

## Gambaran Pengetahuan Menstrual Hygiene Management pada Santriwati di Pondok Pesantren Darussalam Kasomalang

Fella Arzetta Perdiansyah \*, Eka Nurhayati, Susan Fitriyana

Prodi Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran, Universitas Islam Bandung, Indonesia.

Fellaarzett22@gmail.com, eka.nurhayati@unisba.ac.id, susanfitriyananugraha@gmail.com

**Abstract.** Menstrual hygiene management (MHM) is an effort of hygiene and health in adolescent girls during menstruation. Menstrual hygiene management has three aspects; aspects of menstrual knowledge, aspects of menstrual product and supporting facilities needed to manage menstruation effectively. MHM knowledge is important for adolescent girls to prevent reproductive health problems such as reproductive tract infections, cervical cancer, sexually transmitted infections, and has a negative impact on pregnancy outcomes. This study aims to describe the level of knowledge about Menstrual Hygiene Management among female students of Madrasah Tsanawiyah at Darussalam Kasomalang Islamic Boarding School. The study used descriptive method with a total of 185 respondents selected by total sampling. Data was collected through questionnaires regarding the characteristics of respondents and knowledge of menstrual hygiene management. The results showed that the majority of respondents were in early adolescence (91.4%) with a good knowledge level of 64.9%. However, there was still a lack of knowledge in several aspects, such as knowledge of the smell of menstrual blood (35.7%), the origin of menstrual blood (20.5%) and how to clean genital organs (67.6%). Based on the results of this study, it shows the importance of education about menstrual hygiene management from an early age and the provision of adequate facilities in the pesantren environment to support adolescent girls during their menstrual period.

**Keywords:** *Reproductive Health, Menstrual Hygiene Management, Knowledge.*

**Abstrak.** Menstrual hygiene management (MHM) merupakan upaya kebersihan dan kesehatan pada remaja perempuan selama menstruasi. Menstrual hygiene management memiliki tiga aspek yaitu aspek pengetahuan menstruasi, aspek pengetahuan produk menstruasi dan fasilitas pendukung yang diperlukan untuk mengelola menstruasi secara efektif. Pengetahuan MHM penting bagi remaja perempuan untuk mencegah masalah kesehatan reproduksi seperti infeksi saluran reproduksi, kanker serviks, infeksi menular seksual, dan berdampak negatif pada hasil kehamilan. Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan tingkat pengetahuan mengenai Menstrual Hygiene Management pada santriwati Madrasah Tsanawiyah di Pondok Pesantren Darussalam Kasomalang. Penelitian menggunakan metode deskriptif dengan total 185 responden yang dipilih secara total sampling. Data dikumpulkan melalui kuesioner mengenai karakteristik responden dan pengetahuan mengenai menstrual hygiene management. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden berada pada usia remaja awal (91,4%) dengan tingkat pengetahuan baik sebesar 64,9%. Namun masih terdapat pengetahuan yang kurang pada beberapa aspek, seperti pengetahuan bau darah menstruasi (35,7%), asal darah menstruasi (20,5%) dan cara membersihkan organ genital (67,6%). Berdasarkan hasil penelitian ini menunjukkan pentingnya edukasi mengenai menstrual hygiene management sejak dini serta penyediaan fasilitas yang memadai di lingkungan pesantren untuk mendukung remaja perempuan selama periode menstruasi.

**Kata Kunci:** *Kesehatan Reproduksi, Menstrual Hygiene Management, Pengetahuan.*

## A. Pendahuluan

Menurut World Health Organization (WHO) remaja merupakan kelompok individu yang dimulai dari usia 10 sampai 19 tahun. Pada masa remaja, terjadi perkembangan organ reproduksi, baik secara primer maupun sekunder. Pada perempuan, perkembangan ini ditandai dengan menstruasi pertama (*menarche*) (WHO, 2024). Menstruasi sering tidak dibahas secara terbuka khususnya di Indonesia karena dianggap sebagai topik yang tidak nyaman dan memalukan sehingga sulit bagi remaja perempuan untuk memberitahukan perubahan yang sedang terjadi di tubuh mereka (Yalew et al., 2021). Remaja perempuan yang tidak diberikan pemahaman mengenai menstruasi sebagai fungsi tubuh yang normal cenderung akan mengalami perasaan kotor dan malu. Hal ini juga memiliki dampak yang signifikan terhadap cara pandang remaja perempuan dalam menyikapi proses menstruasi dan praktik mereka dalam menjaga kebersihan alat reproduksi selama menstruasi (Tshomo et al., 2021).

*Menstrual hygiene management* merupakan upaya kebersihan dan kesehatan pada remaja perempuan selama menstruasi, termasuk pengetahuan, bahan dan fasilitas yang diperlukan untuk mengelola menstruasi secara efektif (Davis et al., 2018). Pengetahuan tentang *menstrual hygiene management* di Indonesia sampai saat ini masih kurang baik (Nnennaya et al., 2021). Permasalahan *menstrual hygiene management* ini sering terjadi di negara-negara berkembang seperti Indonesia, India dan Myanmar. Penelitian terdahulu yang dilakukan *United Nations International Children's Emergency Fund* (UNICEF) di Indonesia pada tahun 2019 menunjukkan bahwa banyak remaja perempuan yang tidak mendapatkan informasi tentang *menstrual hygiene* yang benar. Pengetahuan yang buruk dikalangan remaja perempuan juga digambarkan dengan data statistik Indonesia yang menunjukkan bahwa terdapat 43,3 juta remaja perempuan melakukan praktik *menstrual hygiene* yang buruk, seperti tidak mengganti pembalut setiap empat jam, membuang limbah produk sembarangan, dan tidak membersihkan organ genital mereka dari depan ke belakang (Singh et al., 2023).

Penerapan *menstrual hygiene management* yang buruk memiliki dampak negatif terhadap kesehatan reproduksi remaja. Seperti dismenore, sakit kepala, pendarahan berlebihan, lemas, dan kram perut. Kurangnya pengetahuan mengenai *menstrual hygiene management* dapat menimbulkan kebocoran, dan rasa malu seputar darah menstruasi (Sahiledengle et al., 2022). Masalah-masalah ini tidak hanya berdampak pada kemampuan mereka untuk bersekolah dan mencapai kemajuan akademis, tetapi juga menghambat keterlibatan sosial dan aktivitas dasar sehari-hari. Selain itu, masalah-masalah ini mempunyai konsekuensi jangka panjang terhadap kesehatan ibu dan reproduksi, meningkatkan kemungkinan terjadinya infeksi saluran reproduksi, kanker serviks, infeksi menular seksual, dan berdampak negatif pada hasil kehamilan (Wihdaturrahmah et al., 2023) (Khusnul Mulya Kautsar et al., 2023). Sebaliknya, apabila seluruh perempuan dari awal menstruasi sudah memiliki pengetahuan yang baik tentang *menstrual hygiene management*, maka akan berdampak positif terhadap kesehatan diri mereka dan dapat menyebarkan cara untuk mengelola menstruasi yang lebih aman dan higienis (Anand et al., 2022).

Pengelolaan sampah pembalut yang tidak baik akibat kurangnya pengetahuan mengenai *menstrual hygiene management* juga memiliki dampak terhadap lingkungan. Rata-rata perempuan menggunakan 24 produk menstruasi seperti pembalut, tampon, atau *pantyliner* perbulan dikalikan dengan jumlah remaja perempuan di Indonesia yang berdampak pada volume sampah pembalut di Indonesia mencapai 26 ton setiap harinya. Hal tersebut diperburuk oleh kandungan zat kimia yang berbahaya bagi kesehatan tubuh dan lingkungan, seperti polimer sintetik, *phthalates*, dan *chlorine* yang sulit terurai (Wihdaturrahmah et al., 2023) (Anand et al., 2022).

## B. Metode

Penelitian ini menggunakan desain penelitian deskriptif untuk menggambarkan tingkat pengetahuan santriwati *Madrasah Tsanawiyah* (MTs) di Pondok Pesantren Darussalam Kasomalang tentang *Menstrual Hygiene Management* (MHM). Populasi target dalam penelitian ini adalah seluruh santriwati *Madrasah Tsanawiyah* Pondok Pesantren Darussalam Kasomalang. Populasi terjangkau terdiri dari santriwati yang aktif di *Kulliyatul'ulum Al-Islamiyah* 1, 2, dan 3. Sampel penelitian diambil sebanyak 185 santriwati dengan menggunakan teknik total sampling, dengan kriteria inklusi yang mencakup santriwati yang aktif dan bersedia berpartisipasi sebagai responden dalam penelitian ini. Pengumpulan data dilakukan melalui penyebaran kuesioner dalam bentuk hard copy. Kuesioner sebanyak 11 soal tentang karakteristik responden dan 15 soal tentang *menstrual hygiene management*.

Pengetahuan santriwati mengenai *menstrual hygiene management* kemudian dikategorikan menjadi tiga tingkat: pengetahuan dianggap baik apabila nilai mencapai 76-100%, cukup apabila nilai mencapai 56-75%, dan kurang apabila nilai mencapai  $\leq 55\%$ .

### C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Total responden pada penelitian ini sebanyak 185 santriwati *Madrasah Tsanawiyah (MTs)* yang merupakan santriwati Pondok Pesantren Darussalam Kasomalang. Hasil penelitian diklasifikasikan berdasarkan karakteristik responden seperti kelas, usia, *menarche*, tempat tinggal, domisili, suku, pendidikan Ayah, pendidikan Ibu, pekerjaan Ayah, pekerjaan Ibu, dan uang saku yang disajikan pada Tabel 1.

**Tabel 1.** Karakteristik Responden

Karakteristik Responden	n	%	IK 95%	
			Lower	Upper
<b>Kelas</b>				
Kelas K1	60	32,4		
Kelas K2	67	36,2	1,87	2,11
Kelas K3	58	31,4		
<b>Usia</b>				
Remaja Awal (11-14 Tahun)	169	91,4		
Remaja Menengah (15-17 Tahun)	16	8,6	1,05	1,13
<b>Menarche</b>				
Belum <i>Menarche</i>	15	8,1		
Menstruasi Prekoks	100	54,1	2,21	2,39
Menstruasi Normal	70	37,8		
<b>Tempat tinggal</b>				
Subang	83	44,9	0,48	0,62
Luar Subang	102	55,1		
<b>Suku</b>				
Sunda	169	91,4		
Jawa	10	5,4		
Minang	2	1,1	0,07	0,26
Lainnya	4	2,2		
<b>Domisili sekarang</b>				
Bersama kedua orangtua	21	11,4		
Hanya dengan Ayah	1	0,5	2,52	2,79
Dengan teman sebaya	163	88,1		
<b>Pendidikan Ayah</b>				
SD	11	5,9		
SMP	11	5,9		
SMA	103	55,7	3,12	3,39
S1	40	21,6		
Lainnya	20	10,8		
<b>Pekerjaan Ayah</b>				
Petani	8	4,3		
PNS	21	11,4	1,91	2,11
Wiraswasta	117	63,2		
Lainnya	39	21,1		
<b>Pendidikan Ibu</b>				
SD	6	3,2		
SMP	21	11,4		
SMA	100	54,1	3,11	3,38
S1	38	20,5		
Lainnya	20	10,8		
<b>Pekerjaan Ibu</b>				
Ibu rumah tangga	117	63,2		
PNS	19	10,3	0,57	0,88

Karakteristik Responden	n	%	IK 95%	
			Lower	Upper
Wiraswasta	32	17,3		
Lainnya	17	9,2		
<b>Uang saku</b>				
Ya	185	100	0	0

**Tabel 2.** Pengetahuan Responden Mengenai Menstrual Hygiene Management

Tingkat Pengetahuan	Jumlah Responden	Persentase
Kurang	3	1,6%
Cukup	62	33,5%
Baik	120	64,9%
<b>Total</b>	<b>185</b>	<b>100%</b>

### Analisis dan Pembahasan

Seluruh responden dalam penelitian ini merupakan santriwati *Madrasah Tsanawiyah (MTs)* yang berusia antara 11- 15 tahun. Usia tersebut termasuk ke dalam klasifikasi remaja menurut World Health Organization (WHO) (Pertiwi et al., 2020). Pada masa remaja terjadi perkembangan primer dan sekunder pada organ reproduksi. Pada perempuan ditandai dengan menarche (Fahham, 2019). Menarche dianggap normal jika terjadi antara usia 12 sampai 15 tahun. Apabila perempuan mengalami menarche sebelum usia 12 tahun menunjukkan bahwa perempuan tersebut telah memproduksi hormon estrogen lebih awal. Kondisi tersebut dikenal sebagai early menarche atau menstruasi prekoks. Berdasar kepada hasil penelitian pada santriwati *Madrasah Tsanawiyah (MTs)* terdapat 100 orang (54,1%) santriwati mengalami menstruasi prekoks (Adam et al., 2022). Banyak faktor yang memengaruhi waktu kecepatan menarche remaja seperti faktor genetik, status gizi, media massa.

Pengetahuan mengenai menstrual hygiene management mencakup tiga aspek yaitu pengetahuan menstruasi, pengetahuan produk menstruasi, dan pengetahuan fasilitas pendukung menstruasi. Remaja dapat memperoleh pengetahuan mengenai kesehatan reproduksi melalui peran ibu sebagai sumber edukasi utama yang dapat berpengaruh terhadap pengetahuan *menstrual hygiene management* bagi remaja perempuan (Asumah et al., 2022). Remaja perempuan yang tinggal terpisah dari ibunya cenderung mengalami keterbatasan dalam mendapatkan informasi serta dukungan emosional. Hal ini dapat berdampak pada kurangnya pengetahuan mereka tentang *menstrual hygiene management*, munculnya rasa malu, kecenderungan untuk menarik diri, dan anggapan bahwa topik ini adalah hal yang tabu. Akibatnya, remaja perempuan tersebut mungkin menghadapi kesulitan dalam menjaga kesehatan reproduksi secara optimal. Namun pada santriwati *Madrasah Tsanawiyah (MTs)* Pondok Pesantren Darussalam Kasomalang yang tinggal terpisah dengan ibunya sebanyak 88,1% tetap menunjukkan tingkat pengetahuan yang baik mengenai *menstrual hygiene management* yang dapat dipengaruhi oleh peran ustadzah. Selama menjalani periode menstruasi santriwati tetap mendapatkan informasi melalui program keputrian yang dibimbing oleh ustadzah secara langsung. Program keputrian dapat menjadi sarana informasi yang dapat menambah pengetahuan santriwati mengenai menstruasi (Nnennaya et al., 2021).

Berdasar kepada hasil penelitian sebanyak 35,7% responden menjawab dengan salah mengenai bau darah menstruasi. Mereka berpendapat bahwa darah menstruasi yang normal adalah yang berbau busuk, hal ini selaras dengan penelitian yang dilakukan di Ghana pada tahun 2022 yang menemukan beberapa remaja berpendapat bahwa darah menstruasi berbau busuk. Terdapat perbedaan pendapat mengenai bau darah menstruasi yang dikemukakan oleh Majelis Ulama Indonesia (MUI) yang berpendapat bahwa darah menstruasi memiliki bau busuk yang disebabkan oleh sel-sel telur yang telah mati (Nur Cholifah et al., 2021) (Saribanon et al., 2016) (Fahham, 2019).

Berdasar kepada hasil penelitian, beberapa santriwati belum mengetahui asal darah menstruasi. Setelah dilakukan wawancara secara langsung dengan salah satu ustadzah beliau mengatakan bahwa belum semua santriwati mendapatkan materi mengenai organ reproduksi manusia sehingga pengetahuan mengenai kesehatan reproduksi kurang baik. Pada hasil penelitian mengenai produk pendukung *menstrual hygiene management* didapatkan bahwa responden paling banyak

menjawab dengan benar pada benda yang digunakan saat menstruasi dan pengetahuan dalam mencuci pembalut sebanyak 185 orang. Pembalut adalah benda yang digunakan oleh perempuan untuk menampung darah menstruasi. Pada tahun 2015 Unicef pernah melakukan penelitian di Indonesia mengenai produk menstruasi. Mayoritas responden memilih menggunakan pembalut sekali pakai karena pembalut sekali pakai lebih populer, lebih mudah dipakai, dicuci, dan dibuang (Luberty et al., 2021) (Pertiwi et al., 2020).

Santriwati paling banyak menjawab dengan salah pada pertanyaan mengenai pengetahuan membersihkan organ genital hal ini selaras dengan penelitian yang dilakukan di Pondok Pesantren Darussalam Kecamatan Ciomas Kabupaten Bogor pada tahun 2018 menemukan banyak santriwati yang belum memahami cara membersihkan organ genital dengan tepat, kurangnya pengetahuan santriwati mengenai cara membersihkan organ genital dikarenakan kurangnya edukasi (Fadilasani et al., 2023).

Pengetahuan menstrual hygiene management mencakup aspek mengenai fasilitas pendukung menstruasi, namun peneliti tidak melakukan penelitian khusus mengenai aspek ini. Penelitian dilakukan melalui wawancara langsung yang menghasilkan data bahwa Pondok Pesantren Darussalam Kasomalang Subang memiliki jumlah kamar mandi sebanyak 38, dengan kondisi water closet (WC) terpisah dengan kamar mandi dan berjumlah 12 dengan ukuran 1,5m<sup>2</sup> x 1,5m<sup>2</sup>. Ukuran kamar mandi di Pondok Pesantren Darussalam sudah sesuai dengan rekomendasi ukuran kamar mandi pendukung menstrual hygiene management. Penelitian yang dilakukan oleh Achmad Muchaddam pada tahun 2019 dalam sebuah pondok pesantren, setiap 50-60 santriwati idealnya memiliki 6 kamar mandi. Berdasarkan perhitungan tersebut, Pondok Pesantren Darussalam Kasomalang, dengan 271 santriwati membutuhkan setidaknya 24–30 kamar mandi untuk memenuhi kebutuhan mereka secara optimal (Singh et al., 2023).

#### **D. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil yang telah diperoleh maka dapat disimpulkan bahwa mayoritas responden didominasi oleh remaja awal sebanyak 169 orang (91,4%) dan sebanyak 100 orang (54,1%) responden mengalami menstruasi prekoks. Responden memiliki pengetahuan yang baik mengenai *menstrual hygiene management* sebanyak 120 orang (64,9%), selain itu terdapat responden yang memiliki pengetahuan cukup sebanyak 62 orang (33,5%) dan pengetahuan yang kurang sebanyak 3 orang (1,6%).

#### **Ucapan Terimakasih**

Peneliti menyampaikan rasa terima kasih dan apresiasi yang sebesar-besarnya kepada Pondok Pesantren Darussalam Kasomalang, Subang. Atas dukungan dan izin yang diberikan sehingga penelitian ini dapat berlangsung dengan baik dan lancar

#### **Daftar Pustaka**

- Khusnul Mulya Kautsar, Meike Rachmawati, & Harvi Puspa Wardani. (2023). Pap Smear sebagai Metode Deteksi Dini Kanker Serviks. *Jurnal Riset Kedokteran*, 7–12. <https://doi.org/10.29313/jrk.vi.1775>
- WHO. Mental health of adolescents [Internet]. World Health Organization. 2024 Oct 10. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>
- Yalew M, Adane B, Arefaynie M, Kefale B, Damtie Y, Mitiku K, et al. Menstrual hygiene practice among female adolescents and its association with knowledge in Ethiopia: A systematic review and meta-analysis. *PLOS ONE*. 2021 Agu 04;16(8):e0254092.

- Tshomo T, Gurung MS, Shah S, Gil-Cuesta J, Maes P, Wangdi R, et al. Menstrual Hygiene Management—Knowledge, Attitudes, and Practices Among Female College Students in Bhutan. *Front. Reprod. Heal.* 2021 Agu 27;3.
- Davis J, Macintyre A, Odagiri M, Suriastini W, Cordova A, Huggett C, et al. Menstrual hygiene management and school absenteeism among adolescent students in Indonesia: evidence from a cross-sectional school-based survey. *Trop. Med. Int. Heal.* 2018 Des 29;23(12):1350–63.
- Nnennaya EU, Atinge S, Dogara SP, Ubandoma RJ. Menstrual hygiene management among adolescent school girls in Taraba State, Nigeria. *Afr. Health Sci.* 2021 Agu 02;21(2):842–51.
- Singh G, Gupta A, Anand N, Kumar R. Determinants of menstrual hygiene among adolescent school girls in a rural area of Patna, Bihar, India: A cross-sectional study. *J. Fam. Med. Prim. Care.* 2023 Des 01;12(12):3271–8.
- Sahiledengle B, Atlaw D, Kumie A, Tekalegn Y, Woldeyohannes D, Agho KE. Menstrual hygiene practice among adolescent girls in Ethiopia: A systematic review and meta-analysis. Ravindran B, editor. *Plos One.* 2022 Jan 04;17(1):e0262295.
- Wihdaturrahmah, Chuemchit M. Determinants of Menstrual Hygiene Among Adolescent School Girls in Indonesia. *Int. J. Womens. Health.* 2023 Jun 08;15:943–54.
- Anand U, Vithanage M, Rajapaksha AU, Dey A, Varjani S, Bontempi E. Inapt management of menstrual hygiene waste (MHW): An urgent global environmental and public health challenge in developed and developing countries. *Heliyon.* 2022 Jul;8(7):e09859.
- Amy E.Lacroix ; Hurria Gondal ; Karlie R. Shumway ; Michelle D. Langaker . *Fisiologi, Menarche.* 2023 Mar 11;
- Florentis Yustanta Kebidanan B, Karya Husada Kediri S, Florentis Yustanta B. *Science Midwifery Analysis of factors associated with early menarche in adolescents [Internet]. Vol. 11, Science Midwifery. Online; 2023.*
- Asumah MN, Abubakari A, Aninanya GA, Salisu WJ. Menstrual hygiene management among adolescents: a qualitative study in the West Gonja municipality of the Savannah Region, Ghana. *Pan Afr. Med. J.* 2022 Feb 18;41(146):1–13.

- Nur Cholifah RD, Kusumawardhani PA, Azizah N. The Use of Antiseptic Soap with Vaginal Discharge. *Jurnal Kebidanan Midwifery*. 2021 Oct 4;7(2):85–92.
- Saribanon N, Thahir M, Salamah U, Prabowo H, Parouq SF, Huda M. Haid dan Kesehatan Menurut Ajaran Islam. Jakarta: Sekolah Pascasarjana Universitas Nasional; 2016.
- Fahham AM. Sanitasi dan dampaknya bagi kesehatan: studi dari pesantren. *Aspir. J. Masal. Sos.* 2019 Jun 01;10(1):33-47.
- Luberty Warashinta D, Astari AM, Merdikawati A. Analysis Of The Use Of Menstrual Pad, Tampons, And Menstrual Cup During Menarche. *Journal of Community Health and Preventive Medicine.* 1(2):2021.
- Pertiwi FD, Sari MM, Sismayanti E. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Terhadap Kebersihan Organ Genital di Pondok Pesantren Darussalam Kabupaten Bogor Tahun 2018. *Abdi Dosen J. Pengabd. Pada Masy.* 2020 Sep 02;4(3):343–9.
- Fahham AM. Sanitasi dan dampaknya bagi kesehatan: studi dari pesantren. *Aspir. J. Masal. Sos.* 2019 Jun 01;10(1):33-47.
- Adam FI, Kadir S, Abudi R. Relationship Between Body Mass Index (BMI) and Age of Menarche in Adolescent Girls at MTS Negeri 3 Gorontalo Regency. *J. Heal. Sci. Gorontalo J. Heal. Sci. Community.* 2022 Oct 27;6(3):272–83.
- Alfi NR. Gambaran Perilaku Personal Hygiene Pada Remaja Saat Menstruasi di Masa New Normal di Kota Pekabaru. *J. Kesehat. Ilm. Indones. (Indonesian Heal. Sci. Journal).* 2022 Des 14;7(2):61–72.
- Tshomo T, Gurung MS, Shah S, Gil-Cuesta J, Maes P, Wangdi R, et al. Menstrual Hygiene Management—Knowledge, Attitudes, and Practices Among Female College Students in Bhutan. *Front. Reprod. Heal.* 2021 Agu 27;3.
- Shumie ZS, Mengie ZA. Menstrual hygiene management knowledge, practice and associated factors Among School Girls, Northeast Ethiopia. *PLOS ONE.* 2022 Jul 19;17(7):e0271275.
- Nnennaya EU, Atinge S, Dogara SP, Ubandoma RJ. Menstrual hygiene management among adolescent school girls in Taraba State, Nigeria. *Afr. Health Sci.* 2021 Agu 02;21(2):842–51.

Singh G, Gupta A, Anand N, Kumar R. Determinants of menstrual hygiene among adolescent school girls in a rural area of Patna, Bihar, India: A cross-sectional study. *J. Fam. Med. Prim. Care.* 2023 Des 01;12(12):3271–8.

Fadilasani R, Sugito H, Purnamasari D. Pengetahuan Tentang Menstruasi Membentuk Sikap Positif Personal Hygiene Remaja Putri. *WOMB Midwifery J.* 2023 Jun 30;2(1):16–22.