



Beujroh :

Jurnal Pemberdayaan dan Pengabdian pada Masyarakat

Volume 2, Nomor 3, Desember 2024 pp. 470-483

DOI <https://doi.org/10.61579/beujroh.v2i3.219>

e-ISSN 3025-9320

p-ISSN 3026-0884

Pendidikan Kesehatan Meningkatkan Kebersihan Menstruasi dengan Video dan Demonstrasi pada Remaja Putri di Dayah

Nisrina Yulianda¹, Budi Satria², Teuku Tahlil^{3*}

¹ Universitas Syiah Kuala, Indonesia, email: nisrina02121999@gmail.com

² Universitas Syiah Kuala, Indonesia, email: budisatria@usk.ac.id

³ Universitas Syiah Kuala, Indonesia, email: ttahlil@usk.ac.id

*Koresponden penulis : ttahlil@usk.ac.id

Info Artikel

Diajukan: 17 Oktober 2024

Diterima: 20 Oktober 2024

Diterbitkan: 20 Oktober 2024

Keywords:

Nursing care, menstrual hygiene, adolescent girl

Kata Kunci:

Asuhan keperawatan, kebersihan menstruasi, remaja putri



Lisensi: cc-by-sa

Copyright © 2024

penulis

Abstract

Menstruation frequently causes problems for young women when they ignore the cleanliness of their genital organs due to a lack of information and awareness about the importance of reproductive health during menstruation. The case study aimed to implement community nursing care for young women in one of the Dayahs in Aceh Besar. The results of a community nursing assessment conducted on 15 female adolescent students using a questionnaire concluded a nursing diagnosis of ineffective health maintenance behavior. The nursing care plan was established to provide health education about menstrual hygiene using video media and demonstrations. Pre-test and post-test were given to the female adolescents using a questionnaire to measure their knowledge, attitudes, and behavior about menstrual hygiene before and after the nursing intervention implemented. The evaluation results show an increase in the proportion of adolescents, knowledge, attitudes, and behavior in the good category following the nursing intervention completion. It was concluded that health education using video media and demonstrations could provide a positive impact on increasing adolescent girls menstrual hygiene knowledge, attitudes, and behavior. Community health nurses and other related community health workers are recommended to use video media and demonstrations in improving of young womens menstrual hygiene.

Abstrak

Menstruasi sering menimbulkan masalah remaja putri karena mengabaikan kebersihan organ genitalia akibat kurangnya informasi dan kesadaran tentang Kesehatan Reproduksi selama menstruasi. Studi kasus ini bertujuan untuk menerapkan asuhan keperawatan komunitas pada remaja putri pada salah satu dayah di Aceh Besar. Hasil pengkajian keperawatan komunitas yang dilakukan pada 15 siswa remaja putri dengan menggunakan kuesioner menyimpulkan diagnosa keperawatan ketidakefektifan perilaku pemeliharaan kesehatan. Rencana asuhan keperawatan yang disusun adalah pemberian pendidikan kesehatan tentang kebersihan menstruasi menggunakan media video dan demonstrasi. Pre-test dan post-test diberikan kepada remaja menggunakan kuesioner untuk mengukur pengetahuan, sikap dan perilaku tentang kebersihan menstruasi sebelum dan sesudah dilakukan implementasi. Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan proporsi pengetahuan, sikap dan perilaku remaja putri pada kategori baik setelah diberikan pendidikan kesehatan dengan media video dan demonstrasi memberikan dampak yang baik pada peningkatan pengetahuan, sikap dan perilaku kebersihan menstruasi pada remaja putri. Kepada pihak Puskesmas dan tenaga kesehatan terkait direkomendasikan untuk menggunakan media video dan demonstrasi dalam kegiatan peningkatan kesehatan reproduksi remaja terkait kebersihan menstruasi.

Cara mensitasi artikel:

Yulianda, N., Satria, B., & Tahlil, T. (2024). Pendidikan Kesehatan Meningkatkan Kebersihan Menstruasi dengan Video dan Demonstrasi pada Remaja Putri di Dayah. *Beujroh : Jurnal Pemberdayaan Dan Pengabdian Pada Masyarakat*, 2(3), 470–483. <https://doi.org/10.61579/beujroh.v2i3.219>

PENDAHULUAN

Remaja merupakan kelompok penduduk terbanyak dari sebuah negara. Sekitar seperlima dari penduduk dunia adalah remaja yang berumur antara 10 sampai 19 tahun (World Health Organization [WHO] dikutip Saraswatia, Zulpahiyana, & Arifah, 2016). Organisasi Kesehatan Dunia (WHO, 2024) menyebutkan di negara-negara kawasan Asia

Tenggara (SEAR) terdapat sekitar 360 juta remaja, mewakili sekitar 20% populasi.

Masa remaja adalah masa transisi yang dimulai dari fase anak-anak hingga menuju dewasa, yaitu antara umur 10 sampai 19 tahun (WHO, 2024) atau 10 sampai 18 tahun (Kemenkes RI, 2014). Perubahan psikologis dan biologis yang dipengaruhi oleh perkembangan sosial dan lingkungan terjadi pada masa remaja, termasuk perkembangan seks primer dan sekunder, serta perubahan proporsi tubuh (Astuti & Anggarawati, 2020). Pertumbuhan dan perkembangan secara positif harus didapatkan remaja agar bebas dari masalah yang dapat mengancam kesehatan termasuk masalah kesehatan reproduksi (Kemenkes RI, 2015). Salah satu masalah yang sering timbul terkait kesehatan reproduksi khususnya adalah ketika menstruasi (Rohan & Siyoto, 2013).

Di Indonesia masalah kesehatan reproduksi sering terjadi pada remaja. Data Statistik Tahun 2012 menunjukkan remaja putri usia 10 tahun sampai 14 tahun memiliki perilaku *hygiene* buruk sehingga lebih rentan terhadap penyakit infeksi saluran reproduksi (ISR) (Suseno, Hamidiyanti, & Ningsih, 2021). ISR diperkirakan berhubungan dengan kurangnya perilaku remaja putri dalam menjaga kebersihan ketika menstruasi, kurangnya kebersihan lingkungan, dan penggunaan pembalut saat menstruasi yang tidak tepat di kalangan remaja (Puspitaningrum, Agusyahbana, Mawarni, & Nugroho, 2017). Sejumlah perilaku remaja putri yang kurang baik dalam menjaga kebersihan alat genital yang dapat menyebabkan ISR, seperti salah arah saat membersihkan vagina (organ genitalia) setelah BAB atau BAK, pembalut yang tidak diganti minimal 4 kali sehari, menggunakan sabun pembersih organ genitalia, pakaian dalam yang tidak diganti minimal 2 kali dalam sehari, serta tidak mencuci tangan dengan sabun saat sebelum menyentuh organ genitalia (Febrina, 2020).

Timbulnya masalah kesehatan reproduksi remaja seringkali akibat kurangnya pengetahuan, pemahaman serta kesadaran remaja untuk mencapai keadaan sehat secara reproduksi (Amalia, Sari, Sari, Fadillah, & Pratiwi, 2022). Lingkungan dengan padatnya penghuni serta terjadinya kontak antar individu dengan yang lainnya seperti pondok pesantren, panti asuhan, dan penjara sering ditemukan masalah *hygiene*

(Humairoh, Musthofa, & Widagdo, 2018). Putri (2022) melaporkan 41 (91,1%) orang remaja putri di pesantren yang diteliti memiliki pengetahuan yang kurang terkait kebersihan menstruasi.

Upaya untuk mengurangi risiko terjadinya masalah kesehatan reproduksi remaja dapat dilakukan dengan memberikan pendidikan kesehatan reproduksi, yang dapat dilakukan melalui lembaga dan lingkungan di luar sekolah, seperti perguruan tinggi (Simanjuntak, Manullang, & Simanjuntak, 2022). Penggunaan media dapat meningkatkan pengetahuan remaja dan diharapkan dapat merubah perilaku negatif kearah positif dengan memberikan pesan atau informasi kesehatan (Jubaedah, Yuhandini, & Sriyatin, 2020). Video dan alat peraga dapat digunakan dalam upaya promosi kesehatan pada remaja putri. Penelitian sebelumnya (Suseno et al., 2021;Refideso et al., 2024;Pramono, 2023) tentang pengaruh pendidikan kesehatan tentang kebersihan diri saat menstruasi pada remaja putri dengan menggunakan media phantom dan video menunjukkan ada peningkatan pengetahuan dan sikap remaja setelah diberikan informasi pendidikan kesehatan. Proporsi responden dengan pengetahuan kategori baik meningkat dari 18 (60%) sebelum diberikan pendidikan kesehatan menjadi 29 (97%) orang setelah diberikan informasi pendidikan, sikap remaja putri untuk kategori baik meningkat dari 19 (63%) saat sebelum diberikan informasi menjadi 27 (90%) orang setelah diberikan informasi.

Berdasarkan evidence yang ada, tinjauan kasus ini menerapkan pendidikan kesehatan dalam perawatan komunitas agregat remaja untuk meningkatkan pengetahuan, sikap serta perilaku remaja terkait pentingnya menjaga kebersihan daerah genitalia terutama saat menstruasi sebagai bentuk upaya mencegah timbulnya penyakit dan peningkatan kesehatan reproduksi remaja.

METODE PELAKSANAAN

- a. Waktu Kegiatan pendidikan kesehatan dalam bentuk edukasi tentang kebersihan menstruasi
- b. Peserta kegiatan merupakan remaja putri dayah di Kabupaten Aceh Besar yang berusia antara 11 sampai 13 tahun sebanyak 15 orang.
- c. Tahapan kegiatan mencakup:

- 1) Tahap persiapan mencakup kegiatan koordinasi dengan pihak Dayah terkait kontrak waktu dan tempat pelaksanaan kegiatan.
- 2) Pelaksanaan kegiatan sesuai kontrak waktu yang disepakati pada tanggal 14 Mei 2024 pukul 10.00 WIB-11.30 WIB dengan menggunakan media berupa *powerpoint*, video edukasi dan *phantom* genetalia wanita, serta perlengkapan lainnya seperti laptop, LCD, proyektor. Kegiatan dimulai dengan perkenalan diri pemateri, penjelasan tujuan kegiatan dan kontrak waktu kembali. Sebelum pemberian materi penyuluhan, peserta mengisi lembar kehadiran serta menyelesaikan *pre-test*. Setelah menyelesaikan *pre-test*, peserta mendengarkan materi pendidikan kesehatan yang diberikan pemateri, melihat demonstrasi cara membersihkan genetalia serta pengenalan organ genetalia wanita dengan menggunakan *phantom* genetalia wanita. Setelah itu, pemateri juga menampilkan video edukasi kesehatan reproduksi tentang kebersihan menstruasi. *Post-test* diberikan pada peserta setelah satu minggu penjelasan materi dan demonstrasi.
- 3) Evaluasi proses kegiatan dilakukan untuk menilai pelaksanaan kegiatan dan partisipasi peserta.

HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Hasil

Kegiatan pendidikan kesehatan dilakukan di salah satu SMPIT Dayah di Aceh Besar melibatkan 15 orang remaja putri dengan baik dan lancar. Seluruh peserta berpartisipasi aktif, menyimak dan memahami materi dengan baik. Selama proses demonstrasi peserta dominan malu untuk melakukan demonstrasi dengan menggunakan *phantom* genetalia. Hasil evaluasi kegiatan pendidikan Kesehatan didapatkan sebagai berikut:

Tabel 1. Distribusi frekuensi Tingkat Pengetahuan Remaja Putri tentang Kebersihan Menstruasi

Waktu Test	Pengetahuan Tentang Kebersihan Menstruasi			
	Baik		Kurang	
	f	%	f	%

<i>Pre-test</i>	5	33.3	10	66.7
<i>Post-test</i>	15	100	-	-

Tabel 1 diatas menunjukkan bahwa pada *pre-test* sebagian besar responden (66.7%) memiliki pengetahuan yang kurang tentang kebersihan menstruasi. Semua responden (100%) mempunyai pengetahuan pada kategori baik pada saat *post-test*.

Distribusi frekuensi Sikap responden tentang kebersihan menstruasi ditunjukkan pada Tabel 2 berikut.

Tabel 2. Distribusi frekuensi Sikap tentang Kebersihan Menstruasi

Waktu Test	Sikap Kebersihan Menstruasi			
	Baik		Kurang	
	f	%	f	%
<i>Pre-test</i>	5	33.3	10	66.7
<i>Post-test</i>	15	100	-	-

Tabel 2 diatas menunjukkan bahwa sikap responden pada *pre-test* sebagian besar (66.7%) berada pada kategori kurang baik. Pada saat *post-test* semua responden (100%) mempunyai sikap dalam kategori baik.

Distribusi frekuensi perilaku responden menjaga kebersihan menstruasi ditunjukkan pada Tabel 3 berikut.

Tabel 3. Distribusi frekuensi Perilaku tentang Kebersihan Menstruasi

Waktu Test	Perilaku Kebersihan Menstruasi			
	Baik		Kurang Baik	
	f	%	f	%
<i>Pre-test</i>	4	26.7	11	73.3
<i>Post-test</i>	15	100	-	-

Berdasarkan tabel 3 diatas diketahui saat *pre-test* sebagian besar (73.3%) responden memiliki perilaku kurang baik dalam menjaga kebersihan mentruasinya. Pada *post-test* semua responden (100%) mempunyai perilaku yang baik tentang kebersihan menstruasi.



Gambar 1. Pemberian materi pendidikan kesehatan



Gambar 2. Melakukan demonstrasi perawatan cara membersihkan genetalia.



Gambar 3. Pemberian video edukasi

b. Pembahasan

Pengetahuan terkait kesehatan reproduksi termasuk kebersihan menstruasi dibutuhkan oleh masyarakat terutama pada remaja putri, agar dapat memiliki pengetahuan yang baik untuk menangani masalah kesehatan reproduksi. Upaya meminimalkan masalah kesehatan reproduksi terkait kebersihan menstruasi dapat berupa pemberian edukasi melalui promosi kesehatan. Pendidikan kesehatan merupakan upaya dalam meningkatkan pengetahuan kesehatan individu maupun masyarakat mengenai pengelolaan faktor risiko penyakit untuk meningkatkan status kesehatan, mengurangi risiko munculnya masalah/penyakit, serta menyembuhkan penyakit. Pendidikan yang diberikan sebaiknya tidak hanya sekedar memberikan informasi untuk meningkatkan pengetahuan namun juga berfokus pada upaya yang dapat mengubah sikap atau perilaku seseorang ke arah lebih positif (Meinarisa, 2019;Refideso et al., 2024). Pengetahuan seseorang terkait *personal hygiene* dapat merubah perilaku seseorang dalam memelihara serta menjaga organ reproduksinya terutama saat menstruasi (Fadliah, Subiyatin, & Hamidah, 2023).

Remaja yang sudah melewati fase operasi formal dianggap telah mampu melakukan penalaran hipotesis deduktif yang artinya semakin baik kognitifnya yang ditunjukkan dengan semakin baik pula perilaku mereka (Ardiani & Andhikias, 2018;Miniharianti et al., 2023). Tinjauan kasus ini menggunakan 3 media sebagai promosi kesehatan terkait kesehatan reproduksi kebersihan menstruasi pada remaja, yaitu *powerpoint*, video dan alat phantom genetalia wanita. Hasil olah data

post-test menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan, sikap dan perilaku remaja untuk kategori baik, yaitu 100% berada dalam kategori baik. Hasil lainnya adalah semua responden (100%) mempunyai sikap dan perilaku dalam kategori baik.

Hasil penelitian Ningsih, Suseno, dan Hamidiyanti (2021) yang bertujuan untuk mengetahui dampak pemberian penyuluhan terhadap kebersihan diri remaja putri dengan memanfaatkan media video dan phantom menunjukkan bahwa setelah penyuluhan jumlah remaja putri yang mempunyai pengetahuan dan sikap yang baik meningkat menjadi 29 (97%) dan 27 (90%) dari sebelumnya 18 (60%) dan 19 (63%) remaja putri, secara berurutan. Penelitian lainnya oleh Hayati & Martilova (2022) tentang keefektifan video terkait kebersihan remaja dalam upaya menjaga kebersihan diri ketika menstruasi menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan remaja meningkat dari 50% sebelum penyuluhan menjadi 88,2% setelah penyuluhan untuk kategori baik.

Media pendidikan kesehatan merupakan sarana yang dapat digunakan untuk mendukung pengajar dalam proses pemberian bahan ajar. Indra yang mengantarkan pesan dari suatu materi atau sebuah informasi sebagian besar adalah mata (sekitar 75% hingga 87%), sebagian kecil (25%) dari panca indera lainnya. Ketika seseorang menggunakan banyak panca indera, maka akan semakin jelas dan banyak informasi yang diterima (Pakpahan et al., 2021). Media menjadi faktor penentu keberhasilan dalam proses pembelajaran (Budiadi, Karmi, & Kurnia, 2023).

Penentuan dalam memilih media serta metode yang tepat akan membantu remaja menyerap informasi sebanyak-banyaknya mengenai materi yang disampaikan. Kegiatan pendidikan kesehatan dilakukan secara tatap muka, dapat dipadukan dengan media lain seperti audio, multimedia, pameran serta media cetak. Dalam studi kasus ini media yang dipakai untuk mendukung kegiatan penyuluhan adalah media *powerpoint*, video, dan alat phantom genitalia wanita.

Powerpoint digunakan sebagai pendukung dalam penyampaian informasi melalui presentasi. *Powerpoint* dapat digunakan dalam berbagai kegiatan, termasuk aktivitas edukasi kesehatan, dengan fitur visual, suara, dan efek untuk menghasilkan slide yang menarik (Fajjurahman, 2022). Video adalah media yang berisi pesan dalam

bentuk visual ditambah dengan efek suara untuk memperjelas apa yang telah dipelajari dan meningkatkan pemahaman (Fajurahman, 2022).

Peneliti menggunakan phantom sebagai media untuk demonstrasi cara membersihkan genetalia yang baik dan benar. Metode demonstrasi merupakan metode penyajian rangkaian peristiwa sesuai bahan ajar agar lebih mudah dipahami siswa (Kurniawan, 2015). Metode demonstrasi dilakukan melalui demonstrasi terhadap objek, peristiwa, aturan, dan urutan pelaksanaan suatu kegiatan (Rohendi, 2010). Penggunaan phantom genetalia atau alat peraga dapat memudahkan remaja memahami informasi yang didapatkan (Suseno et al., 2021)

KESIMPULAN

Intervensi pendidikan kesehatan dalam perawatan kebersihan menstruasi pada remaja putri dengan menggunakan media video dan demonstrasi dapat meningkatkan pengetahuan, sikap serta perilaku remaja putri terkait kebersihan menstruasi. Oleh karena itu diharapkan kepada petugas Puskesmas (perawat komunitas) dan tenaga Kesehatan lainnya yang bertugas dalam program Pelayanan Kesehatan Peduli Remaja (PKPR) dapat melakukan upaya peningkatan kesehatan reproduksi remaja putri terkait kebersihan menstruasi dengan edukasi menggunakan media video dan demonstrasi.

DAFTAR PUSTAKA

- Alifah, F., Fajria, L., & Herien, Y. (2023). *Pendidikan Kesehatan bagi Remaja Putri Terkait Menstrual Hygiene*. Indramayu: CV Adanu Abimata.
- Amalia, A., Sari, A., Sari, D. N. R., Fadillah, R., & Pratiwi, S. T. (2022). Penyuluhan Kesehatan Reproduksi Remaja dalam Menyikapi Bonus Demografi. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Saga Komunitas*, 1(3), 81-85.
- Ardiani, N. D., & Andhikatis, Y. R. (2018). Pemberian Pembelajaran Video Terhadap Pengetahuan Kebersihan Diri saat Menstruasi pada Remaja RT 01, RW1, Sruni, Boyolali. *Jurnal Kesehatan Kusuma Husada*, 9(1), 87-90.
doi:<https://doi.org/10.34035/jk.v9i1.264>

- Astuti, Y., & Anggarawati, T. (2020). Efektivitas Pendidikan Kesehatan Terhadap Peningkatan Pengetahuan Dan Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi. *Indonesia Jurnal Perawat*, 5(2), 36-41. doi:<https://doi.org/10.26751/ijp.v5i2.1351>
- 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), 14-17. doi:<http://dx.doi.org/10.33846/2trik13104>
- Fadliah, B. N., Subiyatin, A., & Hamidah. (2023). Hubungan Pengetahuan, Sikap, dan Sumber Informasi dengan Kebersihan saat Menstruasi. *PREPOTIF : Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 7(1), 1371-1379.
- Faijurahman, A. (2022). Efektivitas Penyuluhan Kesehatan Dengan Video Dan Powerpoint Terhadap Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Remaja. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 3, 177-184. doi:10.31004/jkt.v3i1.3938
- Febrina, R. (2020). Edukasi Menstruasi pada Remaja Putri di Pondok Pesantren Darussalam Al-Hafidz Kota Jambi. *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)*, 2, 201. doi:10.36565/jak.v2i3.130
- Hayati, S., & Martilova, D. (2022). Efektivitas Video Menstrual Hygiene Terhadap Perilaku Personal Hygiene Menstruasi Pada Remaja. *ANJANI Journal (Medical Science & Healthcare Studies)*, 2, 45-52. doi:10.37638/anjani.v2i2.583
- Humairoh, F., Musthofa, S. B., & Widagdo, L. (2018). Faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku vulva hygiene pada remaja putri panti asuhan di kecamatan tembalang, kota semarang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (Undip)*, 6(1), 8. doi:10.14710/jkm.v6i1.20310
- Jannah, M. (2017). Remaja dan Tugas-tugas Perkembangannya dalam Islam. *Psikoislamedia : Jurnal Psikologi*, 1. doi:10.22373/psikoislamedia.v1i1.1493
- Johariyah, A., & Mariati, T. (2018). Efektivitas Penyuluhan Kesehatan Reproduksi Remaja Dengan Pemberian Modul Terhadap Perubahan Pengetahuan Remaja. *Jurnal Manajemen Kesehatan Yayasan RS.Dr. Soetomo*, 4, 38. doi:10.29241/jmk.v4i1.100

- Jubaedah, E., Yuhandini, D. S., & Sriyatin. (2020). Pendidikan Kesehatan melalui Media Video dan Leaflet terhadap Pengetahuan Personal Hygiene Menstruasi Remaja Putri Kelas VII Tahun 2019. *Jurnal Ilmiah PANNMED (Pharmacist, Analyst, Nurse, Nutrition, Midwifery, Environment, Dentist)*, 15(1), 30-35. doi:<https://doi.org/10.36911/pannmed.v15i1.645>
- Kurniawan, N. (2015). *Penerapan Metode Demonstrasi pada Mata Pelajaran Kearsipan Guna Meningkatkan Prestasi Belajar Siswa Kelas X Kompetensi Keahlian Administrasi Perkantoran SMK YPE Sawunggalih Kutoarjo*. (Bachelor), Universitas Negeri Yogyakarta, Yogyakarta.
- Lestari, A. S., & Pratiwi, D. I. (2024). Penyuluhan tentang Keputihan pada Remaja Putri di Pondok Pesantren Tahfidz Qur'an Hisbah Al-Fatih Sintang. *KREATIF: Jurnal Pengabdian Masyarakat Nusantara*, 4(1), 107-113. doi: <https://doi.org/10.55606/kreatif.v4i1.2868>
- Meinarisa, M. (2019). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Menstrual Hygiene (PMH) Terhadap Sikap Remaja Putri dalam Menjaga Kebersihan Diri Selama Menstruasi. *Jurnal Endurance*, 4, 141. doi:10.22216/jen.v4i1.3542
- Miniharianti, Hijriana, I., Wahidanur, Yusnita, Urmila, & Nadila, R. (2023). Sosialisasi Penanganan Demam Pada Anak Dengan Kompres Metode Tepid Water Sponge. *Beujroh: Jurnal Pemberdayaan Dan Pengabdian Pada Masyarakat*, 1(1), 143-153. <https://doi.org/10.61579/beujroh.v1i1.105>
- Narsih, U., Rohmatin, H., & Widayati, A. (2021). Dukungan Sosial dan Ketersediaan Informasi Mempengaruhi Kesiapan Remaja Putri dalam Menghadapi Menarche. *Jurnal Manajemen Kesehatan Yayasan RS.Dr. Soetomo*, 7, 359. doi:10.29241/jmk.v7i2.797
- Pakpahan, M., Siregar, D., Susilawaty, A., Tasnim, Mustar, Ramdany, R., . . . M, M. (2021). Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan. In R. Watrianthos (Ed.). Medan: Yayasan Kita Menulis.
- Puspitaningrum, W., Agusyahbana, F., Mawarni, A., & Nugroho, D. (2017). Pengaruh Media Booklet Terhadap Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri Terkait Kebersihan Menstruasi di Pondok Pesantren Al-ishlah Demah Triwulan II Tahun 2017. *2017*, 5(4), 8. doi:10.14710/jkm.v5i4.18362

- Putri, N. A. H. (2022). Efektifitas Modul Manajemen Kebersihan Menstruasi Terhadap Pengetahuan dan Sikap Remaja di pesantren Kota Makassar. *Jurnal Sipakalebbi*, 6(2), 140-152. doi:<https://doi.org/10.24252/sipakallebbi.v6i2.34550>
- Pramono, I. (2023). Participation in Health Promotion in Cases of Dengue Fever (DB) Viewed from Psychological Empowerment and Sense of Community. *Beujroh : Jurnal Pemberdayaan Dan Pengabdian Pada Masyarakat*, 1(1), 1-10. <https://doi.org/10.61579/beujroh.v1i1.10>
- Refideso, S., Wahyuni, & Charisa, A. D. (2024). Edukasi Fisioterapi Stretching Pada Senam Prolanis Lansia di Puskesmas Sibela Kelurahan Mojosongo Surakarta. *Beujroh : Jurnal Pemberdayaan Dan Pengabdian Pada Masyarakat*, 2(1), 48-56. <https://doi.org/10.61579/beujroh.v2i1.50>
- RI., K. (2014). *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 25 tahun 2014 tentang Upaya Kesehatan Anak*. Jakarta: Kemenkes RI.
- RI., K. (2015). Situasi kesehatan reproduksi remaja. Retrieved from <https://pusdatin.kemkes.go.id/?category=search&kyw=kesehatan%20remaja&searchoption=structure,content>
- Rohan, H. H., & Siyoto, S. (2013). *Buku Ajar Kesehatan Reproduksi*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Rohendi, D., et al. (2010). Efektivitas Metode Pembelajaran Demonstrasi Terhadap Peningkatan Hasil Belajar Siswa Kelas X Pada Mata Pelajaran Keterampilan Komputer dan Pengelolaan Informasi di Sekolah Menengah Kejuruan. *Jurnal Pendidikan Informasi dan Komunikasi*, 3(1), 16-18.
- Saraswatia, G., Zulpahiyana, Z., & Arifah, S. (2016). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Konsep Diri Remaja di SMPN 13 Yogyakarta. *Jurnal Ners dan Kebidanan Indonesia*, 3(1), 33-38. doi:10.21927/jnki.2015.3(1).33-38
- Simanjuntak, H., Manullang, J., & Simanjuntak, H. (2022). Penyuluhan Kesehatan Reproduksi pada Remaja di Dusun I Desa Sudirejo Kecamatan Namorambe Kabupaten Deli Serdang Sumatera Utara. *Jurnal Abdidas*, 3, 432-437. doi:10.31004/abdidas.v3i3.604
- Sinaga, E., Saribanon, N., Suprihatin, Sa'adah, N., Salamah, U., Murti, Y. A., . . . Lorita, S. (2017). *Buku : Manajemen Kesehatan Menstruasi*

Manajemen Kesehatan Menstruasi (pp. 1-168): Universitas Nasional, IWWASH, Global One.

Suseno, M., Hamidiyanti, B., & Ningsih, W. (2021). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Menggunakan Media Video Dan Alat Peraga Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Tentang Personal Hygiene Pada Masa Menstruasi Dalam Layanan Homecare. *JURNAL KEBIDANAN*, 10, 59-69. doi:10.35890/jkdh.v10i2.216

WHO. (2024). Adolescent health. Retrieved from <https://www.who.int/southeastasia/health-topics/adolescent-health>