihan diri saat menstruasi. Jika sarana prasarana kebersihan di sekolah kurang lengkap dapat menjadikan remaja perempuan sulit melakukan perilaku kebersihan diri saat menstruasi dengan baik (Azzahra dkk, 2021).

Hasil penelitian Shumie & Mengie (2022) siswa yang orang tuanya mempunyai kamar mandi pribadi memiliki kemungkinan 2,04 kali lebih besar untuk melakukan praktik *hygiene* menstruasi yang baik dibandingkan dengan siswa yang orang tuanya tidak mempunyai kamar mandi pribadi (OR = 2,04, 95%) (Shumie & Mengie, 2022). Kesimpulannya, sarana prasarana yang baik membantu remaja dalam melakukan kebersihan diri saat menstruasi, karena sarana prasarana merupakan sumber daya yang tersedia yang dapat mempermudah individu untuk berperilaku sehat, khususnya kebersihan diri saat menstruasi.

Teman Sebaya

Hasil penelitian Habtegiorgis dkk (2021) menunjukkan siswa perempuan yang secara terbuka mendiskusikan *hygiene* menstruasi dengan teman-temannya memiliki kemungkinan 1,7 kali lebih besar untuk mempraktikkan *hygiene* menstruasi yang baik daripada mereka yang tidak mendiskusikannya (OR = 1,79, 95%).

Berdasarkan penelitian Nisa dkk (2020) menunjukkan adanya hubungan antara dukungan teman dengan praktik kebersihan diri saat menstruasi pada remaja perempuan dengan $p = 0,005$. Responden sering berbagi pengalaman menstruasi mereka dengan temannya, mereka juga memberi tahu temannya cara memelihara kebersihan diri dan organ reproduksi saat menstruasi. Hal ini dapat menambah keakraban yang tinggi antar teman satu kamar untuk bertukar cerita atau informasi (Nisa dkk., 2020).

Tempat Tinggal

Berdasarkan hasil penelitian Shumie & Mengie (2022) siswi yang tinggal di daerah perkotaan memiliki kemungkinan 3,76 kali lebih besar untuk mempraktikkan kebersihan menstruasi yang baik daripada mereka yang tinggal di pedesaan (OR = 3,76, 95%). Anak perempuan yang tinggal di kota memiliki peluang lebih tinggi untuk mendapatkan informasi tentang manajemen *hygiene* menstruasi, dan mengakses pembalut yang tersedia di pasaran. Anak perempuan di daerah pedesaan memerlukan dukungan khusus dalam mengelola menstruasi mengingat hambatan sosial budaya yang menghalangi mereka untuk melakukan kebersihan diri yang baik (Shumie & Mengie, 2022).

Agama

Berdasarkan penelitian Roy dkk (2024) remaja perempuan yang beragama Islam memiliki probabilitas lebih rendah untuk melakukan MHM dibandingkan dengan mereka yang beragama Hindu (OR = 0,576; 95%), sedangkan mereka yang beragama lain memiliki kemungkinan lebih tinggi (OR = 1,509; 95%). Agama secara signifikan memengaruhi praktik dan kepercayaan budaya yang terkait dengan menstruasi di berbagai masyarakat, termasuk India. Manajemen *hygiene* berbeda di antara gadis

remaja dari latar belakang agama yang berbeda di perkotaan India. Secara khusus, gadis remaja Muslim menunjukkan penggunaan yang lebih rendah, sementara Hindu dan gadis-gadis dari latar belakang agama lain menunjukkan penggunaan metode tersebut lebih tinggi (Roy dkk., 2024).

KESIMPULAN

Penelitian ini menyimpulkan bahwa pengetahuan memiliki hubungan dengan kebersihan saat menstruasi pada remaja, dengan pengetahuan yang lebih baik remaja akan memiliki perilaku yang lebih baik. Peran orang tua penting untuk memberi pemahaman remaja perempuan tentang cara menjaga dan memelihara kesehatan organ reproduksinya selama menstruasi. Kepercayaan remaja terhadap mitos juga berkaitan dengan perilaku kebersihan menstruasi, remaja yang mempercayai mitos memiliki perilaku kebersihan menstruasi yang buruk. Agama, sarana prasarana, dukungan teman sebaya dan tempat tinggal juga berperan penting, dengan pemberian informasi yang akurat dan akses terhadap produk kebersihan menstruasi dapat meningkatkan perilaku kebersihan remaja saat menstruasi.

DAFTAR PUSTAKA

- Aufa, R., Zakaria, R., & Andria, D. (2024). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Personal Hygiene Organ Reproduksi Saat Menstruasi Pada Siswi SMAN 1 Lhoknga Kecamatan Lhoknga Tahun 2023. *Afiasi: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 9(1), 56–63. <https://doi.org/10.31943/afiasi.v9i1.333>
- Avianty, I. (2020). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Terhadap Kebersihan Organ Genital Di Pondok Pesantren Darussalam Kabupaten Bogor. *Promotor*, 3(1), 56–63. <https://doi.org/10.32832/pro.v3i1.3145>
- Azzahra, N., & Mardhiati, A. R., (2021). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Siswi SMP PGRI Depok II Tengah Jawa Barat Tahun 2020. *Jurnal Pendidikan Kesehatan*, 9(2), 211–220.
- Bella, M. A., & Pratiwi, C. S. (2020). Perilaku Menstrual Hygiene Pada Remaja Di Negara Berkembang. *Jurnal Unisa*.
- Deade, F. M., Ernita, L., & Nugrahmi, M. A. (2022). Gambaran tingkat pengetahuan terhadap kesiapan remaja putri pra-pubertas dalam menghadapi menarche di Panti Asuhan Aisyiyah Bukittinggi Tahun 2021. *Jurnal Ners*, 6(1), 67–74. Retrieved from <https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/ners/article/view/3911>
- Deviliawati, A., & Sayati, D. (2024). Analisis Manajemen Prilaku Kebersihan Diri Saat Menstruasi Di Smp Puja Handayani Tahun 2023. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 5(1), 186–199.
- Gultom, R. U., Manik, R. M., & Sitepu, A. B. (2021). Tingkat Pengetahuan Remaja Tentang Personal Hygiene Saat Menstruasi Di Smp Swasta Bahagia Jalan Mangaan I No . 60 Mabar Kecamatan Medan Deli Provinsi Sumatera Utara Tahun 2021. *Journal of Healthcare Technology and Medicine*, 7(2), 1–14.
- Habtegiorgis, Y., Sisay, T., Kloos, H., Malede, A., Yalew, M., Arefaynie, M., ... Adane, M. (2021). Menstrual hygiene practices among high school girls in urban areas in Northeastern Ethiopia: A neglected issue in water, sanitation, and hygiene research. *PLoS ONE*, 16(6 June), 1–22. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0248825>
- Juwitasari, Aini, N., Aini, N., & Virganita, D. A. (2020). Hubungan Antara Tingkat Pengetahuan Tentang Vulva Hygiene dengan Perilaku Vulva Hygiene saat Menstruasi Pada Remaja Awal. *Jurnal Kesehatan Al-Irsyad*, 13(2), 102–113.
- Maharani, R., Wathan, F. M., & Handayani, S. (2023). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Personal Hygiene Saat Menstruasi pada Remaja di SMP PG Bunga Mayang Lampung Utara. *MAHESA :*

Malahayati Health Student Journal, 3(12), 4076–4092.
<https://doi.org/10.33024/mahesa.v3i12.12235>

- Mulugeta Demmu, Y., Shifera, G. M., Ayana, G. M., Adare, D., Yazew, B., Damtew, Y. T., & Geremew, A. (2023). Menstrual hygiene management and associated factors among adolescent school girls in gursum district, Eastern Ethiopia: Institution-based a cross-sectional study. *BMC Women's Health*, 23(1), 1–7. <https://doi.org/10.1186/s12905-023-02461-6>
- Nisa, A. H., Dharminto, Winarni, S., & Dharmawan, Y. (2020). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Praktik Personal Hygiene saat Menstruasi pada Remaja Putri Pondok Pesantren Al Asror Kota Semarang Tahun 2019. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 8(1), 145–151.
- Nopiyanah, N., & Futriani, E. S. (2023). Hubungan Pengetahuan Remaja Putri tentang Perawatan Kebersihan Genitalia Eksterna dengan Kejadian Keputihan (Flour Albus) di SMK Perguruan Rakyat 2 Jakarta. *MAHESA: Malahayati Health Student Journal*, 3(10), 3083–3097. <https://doi.org/10.33024/mahesa.v3i10.10919>
- Nuryaningsih, N., Rosyati, H., Hadiyani, A., & Istiqomah, S. N. (2021). Personal Hygiene Education Saat Menstruasi Solusi Peningkatan Kualitas Hidup Remaja Di Masa Depan. *SELAPARANG Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 5(1), 753. <https://doi.org/10.31764/jpmb.v5i1.6528>
- Qolbah, H., Hamidah, H., Purnamawati, D., & Subiyatin, A. (2024). Hubungan Pengetahuan dengan Perilaku Kebersihan Menstruasi pada Remaja. *Muhammadiyah Journal of Midwifery*, 4(2), 62. <https://doi.org/10.24853/myjm.4.2.62-71>
- Ramadhani, D. S., & Astuti, N. H. (2023). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Personal Higiene saat Menstruasi pada Remaja di Jakarta Barat. *Health Promotion and Community Engagement Journal*, 1(2), 41–47. <https://doi.org/10.70041/hpcej.v1i2.41>
- Rosita, R., Ikawati, N., & Saleh, S. (2023). Penyuluhan Tentang Pubertas Dalam Menghadapi Perubahan Fisik Pada Remaja. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 7(1), 213. <https://doi.org/10.31764/jmm.v7i1.11982>
- Roy, D., Kasemi, N., Halder, M., & Majumder, M. (2024). Factors Associated with Exclusive Use of Hygienic Methods during Menstruation among Adolescent Girls (15–19 Years) in Urban India: Evidence from NFHS-5. *Heliyon*, 10(8), e29731. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2024.e29731>
- Salsabila, W. Q., Adyani, K., & Realita, F. (2024). Literatur Review: Faktor Resiko Sindrom Ovarium Polistik pada Remaja. *Journal of Health (JoH)*, 11(02), 164–174. <https://doi.org/10.30590/joh.v11n2.832>
- Shumie, Z. S., & Mengie, Z. A. (2022). Menstrual hygiene management knowledge, practice and associated factors Among School Girls, Northeast Ethiopia. *PLoS ONE*, 17(7 July), 1–15. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0271275>
- Sitarani, C., Rumiati, F., Sumbayak, E. M., Kedokteran, F., Universitas, K., Krida, K., ... Krida, K. (2020). Artikel Penelitian Personal Hygiene saat Menstruasi sebelum dan sesudah Penyuluhan Personal Hygiene Knowledge during Menstruation among Senior High. *Jurnal Kedokteran Meditek*, 26(2), 1–8. Retrieved from <http://ejournal.ukrida.ac.id/ojs/index.php/Meditek/article/view/1839>
- Syakinah, P. A., Puteri, A. D., S. S. (2022). Ekasakti Jurnal Penelitian & Pengabdian. *Ekasakti Jurnal Penelitian & Pengabdian*, 3(1), 1–7. <https://ejurnal-unespadang.ac.id/EJPP/article/view/1200/1163>