

---

## HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN TERHADAP PERSONAL HYGIENE SAAT MENSTRUASI PADA REMAJA PUTRI DI SMA MUHAMMADIYAH PEKANBARU

<sup>1)</sup>Siti Qomariah, <sup>2)</sup>Sofia Afrita Sari, <sup>3)</sup>Sara Herlina, <sup>4)</sup>Wiwi Sartika

<sup>1,3,4)</sup>Program Studi Profesi Bidan, Fakultas Farmasi dan Ilmu Kesehatan, Universitas Abdurrah

<sup>2)</sup>D III Kebidanan Politeknik Aisyiyah Pontianak

Jl. Riau Ujung No 73 Pekanbaru – Riau - Indonesia

E-mail : <sup>1)</sup>[siti.qomariah@univrab.ac.id](mailto:siti.qomariah@univrab.ac.id), <sup>2)</sup>[Sofia.afritasari@polita.ac.id](mailto:Sofia.afritasari@polita.ac.id) <sup>3)</sup>, [sara.herlina@univrab.ac.id](mailto:sara.herlina@univrab.ac.id),

<sup>4)</sup>[wiwi.sartika@univrab.ac.id](mailto:wiwi.sartika@univrab.ac.id)

---

### Kata Kunci:

Kata kunci satu, kata kunci dua, kata kunci tiga, dst (bahasa Indonesia, 3-5 kata kunci)

### ABSTRAK

**Pendahuluan** Masa remaja merupakan masa transisi yang ditandai dengan adanya perubahan yang bervariasi dari fisik, emosional dan psikologis.. Pubertas terlihat dari munculnya ciri-ciri seksual sekunder dimana remaja mengalami perubahan fisik, emosional, dan sosial. Pada laki-laki ditandai dengan mimpi basah, sedangkan pada perempuan ditandai dengan mulainya menstruasi. permasalahan kesehatan reproduksi pada remaja putri seperti adanya gangguan menstruasi, kurangnya pengetahuan dan personal hygiene selama menstruasi yang salah, sehingga dapat menyebabkan gangguan kesehatan reproduksi seperti ; keputihan, infeksi saluran kemih (ISK) , penyakit radang panggul (PRP) kemungkinan terjadi kanker leher rahim dan bahkan infertilitas. Angka kejadian infeksi saluran reproduksi (ISR) tertinggi di dunia adalah pada usia remaja (35% - 42%) dan dewasa remaja (27% - 33%). Prevalensi perilaku personal hygiene saat menstruasi kurang baik sebesar 83%. **Tujuan** Untuk mengetahui hubungan tingkat pengetahuan terhadap perilaku personal hygiene pada remaja putri saat menstruasi di SMP Negeri 6 Pekanbaru. **Metode** Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif dengan desain penelitian analitik korelasi. Penelitian ini menggunakan metode cross-sectional. Populasi dari penelitian adalah semua remaja putri SMAMuhammadiyah Pekanbaru. . Teknik pengumpulan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik Probability sampling dengan metode Simple random sampling. Teknik Probability sampling adalah pengambilan sampel secara acak. **Hasil** tidak terdapat hubungan tingkat pengetahuan personal hygiene terhadap perilaku personal hygiene di SMA Muhammadiyah Pekanbaru, dengan hasil signifikan atau  $p$ -value 0.552 dimana ( $p > 0.05$ ) sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan personal hygiene terhadap perilaku personal hygiene remaja saat menstruasi.

### Kata Kunci:

Perilaku, personal hygiene, menstruasi, remaja putri

### Info Artikel

Tanggal dikirim:31-10-2024

Tanggal direvisi:07-01-2025

Tanggal diterima:07-01-2025

DOI Artikel:

10.36341/jomis.v9i1.5325

[Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International License.](#)

### ABSTRACT

*Introduction Adolescence is a transition period marked by changes that vary from physical, emotional and psychological. Puberty can be seen from the emergence of secondary sexual characteristics where adolescents experience physical, emotional and social changes. In men it is marked by wet dreams, while in women it is marked by the start of menstruation. reproductive health problems in adolescent girls such as menstrual disorders, lack of knowledge and incorrect personal hygiene during menstruation, which can cause reproductive health problems such as; vaginal discharge, urinary tract infections (UTI), pelvic inflammatory disease (PID), the possibility of cervical cancer and even infertility. The highest incidence of reproductive tract infections (RTI) in the world is in adolescents (35% - 42%) and young adults (27% - 33%). The prevalence of poor personal hygiene behavior during menstruation is 83%. Objective: To determine the relationship between the level of knowledge and personal hygiene behavior among young women during menstruation at SMP Negeri 6 Pekanbaru. This research method is a type of quantitative research with a correlation analytical research design. This research uses a cross-sectional method. The population of the study were all teenage girls from SMA Muhammadiyah Pekanbaru. . The sample collection technique in this research used a probability sampling technique with a simple random sampling method. Probability sampling technique is random sampling. The results show that there is no relationship between the level of personal hygiene knowledge and personal hygiene behavior at SMA Muhammadiyah Pekanbaru, with significant*

results or  $p$ -value 0.552 where ( $p > 0.05$ ) so it can be concluded that there is no significant relationship between the level of personal hygiene knowledge and the personal hygiene behavior of teenagers during menstruation.

*Behavior, personal hygiene, menstruation, adolescent girls*

## PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan masa transisi yang ditandai dengan adanya perubahan yang bervariasi dari fisik, emosional dan psikologis. Pada periode ini terjadi pertumbuhan dan pesatnya perkembangan yang cepat baik dalam perubahan fisik, sosial dan mental [18] (Daradjat, 2016)

Perubahan – perubahan fisik yang terjadi pada remaja diatas dapat menyebabkan kecanggungan bagi remaja karena mengharuskan mereka untuk menyesuaikan diri dengan perubahan- perubahan yang terjadi. Pertumbuhan badan yang mencolok seperti pembesaran payudara yang cepat dapat menyebabkan remaja merasa tersisih dari teman-temannya. Demikian pula dalam menghadapi menstruasi dan ejakulasi yang pertama (Nasution HB & Pakpahan JES., 2021).

Pubertas terlihat dari munculnya ciri-ciri seksual sekunder dimana remaja mengalami perubahan fisik, emosional, dan sosial. Pada laki-laki ditandai dengan mimpi basah, sedangkan pada perempuan ditandai dengan mulainya menstruasi (Kusmiran & Eny, 2014).

Menstruasi merupakan perdarahan secara periodik dari uterus, disertai dengan adanya pelepasan endometrium yang terjadi setiap bulan secara teratur pada seorang perempuan (Lestari, 2015).

permasalahan kesehatan reproduksi pada remaja putri seperti adanya gangguan menstruasi, kurangnya pengetahuan dan personal hygiene selama menstruasi yang salah, sehingga dapat menyebabkan gangguan kesehatan reproduksi seperti ; keputihan, infeksi saluran kemih (ISK) , penyakit radang panggul (PRP) kemungkinan terjadi kanker leher rahim dan bahkan infertilitas. Angka kejadian infeksi saluran reproduksi (ISR)

tertinggi di dunia adalah pada usia remaja (35% - 42%) dan dewasa remaja (27% - 33%). Prevalensi perilaku personal hygiene saat menstruasi kurang baik sebesar 83% (Anggun Rohmawati, 2021). Prevalensi ISR pada remaja didunia tahun 2012 yaitu: kandidiasis (25%-50%), vaginosis bakterial (20%-40%). dan trikomoniasis (5%-15%).

Personal *hygiene* saat menstruasi sangat penting dijaga oleh remaja putri dengan tujuan agar kebersihan serta kesehatan reproduksi baik secara fisik maupun mental. *personal hygiene* saat menstruasi merupakan langkah awal untuk mewujudkan kesehatan diri karena tubuh yang bersih akan mengurangi terjadinya risiko terjangkit suatu penyakit. (Susanti & Lutfiyati, 2020).

Pengetahuan tentang kebersihan diri sangatlah penting. Karena pengetahuan dapat meningkatkan kesehatan reproduksi pada remaja putri. Remaja putri yang berpengetahuan tentang kebersihan diri selalu memperhatikan kebersihan diri untuk mencegah penyakit. Kurangnya pengetahuan tentang kesehatan reproduksi menyebabkan remaja putri tidak dapat berperilaku higienis saat menstruasi, dan kebersihan diri yang buruk pada remaja dapat menyebabkan gangguan kesehatan reproduksi. (Susanti & Lutfiyati, 2020).

Upaya untuk mencegah terjadinya gangguan infeksi pada reproduksi saat menstruasi yaitu dengan membiasakan remaja putri untuk berperilaku bersih dengan mengganti pembalut kurang lebih 4-5 jam dalam sehari serta membersihkan vagina dan sekitarnya dari darah menstruasi. Dengan demikian akan mengurangi dan mencegah remaja putri dari penyakit infeksi saluran kencing, infeksi saluran reproduksi, dan iritasi pada kulit serta lainnya (Guarango, 2022).

## TINJAUAN PUSTAKA

### Pengetahuan

#### 1. Defenisi Pengetahuan

Pengetahuan adalah hal yang diketahui oleh orang atau responden terkait dengan sehat dan sakit atau kesehatan, misal: tentang penyakit (penyebab, cara penularan, cara pencegahan), gizi, sanitasi, pelayanan kesehatan, kesehatan lingkungan, keluarga berencana, dan sebagainya. Pengetahuan adalah hasil dari tahu dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu obyek tertentu. Penginderaan terjadi melalui pancaindra manusia, yakni indera penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba. Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang (*overt behaviour*). Berdasarkan pengalaman ternyata perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan lebih langgeng dari pada perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan. Pengetahuan adalah informasi yang telah diproses dan diorganisasikan untuk memperoleh pemahaman pembelajaran dan pengalaman yang terakumulasi sehingga bisa diaplikasikan kedalam masalah atau proses

#### 2. Tingkat pengetahuan

##### a. Tahu (*Know*)

Tahu dapat diartikan sebagai mengingat materi yang telah dipelajari sebelumnya. Kata kerja untuk mengukur bahwa orang lain tahu tentang apa yang dipelajari antara lain dengan menyebutkan, mendefinisikan, menguraikan, menyatakan, dan sebagainya.

##### b. Memahami (*Comprehension*)

Memahami dapat diartikan sebagai kemampuan untuk menjelaskan dan menginterpretasikan materi secara benar.

##### c. Aplikasi (*Aplication*)

Aplikasi dapat diartikan sebagai kemampuan menggunakan materi yang telah dipelajari pada situasi dan kondisi sebenarnya

##### d. Analisis (*Analysis*)

Analisis dapat diartikan sebagai kemampuan untuk menjabarkan materi ke dalam komponen-komponen, tetapi masih di dalam satu struktur organisasi, dan masih ada kaitannya satu sama lain.

##### e. Sintesis (*Synthesis*)

Sintesis adalah kemampuan untuk menghubungkan bagian-bagian di dalam suatu bentuk keseluruhan yang baru. Misalnya, dapat menyusun, dapat merencanakan, dapat meringkas, dan sebagainya terhadap suatu teori atau rumusan-rumusan yang telah ada.

##### f. Evaluasi (*Evaluation*)

Evaluasi adalah kemampuan melakukan justifikasi atau penilaian terhadap suatu materi atau objek.

#### 3. Faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan

- Faktor pendidikan
- Faktor pekerjaan
- Faktor pengalaman
- Keyakinan
- Sosial budaya

#### 4. Pengukuran pengetahuan

Cara Mengukur Pengetahuan dapat dilakukan dengan wawancara atau angket yang menanyakan tentang isi materi yang mengetahui pengetahuan remaja putri, data yang diperoleh diklasifikasikan dalam bentuk prosentase dengan menggunakan rumus (Guarango, 2022)

$$\rho = \frac{f}{n} \times 100$$

Keterangan:

$\rho$  = prosentase hasil

f = skor yang didapat

n = skor minimal yang diharapkan

#### 5. Kriteria Pengukuran Pengetahuan

- Kategori baik (76% - 100%)
- Kategori sedang (56% - 75%)
- Kategori cukup ( $\leq 55\%$ )

#### Remaja

##### 1. Defenisi Remaja

Masa remaja adalah masa dari masa kanak-kanak hingga dewasa antara usia 10 dan 19 tahun, dan perubahan yang cepat dalam tubuh, pikiran, dan psikologi.

Menurut *World Health Organization (WHO)*, remaja merupakan fase antara masa kanak-kanak dan dewasa dalam rentang usia antara 10 hingga 19 tahun. Sedangkan pada Peraturan Menteri Kesehatan RI N0.25, remaja merupakan penduduk dalam rentang usia antara 10 hingga 18 tahun. Selain itu, Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) mengatakan, rentang usia remaja ialah 10 hingga 24 tahun dan belum menikah, maka dapat diartikan remaja ialah masa pergantian dari anak-anak menuju dewasa (Rany, 2022).

## 2. Tahap perkembangan remaja

- a. Remaja Awal (*early adolescence*) memiliki rentang usia antara 11- 13 tahun.
- b. Remaja Madya (*middle adolescence*) memiliki rentang usia antara 14-16 tahun.
- c. Remaja Akhir (*late adolescence*) merupakan remaja yang berusia antara 17-20 tahun.

## Menstruasi

### 1. Pengertian

Menstruasi adalah proses keluarnya darah dari dalam rahim yang terjadi karena luruhnya dinding rahim bagian dalam yang mengandung banyak pembuluh darah dan sel telur yang tidak di buahi. Proses menstruasi dapat terjadi dikarenakan sel telur pada organ wanita tidak dibuahi, hal ini menyebabkan endometrium atau lapisan dinding rahim menebal dan menjadi luruh yang kemudian akan mengeluarkan darah melalui saluran reproduksi wanita. Normal siklus menstruasi adalah 21 hari sampai 35 hari yang ditandai dengan keluarnya darah sebanyak 10 hingga 80 ml perhari. Menstruasi atau haid yang terjadi dengan siklus lebih dari 35 hari termasuk kategori siklus yang tidak normal, hal ini terjadi karena banyak penyebab seperti keadaan hormon yang tidak seimbang, stres, penggunaan KB, atau karena tumor (Nuraini, 2018)

### 2. Siklus Menstruasi

#### a. Fase Menstruasi

Fase menstruasi ditandai dengan luruhnya endometrium atau dinding rahim yang berisi pembuluh darah dan cairan lendir. Fase ini dimulai sejak hari pertama menstruasi dan berlangsung selama 4 sampai 6 hari.

- b. Memasuki fase folikuler, ovarium akan membentuk folikel yang berisi sel telur yang belum matang. Folikel dan sel telur tersebut akan tumbuh dan merangsang penebalan pada dinding rahim. Fase ini biasanya berlangsung selama 11 sampai 27 hari, bergantung pada siklus untuk setiap wanita.
- c. Fase ovulasi terjadi saat ovarium melepas sel telur yang sudah matang dan siap dibuahi oleh sperma, di bagian saluran indung telur. Akan tetapi, apabila tidak terjadi pembuahan, sel telur akan melebur dalam waktu 24 jam setelah fase ovulasi. Fase ini biasanya terjadi di hari ke-14 siklus menstruasi.
- d. Fase luteal ditandai dengan sel telur yang berubah menjadi jaringan yang disebut korpus luteum. Jaringan ini akan mengeluarkan hormon yang membuat dinding rahim menjadi lebih tebal. Namun, apabila tidak terjadi pembuahan, korpus luteum akan menyusut dan kembali diserap. Selanjutnya, lapisan rahim akan luruh selama menstruasi. Fase luteal terjadi selama 11 sampai 17 hari.

### 3. Lama Menstruasi

Menstruasi atau haid merupakan proses kematangan seksual bagi seorang wanita. Menstruasi juga dapat didefinisikan sebagai proses keluarnya darah dari endometrium yang terjadi secara rutin melalui vagina sebagai proses pembersihan rahim terhadap pembuluh darah, kelenjar-kelenjar dan sel-sel yang tidak terpakai karena tidak

adanya pembuahan atau kehamilan (Cahyaning, 2018)

Lama menstruasi biasanya antara 3-5 hari, ada yang 1-2 hari diikuti darah sedikit-sedikit kemudian ada yang 7-8 hari. Pada setiap wanita biasanya lama menstruasi itu tetap. Jumlah darah yang keluar rata-rata  $\pm 16$  cc, bila lebih dari 80 cc bersifat patologik (N Panggih, 2015).

## Personal Hygiene

### 1. Pengertian

Hygiene menstruasi merupakan hygiene personal pada saat menstruasi. Hygiene menstruasi sangat penting, karena bila penanganan selama haid tidak steril maka dapat mengakibatkan infeksi alat reproduksi. Hygiene pada saat menstruasi merupakan hal penting dalam menentukan kesehatan organ reproduksi remaja putri, khususnya terhindar dari infeksi alat reproduksi. Pada saat menstruasi seharusnya perempuan benar-benar dapat menjaga kebersihan organ reproduksi dengan baik, terutama pada bagian vagina, karena apabila tidak dijaga kebersihannya, maka akan menimbulkan mikroorganisme seperti bakteri, jamur dan virus yang berlebih sehingga dapat mengganggu fungsi organ reproduksi

### 2. Tujuan

tujuan dari personal hygiene adalah untuk meningkatkan derajat kesehatan, memelihara kebersihan diri, mencegah timbulnya penyakit, menciptakan keindahan dan meningkatkan rasa kepercayaan diri. Sedangkan menurut Laksamana 2002 tujuan dari personal hygiene adalah meningkatkan derajat seseorang, memelihara kebersihan diri seseorang, memperbaiki personal hygiene yang kurang, mencegah penyakit, menciptakan keindahan, serta meningkatkan rasa percaya diri. (AGRA, 2016)

### 3. Jenis-Jenis Personal Hygiene.

- a. Kebersihan Tangan, Kaki, dan Kuku
- b. Kebersihan Rambut
- c. Kebersihan Mulut dan Gigi
- d. Kebersihan Mata, Hidung, dan Telinga
- e. Kebersihan Kulit
- f. Kebersihan Genitalia

### 4. Manfaat Personal Hygiene

Selain dari segi kesehatan, manfaat personal hygiene juga bisa dirasakan dari sisi sosial. Seseorang yang menerapkan kebiasaan personal hygiene akan merasa lebih percaya diri karena penampilannya yang rapi dan bersih.

### 5. Aspek Personal Hygiene

Perawatan diri yang baik perlu saat menstruasi, hal tersebut termasuk; mengganti dengan teratur pakaian dan celana dalam, mengganti pembalut setiap 3-4 jam sekali, mandi setiap hari khususnya saat dysmenorrhea, membasuh area genitalia setelah buang air besar atau kecil, melanjutkan aktivitas normal sehari-hari (contohnya pergi ke sekolah, melakukan aktivitas fisik atau olahraga), dan memelihara keseimbangan asupan makanan seperti mengkonsumsi banyak buahbuahan serta sayuran yang kaya akan zat besi dan kalsium (Santina, Wehbe, Ziade, & Nehme, 2013).

## METODE

Jenis penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain penelitian analitik korelasi dengan menggunakan metode *cross sectional*, dilakukan di SMA Muhammadiyah Pekanbaru. Instrument yang digunakan adalah kuesioner. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 135 responden dengan kriteria inklusi dan eksklusi, pengambilan sampel menggunakan probability sampling dengan metode *simple random sampling*. Analisis data yang digunakan univariat dan bivariat sebelum



melakukan uji bivariat dilakuakn uji spearman's rho.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### 1. Karakteristik Umum Responden Penelitian

Tabel 4.1  
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pengetahuan Dan Perilaku *personal hygiene*

Kategori	(n)	(%)
Tingkat Pengetahuan <i>personal hygiene</i>		
Baik	57	42.22 %
Cukup	61	45.18 %
Kurang	17	12.59 %
<b>Total</b>	<b>135</b>	<b>100.0</b>
Perilaku <i>personal hygiene</i> Remaja Saat Menstruasi		
Baik	55	40.73 %
Cukup	68	46.66 %
Kurang	12	8.88 %
<b>Total</b>	<b>135</b>	<b>100.0</b>

Berdasarkan tabel 4.2 dari 135 responden mayoritas memiliki tingkat pengetahuan *personal hygiene* dalam kategori cukup sebanyak 61 (45.18%) responden, dan minoritas dalam kategori kurang yaitu 17 (12.59%) responden Sedangkan pada perilaku *personal hygiene* mayoritas perilaku *personal hygiene* remaja dalam mayoritas cukup sebanyak 63 (46.66%) responden, dan dalam kategori mionoritas kurang yaitu sebanyak 12 (8.88%) responden.

Tabel 4.2  
Hubungan Tingkat Pengetahuan *personal hygiene* Terhadap Perilaku *personal hygiene* Saat Menstruasi

Tingkat Pengetahuan <i>personal hygiene</i>	Perilaku <i>personal hygiene</i>			Total	p-value
	Baik	Cukup	Kurang		
Baik	19	24	2	57	0.552
Cukup	28	32	9	61	
Kurang	8	12	1	17	
<b>Total</b>	<b>55</b>	<b>68</b>	<b>12</b>	<b>135</b>	

Berdasarkan Tabel 4.2 hasil analisa bivariat tingkat pengetahuan *personal hygiene* dengan perilaku *personal hygiene* dengan uji statistik Spearman'rho menyatakan bahwa tidak terdapat hubungan tingkat pengetahuan

*personal hygiene* terhadap perilaku *personal hygiene* di SMA Muhammadiyah Pekanbaru, dengan hasil signifikan atau  $p$ -value 0.552 dimana ( $p > 0.05$ ) sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan *personal hygiene* terhadap perilaku *personal hygiene* remaja saat menstruasi di SMA Muhammadiyah Pekanbaru

## PEMBAHASAN

Personal hygiene menstruasi merupakan upaya meningkatkan kesehatan dan kebersihan saat menstruasi yang bertujuan untuk meningkatkan kesejahteraan fisik dan psikis suatu individu (Rosyida, 2019). Keberhasilan dalam menjaga perilaku *personal hygiene* saat menstruasi dipengaruhi oleh beberapa faktor. Dalam penelitian Sarkar et al (2017) menyebutkan mayoritas responden (50,2%) mendapatkan informasi mengenai menstruasi dari ibu mereka.

Berdasarkan penelitian Muthoharoh & Widiyawati (2018), menyebutkan bahwa pemberian health education berpengaruh terhadap perilaku vulva hygiene saat menstruasi pada remaja putri (nilai uji t-test =  $0,016 < 0,05$ ). Tersedianya sarana serta sumber informasi mampu menambah pengetahuan mengenai menstruasi terutama *personal hygiene* atau vulva hygiene remaja saat menstruasi. Bertambahnya pengetahuan remaja dapat meningkatkan perilaku hygiene saat menstruasi.

Informasi dapat mempengaruhi perilaku remaja terhadap *personal hygiene* selama menstruasi. Informasi yang didapat bisa secara langsung maupun tidak langsung. Informasi langsung berasal dari petugas kesehatan, guru, orang tua, dan teman, sedangkan informasi tidak langsung dapat berupa brosur, iklan, video edukasi, dan buku.

Tujuan dari kebersihan diri adalah untuk meningkatkan kesehatan seseorang, menjamin kebersihan diri, meningkatkan kebersihan diri yang buruk, mencegah penyakit, meningkatkan rasa percaya diri, dan menciptakan kecantikan. Kebersihan pribadi dipengaruhi oleh tujuh faktor: citra tubuh seseorang, praktik sosial, status sosial ekonomi, pengetahuan, budaya,

kebiasaan, dan kondisi fisik. Dalam penelitian ini, perilaku kebersihan menstruasi merupakan upaya atau tindakan untuk menghindari terjadinya masalah

Kurang optimalnya upaya menjaga kebersihan diri mengakibatkan dampak psikologis pada manusia, khususnya permasalahan sosial terkait kebersihan diri sebagai berikut: Gangguan fisik seperti kebutuhan akan rasa aman, kebutuhan untuk mencintai dan dicintai, kebutuhan akan harga diri, kebutuhan aktualisasi diri, terganggunya interaksi sosial, dan banyaknya gangguan kesehatan yang diderita seseorang ketika terganggu. Ketidakmampuan untuk menjaga kebersihan pribadi yang baik. Penyakit fisik yang umum terjadi antara lain gangguan integritas

#### KESIMPULAN

tidak terdapat hubungan tingkat pengetahuan *personal hygiene* terhadap perilaku *personal hygiene* di SMA Muhammadiyah Pekanbaru, dengan hasil signifikan atau  $p$ -value 0.552 dimana ( $p > 0.05$ ) sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan *personal hygiene* terhadap perilaku *personal hygiene* remaja saat menstruasi

#### DAFTAR PUSTAKA

- [1] Cahyaning, F. (2018). Gambaran Lama Haid. Jurnal Jurusan Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta. Tersedia dalam <http://Eprints.Ums.Ac.Id/59731/17/Naskah%20publikasi%20ii.Pdf>. Diakses tanggal 12 februari 2019.
- [2] Daradjat, Zakia (2016) Kesehatan Mental, Jakarta : Gunung Agung.
- [3] Guarango, P. M. (2022). Hubungan Tingkat Pengetahuan Personal Hygiene Dengan Perilaku Personal Hygiene Remaja Saat Menstruasi. In *γ787* (Issue 8.5.2017).
- [4] Kusmiran, Eny. 2014. Kesehatan Reproduksi Remaja dan Wanita. Jakarta: Salemba Medika
- [5] Muthoharoh, S. & Widiyawati, R. (2018). Pengaruh Health Education Terhadap Perilaku Vulva Hygiene Saat Menstruasi Anak Sd. Jurnal Nurse and Health, 7(1), 61–70. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5787960/?report=classic>
- [6] Nasution HB, & Pakpahan JES. (2021). Pengetahuan Dan Sikap Remaja Tentang Perubahan Fisik Pada Masa Pubertas. *Jurnal Keperawatan Flora*, 14(1), 9–15. <file:///C:/Users/novan/Downloads/2.+B.INTANG+2021-9-15.pdf>
- [7] N Panggih, 2015 Hubungan lama menstruasi, stress dan kebiasaan oalhraga dengan kejadian disminorea di SMA swagaya 2 purwokerta
- [8] Nuraini, Siti. 2018. Perbedaan Kadar Hemoglobin Sebelum Menstruasi dan Pasca Menstruasi . [Karya Tulis Ilmiah]. Jombang (ID) : STIKes Insan Sendekia Medika.
- [9] Lestari, T. (2015). Obstetry Gynecology Dasar. Yogyakarta: Nuha Medika.
- [10] Rosyida, D. A. C. (2019). Buku Ajar Kesehatan Reproduksi Remaja dan Wanita. Pustaka Baru.
- [11] Sarkar, I., Dobe, M., Dasgupta, A., Basu, R. & Shahbabu, B. (2017). Determinants of menstrual hygiene among school going adolescent girls in a rural area of West Bengal. *Journal of Family Medicine and Primary Care*, 6(3), 583–588. <https://doi.org/10.4103/2249-4863.222054>
- [12] Susanti, D., & Lutfiyati, A. (2020). Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Dengan Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi the Relationship of Adolescent Knowledge With Personal Hygiene Behavior When Menstruation. *Jurnal Kesehatan "Samodra Ilmu*, 11(02), 166–172. <https://stikes->

- yogyakarta.e-  
journal.id/JKSI/article/view/119
- [13] any, H. (2022). Batasan Remaja.  
*Keperawatan*, 1–23
- [14] Tarwoto Wartonah, (2011). *Kebutuhan Dasar Manusia dan Proses Keperawatan*  
Jakarta: Salemba Medika