



GAMBARAN MANAJEMEN KEBERSIHAN MENSTRUASI PADA SISWI SMPN 1 CISAAT SUKABUMI

Putri Maharani¹, Kosim², Nenden Nur Asriyani Maryam³

Universitas Padjadjaran^{1,2,3}

e-mail: putri22003@mail.unpad.ac.id

Diterima: 04/08/2026; Direvisi: 07/08/2026; Diterbitkan: 02/09/2026

ABSTRAK

Masa remaja merupakan periode ketika remaja putri mulai mengalami menstruasi (*menarche*), sehingga perlu memiliki kemampuan dalam menerapkan manajemen kebersihan menstruasi (MKM) secara mandiri. Pemenuhan kebutuhan MKM yang baik berperan penting dalam menjaga kesehatan dan kenyamanan serta mendukung aktivitas belajar di sekolah. Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan tingkat pemenuhan kebutuhan manajemen kebersihan menstruasi pada remaja putri di SMPN 1 Cisaat, Kabupaten Sukabumi. Penelitian ini menggunakan desain deskriptif kuantitatif dengan melibatkan 172 siswi kelas VII dan VIII yang dipilih menggunakan teknik *proportionate stratified random sampling*. Data dikumpulkan secara daring menggunakan instrumen *Menstrual Practice Needs Scale-36* (MPNS-36) versi Bahasa Indonesia dan dianalisis secara deskriptif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pemenuhan kebutuhan praktik menstruasi siswi secara keseluruhan masih berada pada kategori kurang (mean 2,07). Analisis spesifik per domain mengungkapkan bahwa kendala terbesar terletak pada *Transport and School Environment Needs* (mean 1,34) yang mencerminkan kurangnya privasi toilet dan sarana pembuangan, diikuti oleh *Material Reliability Concerns* (mean 1,72) yang memicu kekhawatiran kebocoran. Sementara itu, dukungan *Material and Home Environment* relatif lebih baik (mean 2,45), namun aspek privasi saat penjemuran bagi pengguna pembalut kain/ulang masih menjadi tantangan. Rendahnya pemenuhan kebutuhan MKM lebih dipengaruhi oleh keterbatasan fasilitas sanitasi sekolah dibandingkan dengan kebiasaan personal siswi. Diperlukan perbaikan sarana sanitasi sekolah yang responsif terhadap kebutuhan remaja putri serta penguatan edukasi MKM melalui program Usaha Kesehatan Sekolah (UKS).

Kata Kunci: *Manajemen Kebersihan Menstruasi, MPNS-36, Remaja Perempuan*

ABSTRACT

Adolescence is a period when adolescent girls begin menstruating (*menarche*), making it necessary for them to be able to practice menstrual hygiene management (MHM) independently. Proper fulfillment of MHM needs plays a crucial role in maintaining health, comfort, and supporting learning activities at school. This study aims to describe the level of fulfillment of MHM needs among adolescent girls at SMPN 1 Cisaat, Sukabumi Regency, by examining the six domains of the Menstrual Practice Needs Scale-36 (MPNS-36). This study used a quantitative descriptive design involving 172 seventh- and eighth-grade female students selected using proportionate stratified random sampling. Data were collected online using the Indonesian version of the MPNS-36 and analyzed descriptively. The results showed that the overall fulfillment of students' MHM needs remained in the "inadequate" category (mean 2.07). Specific analysis per domain revealed that the greatest barriers were in the Transport and School Environment Needs (mean 1.34), reflecting a lack of toilet privacy and inadequate disposal

facilities, followed by Material Reliability Concerns (mean 1.72), which triggered concerns about leakage. Meanwhile, Material and Home Environment support was relatively better (mean 2.45), although privacy regarding the drying of reusable sanitary materials remains a challenge. This study concludes that the low level of MHM needs fulfillment is more influenced by the limitations of school sanitation facilities than by the students' personal habits. Therefore, improvements to sanitation facilities that are responsive to the needs of adolescent girls are required, as well as the strengthening of MHM education through the School Health Program.

Keywords: *Menstrual Hygiene Management, Adolescent Girls, MPNS-36*

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan masa peralihan dari anak-anak menuju dewasa yang ditandai dengan perubahan fisik, psikologis, dan sosial. Pada remaja putri, salah satu perubahan penting adalah terjadinya menarche sebagai tanda mulai berfungsinya sistem reproduksi (Trifonia & Israfil, 2022). Menghadapi menstruasi pertama, remaja putri perlu memiliki pemahaman dan kemampuan dalam menerapkan Manajemen Kebersihan Menstruasi (MKM) dengan baik. Menurut WHO–UNICEF, praktik MKM yang ideal meliputi penggunaan bahan penyerap menstruasi yang bersih, kemampuan mengganti pembalut secara berkala di tempat yang aman dan menjaga privasi, menjaga kebersihan tubuh menggunakan air dan sabun, serta tersedianya fasilitas pembuangan pembalut yang memadai (WHO/UNICEF, 2024).

Kondisi tersebut masih belum sepenuhnya terwujud di berbagai sekolah, terutama di negara berkembang (WHO/UNICEF, 2024). Kurangnya edukasi mengenai menstruasi serta keterbatasan fasilitas sanitasi dapat menimbulkan rasa cemas, takut, dan bingung pada remaja putri saat menstruasi (Fazira et al., 2022). Selain berdampak pada kesehatan reproduksi, praktik MKM yang kurang baik juga dapat memengaruhi kondisi psikologis, sehingga mengurangi kehadiran dan partisipasi siswi dalam kegiatan belajar di sekolah (Betsu et al., 2024).

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa praktik MKM dipengaruhi oleh faktor individu, seperti pengetahuan, sikap, dan budaya, serta faktor lingkungan, seperti ketersediaan air bersih, sanitasi, dan dukungan sosial (Adane et al., 2024; Anggraeni et al., 2023; Aziz et al., 2024). Di Indonesia, praktik MKM yang belum optimal masih ditemukan di berbagai daerah, terutama wilayah pedesaan dan semi-perkotaan, seperti Tangerang, Aceh Besar, dan Kupang (Fitriani et al., 2022; Tanda et al., 2024; Wihdaturrahmah & Chuemchit, 2023). Kondisi serupa juga ditemukan di Kabupaten Sukabumi. Beberapa penelitian melaporkan bahwa fasilitas sanitasi sekolah masih terbatas dan keluhan terkait menstruasi pada remaja putri masih cukup tinggi (Amir & Naimah, 2025; Putra et al., 2024). Hasil studi pendahuluan di SMPN 1 Cisaat menunjukkan bahwa masih terdapat berbagai kendala, seperti tidak tersedianya tempat pembuangan pembalut di toilet, terbatasnya air bersih dan sabun, belum adanya program edukasi menstruasi yang terstruktur, serta masih adanya rasa malu untuk membicarakan menstruasi di kalangan siswi.

Penelitian mengenai MKM di Indonesia selama ini lebih banyak membahas pengetahuan, sikap, atau praktik menstruasi secara umum. Penelitian yang menilai kebutuhan praktik menstruasi secara komprehensif menggunakan instrumen *Menstrual Practice Needs Scale* (MPNS-36) masih terbatas dan umumnya hanya berfokus pada pengujian validitas instrumen atau sekadar melaporkan skor keseluruhan (Ivanov, 2025; Nurkhairani, 2022). Kesenjangan literatur inilah yang menjadi fokus utama dalam studi ini. Kebaruan penelitian ini terletak pada analisis spesifik terhadap keenam domain MPNS-36 secara terperinci. Melalui pendekatan ini, kebutuhan praktik menstruasi yang telah maupun belum terpenuhi dapat

diidentifikasi hingga ke akar permasalahannya, baik dari sisi material, lingkungan rumah, hingga tantangan di sekolah. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar dalam penyusunan program promosi kesehatan dan intervensi keperawatan komunitas di sekolah yang sesuai dengan kebutuhan nyata remaja putri.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain deskriptif kuantitatif dengan populasi seluruh siswi kelas VII dan VIII di SMPN 1 Cisaat, Kabupaten Sukabumi, yang berjumlah 302 orang. Sampel ditentukan menggunakan teknik *proportionate stratified random sampling* dengan tingkat kesalahan 5%, sehingga diperoleh 172 responden. Responden yang diikutsertakan dalam penelitian harus memenuhi kriteria: telah mengalami menarche, mengalami menstruasi dalam tiga bulan terakhir, dan bersedia mengikuti penelitian secara sukarela. Penelitian ini telah memperoleh persetujuan etik dari Komite Etik Penelitian Universitas Jenderal Achmad Yani dengan Nomor: 061/KEPK/FITKes-Unjani/III/2026. Sebelum pengumpulan data dilakukan, seluruh responden telah menyatakan persetujuan melalui *informed consent*.

Pengumpulan data dilakukan secara daring menggunakan Google Form. Instrumen yang digunakan untuk mengukur Manajemen Kebersihan Menstruasi (MKM) adalah *Menstrual Practice Needs Scale-36* (MPNS-36) versi Bahasa Indonesia yang telah diadaptasi oleh Ivanov (2025) dari instrumen asli yang dikembangkan oleh Hennegan et al. (2020). Instrumen ini menggunakan skala Likert 0–3 dan terdiri atas 36 butir pertanyaan yang mencakup enam domain, yaitu *Material and Home Environment Needs*, *Material Reliability Concerns*, *Transport and School Environment Needs*, *Change and Disposal Insecurity*, *Reuse Needs*, dan *Reuse Insecurity*.

Data yang diperoleh dianalisis secara deskriptif untuk menggambarkan distribusi frekuensi, nilai rerata, standar deviasi, serta nilai minimum dan maksimum. Sebagai dasar pengelompokan, pedoman asli MPNS-36 yang terdiri dari lima tingkatan disederhanakan menjadi dua kategori untuk mempermudah interpretasi: skor 2,50-3,00 dikategorikan “baik”, sedangkan skor 0,00-2,49 dikategorikan “kurang”.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Karakteristik Responden

Karakteristik dan riwayat menstruasi dari keseluruhan responden yang berpartisipasi dalam penelitian ini disajikan secara ringkas pada Tabel 1. Karakteristik tersebut meliputi distribusi responden berdasarkan kelas, penggunaan alat bantu menstruasi, serta kategori usia menarche. Penyajian karakteristik responden ini memberikan gambaran umum mengenai kondisi demografis dan riwayat menstruasi siswi yang menjadi partisipan dalam penelitian.

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden

Karakteristik	Kategori	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Kelas	VII	87	50,6
	VIII	85	49,4
Alat Bantu Menstruasi*	Pembalut sekali pakai	172	100
	Pembalut kain	7	4,1
	Kain	1	0,6

Kategori Menarche	Normal	160	93,0
	Dini	12	7,0
	Terlambat	0	0,0

Tabel 2. Distribusi Karakteristik Responden

Variabel	Mean	SD	Min	Maks
Usia	13,47	0,62	12	16
Usia Menarche	11,83	0,97	9	14

Berdasarkan Tabel 1 dan Tabel 2, distribusi partisipan ditinjau dari tingkatan kelas menunjukkan proporsi yang relatif seimbang antara kelas VII dan VIII. Terkait manajemen awal menstruasi, seluruh siswi sepenuhnya mengandalkan produk sanitasi sekali pakai sebagai pilihan utama, meskipun terdapat sebagian kecil yang mengombinasikannya dengan alternatif bahan yang dapat dicuci ulang. Tinjauan terhadap profil usia dan riwayat *menarche* mengindikasikan bahwa secara rata-rata siswi mengalami permulaan siklus menstruasi pada rentang usia yang tergolong normal. Hanya sebagian kecil siswi yang mengalami menarche dini, dan tidak ditemukan satu pun kasus keterlambatan menarche pada populasi penelitian ini.

Gambaran Manajemen Kebersihan Menstruasi

Penilaian Manajemen Kebersihan Menstruasi (MKM) menggunakan instrumen *Menstrual Practice Needs Scale-36* (MPNS-36) memberikan gambaran mengenai tingkat pemenuhan kebutuhan siswi secara akumulatif (Tabel 3) maupun secara spesifik pada setiap domain (Tabel 4).

Tabel 3. Gambaran Skor Total MPNS-36

Variabel	N	Min	Max	Mean	SD	Interpretasi	Kategori
Skor Total MPNS-36	172	1,18	2,96	2,07	0,36	Beberapa kebutuhan belum terpenuhi	Kurang

Tabel 4. Gambaran Skor Domain MPNS-36

Domain	N	Min	Max	Mean	SD	Interpretasi	Kategori
<i>Material and Home Environment</i>	172	0	3	2,45	0,56	Beberapa belum terpenuhi	Kurang
<i>Transport and School Environment</i>	172	0	3	1,34	0,68	Sangat tidak terpenuhi	Kurang
<i>Material Reliability Concerns</i>	172	0	3	1,72	0,60	Banyak yang belum terpenuhi	Kurang
<i>Change and Disposal Insecurity</i>	172	0,44	3	2,28	0,51	Beberapa belum terpenuhi	Kurang
<i>Reuse Needs</i>	8	2	3	2,65	0,35	Hanya sedikit yang belum terpenuhi	Baik
<i>Reuse Insecurity</i>	8	1	2,67	2,38	0,60	Beberapa belum terpenuhi	Kurang

Merujuk pada parameter di Tabel 3, gambaran umum pelaksanaan Manajemen Kebersihan Menstruasi siswi secara keseluruhan masih masuk ke dalam kategori kurang. Kondisi ini menunjukkan bahwa sarana maupun dukungan praktik kebersihan menstruasi belum terfasilitasi secara optimal bagi para siswi. Temuan tersebut mengindikasikan bahwa masih terdapat sejumlah kebutuhan menstruasi yang belum dapat dipenuhi secara konsisten dalam kehidupan sehari-hari maupun selama siswi berada di lingkungan sekolah

Apabila ditelaah lebih dalam antar-domain pada Tabel 4, aspek lingkungan sekolah (*Transport and School Environment*) menjadi titik terlemah dengan tingkat pemenuhan yang sangat minim. Responden secara umum dihadapkan pada kendala keterbatasan ruang privasi untuk mengganti pembalut, kondisi toilet yang kurang mendukung, serta ketiadaan sarana pembuangan yang layak di area sekolah. Permasalahan ini turut diperparah oleh rendahnya keandalan material (*Material Reliability Concerns*), di mana sebagian besar siswi merasakan kecemasan terkait risiko pembalut bergeser hingga potensi darah menstruasi menembus seragam saat beraktivitas.

Di sisi lain, temuan menunjukkan bahwa fasilitas rumah (*Material and Home Environment*) memberikan dukungan yang relatif lebih baik dibandingkan dengan sekolah, tetapi aspek penyimpanan dan privasi harian di rumah masih menyisakan beberapa keluhan. Khusus bagi sebagian kecil siswi yang menggunakan pembalut atau kain berulang (*Reuse Needs*), ketersediaan air bersih untuk proses pencucian dinilai sudah cukup memadai. Namun, proses ini masih terhambat oleh minimnya lokasi penjemuran yang tertutup, sehingga memicu rasa tidak nyaman dan kekhawatiran apabila area pengeringan tersebut dilihat oleh orang lain.

Pembahasan

Rata-rata usia responden dalam penelitian ini adalah 13,47 tahun, yang termasuk dalam tahap remaja awal hingga pertengahan. Pada fase ini, remaja putri mengalami berbagai perubahan fisik dan psikologis, termasuk mulai mengalami menstruasi. Oleh karena itu, mereka memerlukan pengetahuan, keterampilan, serta dukungan dari lingkungan agar mampu menerapkan Manajemen Kebersihan Menstruasi (MKM) secara mandiri (Aziz et al., 2024). Sebagian besar responden mengalami *menarche* pada usia yang normal, namun masih terdapat beberapa siswi yang mengalami *menarche* dini. Kondisi ini menunjukkan bahwa edukasi mengenai menstruasi perlu diberikan sejak sebelum masa pubertas agar remaja lebih siap menghadapi menstruasi pertama dan tidak mengalami rasa takut, bingung, atau malu ketika *menarche* terjadi (Atari et al., 2024). Selain itu, seluruh responden menggunakan pembalut sekali pakai selama menstruasi. Penggunaan produk ini kemungkinan dipengaruhi oleh kemudahan penggunaan dan ketersediaannya di pasaran. Namun, apabila tidak disertai dengan kebiasaan mengganti pembalut secara teratur, penggunaan pembalut sekali pakai tetap berisiko meningkatkan kelembapan pada area genital yang dapat menyebabkan iritasi.

Skor total MPNS-36 sebesar 2,07 menunjukkan bahwa pemenuhan kebutuhan praktik menstruasi siswi masih berada pada kategori kurang. Hasil ini tidak serta-merta menunjukkan bahwa seluruh praktik kebersihan menstruasi yang dilakukan responden sudah buruk, tetapi lebih menggambarkan masih adanya kendala yang memengaruhi kemampuan mereka dalam memenuhi kebutuhan tersebut. Temuan ini dapat dijelaskan menggunakan teori *Health Belief Model* (HBM), khususnya pada komponen *perceived barriers*. Dalam teori ini, keterbatasan fasilitas sekolah, seperti kurangnya privasi di toilet, tidak tersedianya air bersih dan sabun, serta tidak adanya tempat pembuangan pembalut yang memadai, menjadi hambatan yang dapat mengurangi kemampuan siswi untuk menerapkan praktik kebersihan menstruasi dengan baik.

Meskipun siswi memahami pentingnya mengganti pembalut secara teratur, keterbatasan fasilitas dapat membuat praktik tersebut sulit dilakukan (Hennegan & Head, 2024; Schmitt et al., 2024).

Temuan tersebut didukung oleh hasil analisis setiap domain MPNS-36, yang menunjukkan bahwa domain *Transport and School Environment Needs* memiliki skor terendah. Hal ini menunjukkan bahwa lingkungan sekolah masih menjadi kendala utama dalam pemenuhan kebutuhan praktik menstruasi. Penelitian Schmitt et al. (2024) juga menyebutkan bahwa fasilitas sanitasi sekolah yang kurang memadai dapat mengurangi kenyamanan siswi selama menstruasi, mengganggu konsentrasi belajar, serta memengaruhi kehadiran mereka di sekolah. Minimnya fasilitas di lingkungan sekolah ini memiliki implikasi yang serius terhadap kesehatan fisik dan psikologis remaja. Tercermin dari rendahnya skor *Change and Disposal Insecurity*, siswi yang menunda mengganti pembalut karena merasa tidak memiliki privasi atau tempat pembuangan yang aman sangat rentan mengalami peningkatan kelembapan pada area genital. Kondisi ini merupakan faktor risiko utama terjadinya infeksi saluran reproduksi (ISR). Penelitian Torondel et al. (2018) membuktikan bahwa praktik manajemen menstruasi yang buruk, seperti menunda penggantian pembalut, dapat menciptakan kondisi kelembapan yang tidak normal dan mengubah keseimbangan flora alami vagina. Akumulasi darah menstruasi akibat keterlambatan mengganti pembalut ini secara signifikan memicu pertumbuhan bakteri dan jamur berlebih, yang berujung pada tingginya insiden *Bacterial Vaginosis* (BV) dan kandidiasis.

Secara psikologis, keterbatasan ini memperbesar rasa cemas, takut, dan bingung. Kekhawatiran siswi bahwa pembalut akan bergeser atau bocor hingga menembus seragam menciptakan stres dan rasa tidak aman yang secara langsung mengganggu kesejahteraan emosional mereka saat berada di sekolah. Hasil ini sejalan dengan temuan Schmitt et al. (2024) yang menegaskan bahwa minimnya privasi dan kenyamanan di toilet sekolah sering kali memaksa siswi menunda penggantian pembalut, yang pada akhirnya memicu kecemasan tinggi akan risiko darah menembus seragam. Ancaman kebocoran ini menciptakan rasa tidak aman, rasa malu, dan stres yang secara nyata menghambat kemampuan remaja putri untuk berkonsentrasi penuh saat belajar di kelas. Fenomena ketidaknyamanan ini terkonfirmasi oleh penelitian Amir dan Naimah (2025) yang menunjukkan bahwa siswi di Kabupaten Sukabumi cenderung menunda mengganti pembalut di sekolah karena merasa tidak memiliki tempat yang aman dan nyaman.

Berbeda dengan kondisi di sekolah, domain *Material and Home Environment* menunjukkan bahwa lingkungan rumah lebih mendukung pemenuhan kebutuhan praktik menstruasi, meskipun masih terdapat beberapa kendala terkait tempat penyimpanan dan privasi. Temuan ini menunjukkan bahwa lingkungan rumah memiliki peran penting dalam mendukung praktik kebersihan menstruasi remaja (Hennegan & Head, 2024). Pada delapan responden yang menggunakan bahan menstruasi yang dapat digunakan kembali, kebutuhan untuk mencuci alat menstruasi telah didukung oleh ketersediaan air bersih. Namun, mereka masih menghadapi kesulitan dalam proses pengeringan karena tidak tersedianya tempat yang cukup tertutup sehingga menimbulkan rasa malu. Meskipun jumlah responden pada domain ini terbatas, temuan tersebut tetap perlu diperhatikan karena penggunaan alat menstruasi yang dapat digunakan kembali memerlukan proses pencucian dan pengeringan yang benar untuk mencegah pertumbuhan mikroorganisme penyebab infeksi saluran reproduksi (Asumah et al., 2022).

Secara keseluruhan, hasil penelitian menunjukkan bahwa pemenuhan kebutuhan praktik menstruasi pada remaja putri tidak hanya dipengaruhi oleh pengetahuan atau kebiasaan

individu, tetapi juga oleh ketersediaan fasilitas yang mendukung. Oleh karena itu, peningkatan edukasi mengenai Manajemen Kebersihan Menstruasi perlu disertai dengan perbaikan sarana sanitasi sekolah, seperti penyediaan air bersih, sabun, toilet yang menjaga privasi, dan tempat pembuangan pembalut yang memadai. Selain itu, program edukasi mengenai MKM juga perlu diintegrasikan secara berkelanjutan ke dalam kegiatan Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) agar kebutuhan kesehatan reproduksi remaja putri dapat terpenuhi dengan lebih baik.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian menggunakan instrumen MPNS-36, dapat disimpulkan bahwa pemenuhan kebutuhan Manajemen Kebersihan Menstruasi (MKM) pada siswi SMPN 1 Cisaat masih belum optimal. Temuan penelitian menunjukkan bahwa hambatan utama bukan terletak pada kemampuan individu dalam mengelola menstruasi, melainkan pada belum memadainya dukungan lingkungan sekolah. Hal ini tercermin dari rendahnya skor pada domain Transport and School Environment, Material Reliability Concerns, dan Change and Disposal Insecurity, yang menunjukkan bahwa ketersediaan fasilitas sanitasi, rasa aman, dan kenyamanan selama menstruasi masih menjadi tantangan bagi remaja putri. Dengan demikian, penelitian ini menegaskan bahwa pemenuhan kebutuhan MKM tidak hanya bergantung pada pengetahuan atau perilaku remaja, tetapi juga memerlukan lingkungan sekolah yang mampu mendukung praktik kebersihan menstruasi secara aman, nyaman, dan bermartabat.

Hasil penelitian ini memberikan gambaran mengenai aspek-aspek yang masih perlu diperbaiki dalam penyelenggaraan MKM di lingkungan sekolah, sehingga dapat menjadi dasar bagi sekolah, komite sekolah, dan puskesmas dalam meningkatkan kualitas sarana sanitasi serta memperkuat edukasi kesehatan reproduksi melalui program UKS atau program kesehatan sekolah. Selain itu, penelitian selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan temuan ini melalui desain intervensi untuk mengevaluasi efektivitas program peningkatan MKM maupun melalui pendekatan kualitatif guna menggali lebih mendalam pengalaman serta faktor sosial budaya yang memengaruhi praktik kebersihan menstruasi pada remaja putri.

DAFTAR PUSTAKA

- Adane, Y., Ambelu, A., Yenesew, M. A., & Mekonnen, Y. (2024). Menstrual hygiene management practices among schoolgirls in resource-limited settings of Bahir Dar City administration, Northwestern Ethiopia. *Women's Health*, 20, 1–10. <https://doi.org/10.1177/17455057241308343>
- Amir, M. D., & Naimah, S. (2025). Hubungan peran orang tua dengan personal hygiene saat menstruasi pada remaja di SMPN Negeri 9 di wilayah kerja Puskesmas Selabatu Kota Sukabumi. *Jurnal Kesehatan An-Nuur*, 2(1), 51–62. <https://doi.org/10.71023/jukes.v2i1.21>
- Anggraeni, L., Lubis, R. D., & Nurdini, L. (2023). Pengetahuan, sikap, dan dukungan teman sebaya berhubungan dengan kebersihan diri saat menstruasi pada remaja putri di pondok pesantren. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 14(1), 71–83. <https://doi.org/10.58185/jkr.v14i1.99>
- Asumah, M. N., Abubakari, A., & Aninanya, G. A. (2022). Determinants of menstrual hygiene management practices among schoolgirls: A cross-sectional study in the Savannah Region of Ghana. *Infectious Diseases in Obstetrics and Gynecology*, 2022, 1–10.



- <https://doi.org/10.1155/2022/7007117>
- Atari, D. O., Tariquzzaman, S. K., & Nancy, A. (2024). Knowledge and perceptions on menstrual hygiene management among school-going adolescent girls in South Sudan. *Journal of Adolescent Research*, 39(2), 361–386. <https://doi.org/10.1177/07435584211043293>
- Aziz, A., Memon, S., Aziz, F., Memon, F., Khowaja, B. M. H., & Zafar, S. N. (2024). A comparative study of the knowledge and practices related to menstrual hygiene among adolescent girls in urban and rural areas of Sindh, Pakistan: A cross-sectional study. *Women's Health*, 20, 1–9. <https://doi.org/10.1177/17455057241231420>
- Betsu, B. D., Medhanyie, A. A., Gebrehiwet, T. G., & Wall, L. L. (2024). Menstrual hygiene management interventions and their effects on schoolgirls' menstrual hygiene experiences in low- and middle-income countries: A systematic review. *PLOS ONE*, 19(5), 1–22. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0302523>
- Fazira, E., I'tishom, R., & Amalia, R. B. (2022). Correlates of reproductive health knowledge level and menarche readiness in early adolescent girls. *EMBRIO: Jurnal Kebidanan*, 14, 9–15. <https://doi.org/10.36456/embrio.v14i1.4025>
- Fitriani, F., Hermansyah, H., & Ahmad, A. (2022). Hubungan pengetahuan, sikap, informasi dan peran guru dengan personal hygiene remaja putri pada saat menstruasi di MTsN 2 Aceh Besar tahun 2022. *INSOLOGI: Jurnal Sains dan Teknologi*, 1(6), 741–749. <https://doi.org/10.55123/insologi.v1i6.1080>
- Hennegan, J., & Head, A. (2024). *The menstrual practice needs scale: User guide V2.0*. Menstrual Practice Measures. <https://www.menstrualpracticemeasures.org/>
- Hennegan, J., Nansubuga, A., Smith, C., Redshaw, M., Akullo, A., Schwab, K. J., & Sommer, M. (2020). Measuring menstrual hygiene experience: Development and validation of the Menstrual Practice Needs Scale. *BMJ Open*, 10, e034461. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2019-034461>
- Ivanov, T. D. W. (2025). *Uji kesahihan dan keandalan Menstrual Practice Needs Scale-36 (MPNS-36), Menstrual Hygiene Management Practices (MHMP), dan Menstrual Distress Questionnaire (MDQ) versi Bahasa Indonesia sebagai penapisan kesehatan reproduksi remaja perempuan* [Skripsi, Universitas Indonesia]. LONTAR Universitas Indonesia. <https://www.lontar.ui.ac.id/relate.jsp?method=similar&query=9999920585172>
- Nurkhairani, F. (2022). *Hubungan kebutuhan praktik menstruasi dengan menstrual hygiene pada remaja di SMP Negeri 25 Kota Padang tahun 2022* [Skripsi, Universitas Andalas]. Universitas Andalas. <https://scholar.unand.ac.id/110150/>
- Putra, M. O. S. P., Novryanthi, D., & Martini, E. (2024). Hubungan tingkat pengetahuan kesehatan reproduksi remaja putri dengan perilaku menstrual hygiene. *Jurnal Ventilator*, 2(1), 260–271. <https://doi.org/10.59680/ventilator.v2i1.1000>
- Schmitt, M. L., Hagstrom, C., Gruer, C., Nowara, A., Keeley, K., Adenu-Mensah, N. E., & Sommer, M. (2024). “Girls may bleed through pads because of demerits”: Adolescent girls' experiences with menstruation and school bathrooms in the U.S.A. *Journal of*



- Adolescent Research*, 39(2), 511–536. <https://doi.org/10.1177/07435584221139342>
- Tanda, K. E., Takaeb, A. E. L., & Romeo, P. (2024). Faktor yang berhubungan dengan perilaku kebersihan diri saat menstruasi pada remaja putri di SMP Negeri 9 Kota Kupang. *SEHATMAS: Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat*, 3(3), 426–435. <https://doi.org/10.55123/sehatmas.v3i3.3586>
- Torondel, B., Sinha, S., Mohanty, J. R., Swain, T., Sahoo, P., Panda, B., Nayak, A., Bara, M., Bilung, B., Cumming, O., Panigrahi, P., & Das, P. (2018). Association between unhygienic menstrual management practices and prevalence of lower reproductive tract infections: A hospital-based cross-sectional study in Odisha, India. *BMC Infectious Diseases*, 18, Article 473. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30241498/>
- Trifonia, T. N., & Israfil. (2022). Faktor-faktor yang berhubungan dengan stress pada remaja. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 10(4), 697–706. <https://doi.org/10.26714/jkj.10.4.2022.697-704>
- Wihdaturrahmah, & Chuemchit, M. (2023). Determinants of menstrual hygiene among adolescent school girls in Indonesia. *International Journal of Women's Health*, 15, 943–954. <https://doi.org/10.2147/IJWH.S400224>
- World Health Organization, & United Nations Children's Fund. (2024). *Progress on drinking water, sanitation and hygiene in schools 2015–2023: Special focus on menstrual health*. UNICEF and WHO. <https://www.who.int/publications/i/item/9789280651423>

