

Faktor Sosial Budaya (Mitos) Mengenai Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Remaja Perempuan

Nurul Evi¹, Adinda Tiarani Dania Uly, Amalia Putri Kurniawati, Eka Cahyani Aulia Putri, Muhammad Dery Siraj Assauri, Syafa Nairah Aulia, Yasmin Nazilah
Universitas Negeri Malang, Jl. Semarang No. 5 Malang, Jawa Timur, Kode Pos 65145, Indonesia
Penulis korespondensi, Surel: nurul.evi.fik@um.ac.id

Abstract

WHO data states that adolescent girls aged 10-14 years from various countries have reproductive health problems, one of which is pruritus vulvae, while data from the Indonesian Central Statistics Agency states that as many as 43.3 adolescent girls aged 10-14 years have very poor hygiene behavior. Fulfilling self-care can be influenced by various factors, one of which is culture, which in this case is a myth about something that can limit a person's freedom to maintain personal hygiene. Therefore, this article aims to determine social and cultural factors in maintaining personal hygiene or personal hygiene behavior when adolescent girls experience menstruation. This research uses a descriptive method with theoretical references obtained through literature reviews from various scientific literature. Personal hygiene behavior regarding menstruation is influenced by individual beliefs regarding menstruation myths and prohibitions. These individual beliefs can be influenced by the lack of access to information and education received. Insufficient knowledge regarding personal hygiene behavior during menstruation can cause individuals to have limitations in behaving positively towards reproductive health so that it can have a negative impact on physical and emotional well-being. So based on the results obtained, there is a relationship between social culture and personal hygiene behavior in adolescent girls.

Keywords: Socio-Cultural, Personal Hygiene, Menstruation

Abstrak

Data WHO menyebutkan remaja putri dengan usia 10-14 tahun dari berbagai negara mempunyai permasalahan kesehatan reproduksi salah satunya pruritus vulvae, sedangkan pada data badan pusat statistik Indonesia menyebutkan sebanyak 43,3 jiwa remaja putri dengan usia 10-14 tahun memiliki perilaku hygiene yang sangat buruk. Dalam memenuhi perawatan diri dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, salah satunya budaya yang mana dalam hal ini adalah mitos mengenai sesuatu yang dapat membatasi kebebasan seseorang dalam menjaga kebersihan diri. Oleh karena itu, artikel ini bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor sosial dan budaya dalam menjaga kebersihan diri atau perilaku personal hygiene saat remaja perempuan mengalami menstruasi. Pada penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan referensi teori yang diperoleh melalui kajian literatur dari berbagai literatur ilmiah. Perilaku personal hygiene tentang menstruasi dipengaruhi oleh kepercayaan individu terkait mitos dan larangan menstruasi. Kepercayaan individu tersebut dapat dipengaruhi oleh kurangnya akses informasi dan pendidikan yang diterima. Pengetahuan yang kurang mengenai perilaku personal hygiene selama menstruasi dapat menyebabkan individu memiliki keterbatasan dalam berperilaku positif terhadap kesehatan reproduksi sehingga dapat berdampak negatif untuk kesejahteraan fisik dan emosional. Maka berdasarkan hasil yang diperoleh tersebut terdapat hubungan antara sosial budaya dengan perilaku personal hygiene pada remaja perempuan.

Kata kunci: Sosial Budaya, Personal Hygiene, Menstruasi

1. Pendahuluan

Perawatan diri saat menstruasi sangat dibutuhkan dan penting untuk dijaga kebersihannya, karena bakteri yang mudah masuk dan menyebabkan penyakit melalui saluran reproduksi pada wanita. Pembalut seharusnya tidak digunakan lebih dari enam jam jika telah terkena darah menstruasi, karena akan menyebabkan berbagai penyakit jadi pembalut harus diganti sesering mungkin. Penelitian (Sabaruddin et al., 2021) di tahun 2020 terhadap 20 siswi yang sedang mengalami menstruasi menemukan bahwa 60% atau 12 siswi memiliki kebiasaan kebersihan individu yang buruk. Diantaranya adalah tidak mengganti pakaian dalam minimal dua kali sehari, tidak menggunakan tisu untuk membersihkan bagian kewanitaan, dan hanya mencuci rambut pada hari terakhir menstruasi (Deviliawati & Sayati, 2024).

Perilaku personal hygiene adalah tindakan menjaga kebersihan dan kesehatan individu untuk kesehatan fisik dan mental. Kesehatan dan kebersihan saat menstruasi merupakan perbincangan yang banyak dibicarakan di kalangan masyarakat. Kebiasaan menjaga kebersihan, termasuk kebersihan organ seksual atau reproduksi, merupakan awal dari menjaga kebersihan (Ayatullah et al., 2024). Jika seseorang sedang mengalami sakit, masalah kesehatan seringkali kurang mendapatkan perhatian. Hal ini terjadi karena mereka menganggap kebersihan adalah hal yang tidak perlu diperhatikan padahal penting untuk diperhatikan, hal tersebut dapat berdampak pada kesehatan individu secara keseluruhan (Muzakkir et al., 2020).

Dalam Riset Kesehatan Dasar (2018) menurut data pengamatan yang telah dilaksanakan oleh World Health Organization (WHO) di berbagai negara, anak perempuan usia 10 hingga 14 tahun memiliki masalah reproduksi, salah satunya adalah pruritus *vyvae*. Badan Pusat Statistik Indonesia menunjukkan bahwa 43,3 anak perempuan usia 10 hingga 14 tahun mengalami masalah kebersihan individu yang sangat buruk (Mayasari et al., 2021). Data SKRRI (Survei Kesehatan Reproduksi Remaja Indonesia) menunjukkan bahwa 21,6% remaja secara nasional menjaga kebiasaan kebersihan diri yang benar. Hasil survei menunjukkan 28% remaja telah terpapar informasi dari PIK-Remaja (Pusat Informasi dan Konseling Remaja). Artinya, hanya 28 dari 100 remaja yang mampu mengikuti kegiatan informasi kesehatan reproduksi terkait menstruasi. Angka kejadian penyakit menular saluran reproduksi adalah 35% hingga 42% terhadap remaja (10-18 tahun) dan 27% hingga 33% terhadap dewasa muda (18-22 tahun) (Aifa & Desriva, 2022).

Masalah terkait menstruasi yang dihadapi wanita setiap bulannya antara lain keputihan 19%, rasa gatal-gatal pada alat kelamin 25%, sindrom pramenstruasi 36%, ketidaknyamanan menstruasi 35%, pendarahan menstruasi berat 10%, dan orang mengalami kram perut. Menstruasi juga dapat menyebabkan remaja putri merasa cemas, takut dan kurang percaya pada diri sendiri. Salah satu penyebab keputihan adalah kebersihan individu yang buruk ketika sedang menstruasi (Fitriwati & Arofah, 2021). Penerapan perawatan diri dipengaruhi oleh berbagai faktor antara lain budaya, nilai sosial pribadi atau keluarga, pelaksanaan perawatan diri serta persepsi terhadap perawatan individu dan upaya individu dalam menjaga kebersihan diri agar terhindar dari penyakit (Sibua et al., 2023).

Dalam beberapa budaya di daerah, menstruasi masih dianggap hal tabu, dan pendidikan yang tepat dapat membantu mengubah persepsi ini. Budaya dan tradisi lokal seringkali mempengaruhi cara perempuan dalam mengelola menstruasi mereka. Banyaknya keyakinan atau budaya, seperti larangan bermain di luar saat menstruasi dan tidak adanya tempat membuang pembalut bekas, juga berkontribusi terhadap kebiasaan siswa membuangnya ke toilet atau di mana pun di toilet sekolah. Banyak mitos dan kepercayaan seputar menstruasi yang ternyata berbahaya bagi kesehatan wanita. Misalnya, ada kesalahpahaman bahwa kita tidak boleh keramas saat menstruasi. Membersihkan diri saat haid, termasuk keramas, memang wajib, bukan dilarang. Faktanya, mandi dan mencuci rambut setiap hari selama menstruasi dapat membantu menjaga tubuh tetap segar dan melindunginya dari bakteri, infeksi, dan bau (Syamsuddin & Hanum, 2024).

Dalam hal ini faktor keluarga sangat diperlukan yaitu untuk menjaga kesehatan keluarga terutama untuk memenuhi kebutuhan kebersihan diri pada saat menstruasi yang kurang karena keluarga sering menjadi reaktor masalah kesehatan dan berperan penting dalam menentukan masalah kesehatan anggota keluarga (Musdalifah et al., 2022). Oleh karena itu, artikel ini bertujuan untuk mengetahui faktor sosial budaya (mitos) mengenai personal hygiene saat menstruasi pada remaja perempuan.

2. Metode

Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan metode deskriptif, yaitu jenis penelitian studi literatur. Tujuan utama dari metode ini adalah untuk menggambarkan secara detail hasil temuan peneliti berdasarkan beberapa artikel jurnal yang telah diidentifikasi. Penulis menggunakan beberapa artikel ini sebagai referensi teoritis untuk mempertimbangkan kasus dan permasalahan yang dihadapi dalam penelitian ini. Referensi teori yang diperoleh menjadi landasan utama dan alat penting dalam proses penelitian. Dalam hal sumber data atau objek kajian, penelitian ini mengambil beberapa artikel ilmiah dari jurnal baik nasional maupun internasional.

Pemilihan artikel jurnal dilakukan berdasarkan kriteria seleksi yang mencakup relevansi, tanggal publikasi, kredibilitas dan kualitas, serta metodologi dan temuan. Penulis menggunakan 21 artikel jurnal sebagai referensi teoritis, dipilih berdasarkan pertimbangan yang cermat. Artikel harus relevan dengan topik penelitian dan diterbitkan antara tahun 2019 hingga 2024 untuk memastikan data dan informasi yang diperoleh adalah terbaru dan relevan. Kredibilitas artikel diukur melalui publikasinya di jurnal-jurnal bereputasi baik, baik nasional maupun internasional. Selain itu, artikel harus memiliki metodologi yang jelas dan temuan yang dapat diandalkan. Proses seleksi dimulai dengan penelusuran kata kunci yang relevan dalam database, dilanjutkan dengan screening judul dan abstrak artikel untuk evaluasi relevansi awal, kemudian membaca keseluruhan artikel untuk memastikan metodologi dan temuan sesuai dengan kebutuhan penelitian dan terakhir menyusun daftar artikel yang memenuhi kriteria untuk dijadikan referensi dalam penelitian. Dengan menggunakan artikel jurnal tersebut, penulis berusaha untuk mendapatkan pemahaman yang komprehensif dan terkini terkait dengan topik yang diteliti. Berikut beberapa artikel jurnal yang digunakan :

Penulis	Judul	Metode	Isi
Ayatullah, Musiana, Pannyiwi, Rahmat, Yuniyanti, Ayu Tri, Rahmawati Dwi, Liviana Agustini, D. (2024).	“Analisis Faktor terhadap Personal Hygiene pada Remaja Putri SMA Cokroaminoto Makassar”	Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah survei analitik, dengan pendekatan Cross-Sectional.	Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa pengetahuan, status sosial ekonomi, dan kepercayaan (kebudayaan) merupakan faktor yang penting dalam meningkatkan kebersihan diri remaja putri SMA Cokroaminoto Makassar. Upaya untuk meningkatkan kebersihan diri remaja putri perlu dilakukan dengan mempertimbangkan ketiga faktor tersebut.
Aifa, W. E., & Desriva, N. (2022)	“Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Siswi Kelas XI Di Sma N 14 Pekanbaru”	Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah jenis kuantitatif dengan penelitian bersifat analitik dengan menggunakan pendekatan cross sectional.	Berdasarkan hasil penelitian dalam jurnal tersebut pengetahuan, sikap, budaya, didikan orang tua, dan sumber informasi berkaitan dengan pola kebersihan diri ketika menstruasi siswi SMAN 14 Pekanbaru.
Fitriwati, C. I., & Arofah, S. (2021)	“Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kebersihan Diri Selama Menstruasi Pada Remaja Putri Di Pondok Pesantren Yayasan Nurul Islam Kabupaten Bungo”	Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan pendekatan studi cross sectional	Terdapat beberapa faktor yang memiliki pengaruh terhadap kebersihan diri remaja putri di Pondok Pesantren Yayasan Nurul Islam ketika menstruasi yaitu pengetahuan, pola interaksi orang tua, solidaritas sesama teman dan kebudayaan.
Hamidah, E. N., Realita, F., &	“Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Perilaku	Penyusunan artikel ilmiah ini menggunakan tipe metode	Berdasarkan hasil analisis, faktor yang memiliki pengaruh terhadap perilaku kebersihan diri ketika menstruasi remaja putri adalah pengaruh didikan orang tua khususnya ibu, kondisi sosial dan

Kusumaningsih, M. R. (2022)	Personal Hygiene saat Menstruasi pada Remaja Putri: Literature Review”	literatur review	ekonomi keluarga, wawasan remaja, masa pubertas, ketersediaan fasilitas yang ada, serta kepercayaan (mitos) masyarakat yang tersebar luas.
Muzakkir, Al-Hijrah, Fauzar M, Husaeni, Hermin, Muzdalia, I. (2020).	“Faktor yang berhubungan dengan personal hygiene pada remaja putri SMP Negeri 4 Majene”	Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif analitik, dengan pendekatan Cross-Sectional.	Berdasarkan hasil penelitian pada remaja SMPN 4 Majene tidak ditemukan korelasi antara tingkat pengetahuan dengan kebersihan diri remaja putri. Begitu juga tidak ditemukan korelasi antara tingkat keyakinan atau budaya dengan tingkat kebersihan diri remaja putri.
Mayasari, W., Windari Puspo, A., Kiriswenno, E., & Dusra, E. (2021)	“Faktor Yang Berhubungan Dengan Personal Hygiene Saat Menstruasi Di Dusun Bunara Kecamatan Amahai Kabupaten Maluku Tengah”	Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif analitik dengan metode pendekatan Cross-Sectional.	Berdasarkan hasil penelitian, faktor yang berkaitan dengan kebersihan diri remaja putri ketika menstruasi di Dusun Bunara dapat disimpulkan bahwa pengetahuan, interaksi sesama teman dan keyakinan akan budaya sangat berpengaruh dengan kebersihan diri ketika menstruasi.
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”	Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan metode explanatory research dan desain studi cross-sectional.	Berdasarkan penelitian, tidak ditemukan korelasi antara kepercayaan mitos menstruasi dengan praktik kebersihan diri saat menstruasi remaja putri Pondok Pesantren Al Asror. Namun terdapat hubungan antara penggunaan fasilitas dan dukungan sosial dari teman dengan penerapan kebersihan diri saat menstruasi remaja putri Pondok Pesantren Al Asror.

<p>Ramadhani, D. Suci, & Astuti, N. H. (2023)</p>	<p>“Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Personal Hygiene saat Menstruasi pada Remaja di Jakarta Barat”</p>	<p>Penelitian ini menggunakan kuantitatif deskriptif dengan metode penelitian survei menggunakan desain cross-sectional.</p>	<p>Berdasarkan penelitian didapatkan sebagian besar remaja putri memperhatikan kebersihan pribadi saat menstruasi. Namun, masih banyak juga remaja putri yang tidak menjaga kebersihan menstruasi dengan baik.</p>
<p>Sabaruddin, E. E., Kubillawati, S., & Rohmawati, A. (2021)</p>	<p>“Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Siswi SMP Bangsa Mandiri 2 Bogor”</p>	<p>Penelitian ini bersifat kuantitatif, menggunakan metode penelitian deskriptif analitik dengan desain cross-sectional.</p>	<p>Berdasarkan hasil penelitian, didapatkan sebagian besar (mayoritas) siswi SMP Bina Bangsa Mandiri 2 memiliki perilaku kebersihan yang buruk ketika sedang menstruasi. Ditemukan juga korelasi antara tingkat pengetahuan, sikap, kebudayaan, didikan orang tua dengan perilaku kebersihan diri ketika sedang menstruasi. Selain itu, tidak ditemukan perbedaan dalam sumber informasi mengenai kebersihan diri ketika menstruasi pada siswi-siswi sekolah SMP Bina Bangsa Mandiri 2.</p>
<p>Sibua, N. F., Arman, & Muthalib, N. F. (2023)</p>	<p>“Faktor yang Berhubungan dengan Tindakan Personal Hygiene Organ Reproduksi Eksterna Remaja Putri di SMP Negeri 30 Makassar”</p>	<p>Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan menggunakan pendekatan cross-sectional study</p>	<p>Berdasarkan penelitian dapat ditarik kesimpulan bahwa sikap berpengaruh terhadap praktik kebersihan diri pada area genitalia eksternal remaja putri SMP Negeri 30 Makassar.</p>

3. Hasil dan Pembahasan

Kebanyakan remaja mempercayai atau meyakini dengan adanya mitos atau larangan ketika menstruasi, hal ini berpengaruh terhadap pengetahuan personal hygiene remaja ketika menstruasi. Semakin percaya seseorang terhadap mitos-mitos yang bertebaran di masyarakat semakin jauh seseorang dari kata baik mengenai personal hygiene pada saat menstruasi. Kurangnya pendidikan formal tentang menstruasi menyebabkan kesalahpahaman tentang praktik yang sehat. Pada penelitian (Sabaruddin et al., 2021) sebanyak 93.3% remaja mempercayai mitos - mitos budaya yang bertebaran, artinya remaja yang percaya pada mitos budaya seperti pembalut sekali pakai yang harus dicuci dahulu sebelum dibuang, apabila tidak mencucinya akan diikuti oleh setan, hal ini masih melekat pada beberapa individu yang berpotensi memiliki personal hygiene kurang baik. Apabila remaja tidak mencari kebenaran mitos tersebut, mereka akan terus merasa was - was ketika kepercayaan mitos tersebut tidak dilakukan. Kepercayaan pada mitos-mitos berpengaruh pada kebiasaan masyarakat tertentu yang kemudian menjadi sebuah kebudayaan suatu komunitas masyarakat.

Pada penelitian (Adri et al., 2022) Perilaku remaja dalam menjaga personal hygiene belum terlalu diperhatikan. Selain itu, tidak ada orang yang dapat dijadikan tempat untuk konsultasi untuk menanyakan kesalahpahaman atau mitos seperti yang mengatakan bahwa dilarang memotong kuku atau mencuci rambut saat wanita sedang menstruasi. Efek negatif dari sebagian besar miskonsepsi terhadap kesehatan wanita juga termasuk yang berkaitan dengan kebersihan menstruasi.

Penelitian (Ramadhani & Astuti, 2023) mengatakan bahwa ada hubungan antara kepercayaan mitos remaja dan kebersihan pribadi yang tepat selama siklus menstruasi, dengan remaja yang percaya mitos lebih cenderung mempraktikkan kebersihan yang tepat. Hal ini berkebalikan dengan penelitian (Nisa et al., 2020) yang mengatakan bahwa kepercayaan terhadap mitos menstruasi tidak menunjukkan pengaruh yang signifikan terhadap personal hygiene menstruasi remaja karena memiliki pengetahuan yang baik terkait mitos yang bertebaran di masyarakat.

Akses terhadap informasi dan pendidikan mengenai menstruasi dan personal hygiene merupakan faktor penting pada remaja perempuan. Menurut teori Lawrence Green (1980) bahwa salah satu faktor yang membentuk perilaku, pemahaman seseorang tentang kebersihan diri berdampak pada bagaimana mereka memelihara kesehatan reproduksinya, terutama saat menstruasi adalah pengetahuan. Pengelolaan kebersihan diri yang buruk dapat menyebabkan perkembangan bakteri yang berlebihan, alhasil dapat mengganggu fungsi reproduksi.

Pada penelitian (Dahlan, 2021), membuktikan bahwa tindakan personal hygiene berhubungan dengan pengetahuan. Hal ini dapat dipengaruhi oleh pemahaman individu yang masih kurang benar dalam personal hygiene. Kurangnya pemahaman tentang tindakan personal hygiene dapat berpotensi menimbulkan beberapa masalah kesehatan reproduksi, termasuk gangguan infeksi saluran kencing (ISK), iritasi kulit pada area genital, keputihan, meningkatkan risiko terjadinya kanker leher rahim. Minimnya sumber informasi yang didapat oleh remaja dapat mengakibatkan hal tersebut terjadi. Faktor lain yang dapat mempengaruhi

personal hygiene yaitu pendidikan ibu. Mayoritas remaja mendapatkan informasi tentang menstruasi dari ibu. Jika sang ibu masih mempercayai mitos dalam masyarakat tentang kebersihan menstruasi maka sang anak atau remaja ini mendapatkan informasi yang salah (Hamidah et al., 2022).

Pada penelitian (Rahmawati & Andalas, 2022) Mitos tentang hal-hal yang dapat membatasi kebebasan seseorang sering kali tidak dihiraukan oleh orang-orang yang memiliki pola pikir modern. Ketidakpercayaan terhadap mitos berasal dari beberapa faktor, termasuk perspektif dan pendapat pribadi, serta sudut pandang agama yang dianut. Masyarakat modern meyakini bahwa kebenaran mitos bergantung pada konteks, dapat berubah, dan rentan digantikan oleh konsep-konsep yang dianggap relevan dan berdasarkan pengetahuan sebelumnya. Secara alami, dalam skema besar masyarakat modern memiliki keinginan untuk hidup lebih baik dibandingkan dengan masyarakat di masa lalu, dan pola pikir ini akan menginformasikan bagaimana keadaan di masa depan dan bagaimana mereka dapat menjadi lebih baik dari sebelumnya.

Praktik personal hygiene yang dianjurkan untuk remaja seperti menggunakan pembalut serta menggantinya setiap 3-4 jam atau tergantung dengan volume darah menstruasi yang keluar untuk menghindari berkembangnya bakteri dan munculnya bau tidak sedap, membersihkan area kewanitaan dengan air bersih dari area kewanitaan menuju area dubur, tidak memakai sabun yang mengandung bahan kimia keras untuk daerah kewanitaan (Hesty & Nurfitriani, 2023). Persepsi remaja perempuan tentang menstruasi dan kesehatan reproduksi secara keseluruhan yang salah atau kurangnya pengetahuan tentang pentingnya praktik personal hygiene selama menstruasi dapat mengakibatkan ketidakmampuan mereka untuk terlibat dalam kesehatan reproduksi yang baik, pada akhirnya dapat berdampak negatif pada kesejahteraan fisik dan emosional mereka (Ety et al., 2019).

Lingkungan sekitar, baik keluarga, guru, maupun teman sebaya, mempunyai peran penting dalam membangun persepsi individu terhadap menstruasi. Kedekatan hubungan orang tua dan anak dalam bentuk komunikasi menjadi salah satu faktor anak mempunyai perilaku personal hygiene menstruasi yang baik. Peran orang tua yaitu membimbing dan memberikan informasi kepada anak tentang kesehatan reproduksi. Guru memiliki peran krusial dalam menanamkan kebiasaan personal hygiene menstruasi yang baik pada murid-murid. Guru dapat mengajar dalam kelas, memberitahukan informasi yang benar dalam personal hygiene karena sudah sesuai dengan ilmu yang didapatkan. Remaja cenderung lebih banyak berinteraksi dengan teman sebaya dibandingkan dengan orang dewasa. Terdapat peluang lebih besar dalam penyebaran informasi yang salah dalam lingkup pertemanan (Wardani & Nurulicha, 2019). Maka dari itu remaja harus dibekali dengan pengetahuan baik dari keluarga maupun sekolah. Penyebaran informasi dari media sosial maupun mitos yang beredar di masyarakat juga dapat berpengaruh dalam membentuk persepsi individu terhadap menstruasi.

4. Simpulan

Personal hygiene organ reproduksi menjadi hal yang penting sebagai upaya individu dalam menjaga kesehatan. Dalam perilaku *personal hygiene* dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, salah satunya ialah kepercayaan mengenai mitos yang dipengaruhi oleh kebiasaan atau adat yang berkembang di masyarakat. Kurangnya informasi dan pendidikan yang diperoleh dapat menjadikan pemahaman yang diterima masyarakat mengenai *personal hygiene* sangat kurang sehingga mengakibatkan kesalahan dalam penyampaian informasi, khususnya pada seorang ibu kepada anaknya. Apabila remaja perempuan mendapatkan informasi yang salah mengenai persepsi dalam menjaga kebersihan organ reproduksi dapat menimbulkan dampak negatif, mempengaruhi kesejahteraan fisik serta emosional mereka, dan dapat menyebabkan kesalahan persepsi hingga remaja putri beranjak dewasa. Maka dari bimbingan dan pemberian informasi yang benar dan tepat perlu diberikan oleh lingkungan sekitar remaja putri untuk menghindari kesalahan persepsi.

Daftar Rujukan

- Adri, R., Andriyani, L., Febria, C., & Haninda, P. (2022). Edukasi Tentang Menstruasi Pada Remaja Putri Di Panti Asuhan Aisyiyah. *Jurnal Salingka Abdimas*, 2(1), 111–114. <https://doi.org/10.31869/jsam.v2i1.3391>
- Aifa, W. E., & Desriva, N. (2022). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Siswi Kelas Xi Di Sma N 14 Pekanbaru. *Ensiklopedia of Journal*, 4(4), 212–218. <https://doi.org/10.33559/eoj.v4i4.941>
- Ayatullah, Musiana, Pannyiwi, R., Yuniyanti, T. A., Rahmawati, A. L. D., & Djunaedi. (2024). *Analisis Faktor terhadap Personal Hygiene pada Remaja Putri SMA Cokroaminoto Makassar*. 8, 9425–9435.
- Dahlan, D. (2021). Perilaku Personal Hygiene Remaja Putri Pada Saat Menstruasi. *Journal of Health Quality Development*, 1(2), 109–115. <https://doi.org/10.51577/jhqd.v1i2.362>
- Deviliawati, A., & Sayati, D. (2024). “Analisis manajemen perilaku kebersihan diri saat menstruasi di SMP Puja Handayani Tahun 2023”. Palembang: STIKes Bina Husada Palembang. 5, 186–199. <https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/jkt/article/view/23074/17796>
- Ety, D., Suriah, S., & Fairus, F. (2019). Perilaku Personal Hygiene Remaja Putri Suku Nuaulu Dalam Tradisi Pinamu Di Kabupaten Maluku Tengah. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis*, 14(1), 31–35. <https://doi.org/10.35892/jikd.v14i1.91>
- Fitriwati, C. I., & Arofah, S. (2021). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kebersihan Diri Selama Menstruasi Pada Remaja Putri Di Pondok Pesantren Yayasan Nurul Islam Kabupaten Bungo. *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan Masyarakat Cendekia Utama*, 10(2), 141. <https://doi.org/10.31596/jcu.v10i2.760>
- Green, L. W. (1980). *Health Education Planning : a diagnostic approach*. Mayfield Publishing Company.
- Hamidah, E. N., Realita, F., & Kusumaningsih, M. R. (2022). Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Remaja Putri: Literature Review. *Coping: Community of Publishing in Nursing*, 10(3), 258. <https://doi.org/10.24843/coping.2022.v10.i03.p04>
- Hesty, & Nurfitriani. (2023). Edukasi Personal Hygiene Saat Menstruasi pada Siswi SMP Negeri 25 Kota Jambi. *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)*, 5(1), 24. <https://doi.org/10.36565/jak.v5i1.398>
- Mayasari, W., Windari, A. P., Kiriwenno, E., & Dusra, E. (2021). *Faktor Yang Berhubungan Dengan Personal Hygiene Saat Menstruasi Di Dusun Bunara Kecamatan Amahai Kabupaten Maluku Tengah*. 7(3), 6.
- Musdalifah, Febri Sriyanti, & Andi Ernawati. (2022). Efektivitas Penerapan Vidio dan Leaflet terhadap Pengetahuan tentang Personal Hygien pada Keluarga di Tatanan Keluarga. *Formosa Journal of*

Multidisciplinary Research, 1(2), 179–186. <https://doi.org/10.55927/fjmr.v1i2.668>

- Muzakkir, Al-Hijrah, M. F., Husaeni, H., & Muzdalia, I. (2020). Faktor yang berhubungan dengan personal hygiene pada remaja putri SMP Negeri 4 Majene. *Journal of Health, Education and Literacy*, 2(2), 87–92. <https://doi.org/10.31605/j-health.v2i2.618>
- 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.
- Rahmawati, S. A. A., & Andalas, E. (2022). Dampak Mitos Menstruasi Terhadap Kehidupan Sosial Masyarakat Kabupaten Probolinggo. *Lingua Franca: Jurnal Bahasa, Sastra, Dan Pengajarannya*, 6(1), 97. <https://doi.org/10.30651/lf.v6i1.7817>
- Ramadhani, D. S., & Astuti, H. (2023). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Personal Higiene saat Menstruasi pada Remaja di Jakarta Barat Artikel Penelitian Akses Terbuka ABSTRAK. *Jurnal PPPKMI*, 01(2), 41–47.
- Riskesdas. (2018). Laporan Riskesdas 2018 Nasional. In *Lembaga Penerbit Balitbangkes* (p. hal 156).
- Sabaruddin, E. E., Kubillawati, S., & Rohmawati, A. (2021). Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Siswi SMP Bangsa Mandiri 2 Bogor. *Kesehatan Dan Kebidanan*, 10(2), 33–42. <https://smrh.e-journal.id/Jkk/article/download/139/99>
- Sibua, N. F., Arman, & Nurul Ulfah Mutthalib. (2023). Faktor yang Berhubungan dengan Tindakan Personal Hygiene Organ Reproduksi Eksterna Remaja Putri di SMP Negeri 30 Makassar. *Window of Public Health Journal*, 4(1), 36–47. <https://doi.org/10.33096/woph.v4i1.499>
- Syamsuddin, A., & Hanum, L. (2024). *Edukasi dan Pelatihan Menstrual Hyegine Management pada Remaja Putri sosial terkait menstruasi . Dalam beberapa budaya , menstruasi masih dan program MKM yang komprehensif dan berkelanjutan . Menstrual Hygiene Management atau kita sebut Manajemen Kebersih*. 1–9. <https://doi.org/10.26811/xxxx.xxxx.xxxx>
- Wardani, S. P. D. K., & Nurulicha. (2019). Perbedaan Pengetahuan, Sikap, Sumber Informasi dan Faktor Lainnya pada Pesonal Hygiene saat Menstruasi. *Jurnal Kesehatan Dan Kebidanan*, 8(1), 1–13.