

## **PRAKTEK FEMININE HYGIENE REMAJA**

**Irma<sup>1</sup>, Marlina<sup>2</sup>**

<sup>1</sup>Institut Kesehatan dan Bisnis St Fatimah Mamuju

<sup>2</sup>Universitas Indonesia Timur, Jl. Rappocini Raya No 187 B

Email: irma.muhsen270890@gmail.com

### **ABSTRAK**

*Latar belakang : Feminine hygiene memberikan dampak terhadap kesehatan reproduksi remaja. Remaja awal yang memiliki kecenderungan untuk lebih memperhatikan tubuh mereka termasuk cara memperlakukan tubuh mereka yang sudah mentruasi khususnya organ kewanitaan. Tujuan : Untuk mengetahui praktek feminine hygiene pada remaja awal. Desain penelitian : penelitian ini merupakan penelitian deskriptif. Subyek penelitian adalah 53 remaja awal berusia 10-13 tahun yang diambil secara random di Kecamatan Tamalate Kota Makassar. Pengumpulan data menggunakan kuesioner dengan sekali likert Hasil penelitian menunjukkan bahwa praktek kebersihan tubuh meliputi mandi minimal 2 kali sehari, mandi menggunakan spons/penggosok badan, menggunakan pancuran genggam (shower) dan memberishkan vagina dengan air mengalir. praktek kebersihan kewanitaan meliputi penggunaan panty liner, mengganti celana dalam dalam sehari, menggunakan tisu basah, mengusap bagian depan setelah buang air, mencuci tangan setelah buang air, menggunakan pembalut saat haid, mencuci tanagna sebelum membersihakn genetourinary, mandi dua kali sehari dan mengganti pembalut setiap 6 jam*

*Kata kunci : feminine, hygiene, kebersihan wanita, remaja, reproduksi*

### **ABSTRACT**

*Background: Feminine health has an impact on adolescent reproductive health. Early adolescents who have a tendency to pay more attention to their bodies, including how to treat their menstruating bodies, especially the female organs, Objective: To determine the practice of female hygiene in early adolescents. Research design: This study is a descriptive study. The research subjects were 53 early teens aged 10–13 years who were taken randomly in the Tamalate District, Makassar City. Data collection using a questionnaire. The results showed that body hygiene practices include bathing at least twice a day; bathing using a body scrub; using a handheld showerhead; and cleaning the vagina with air flow. Changing underwear once a day, using wet wipes, covering the front after defecating, washing hands after defecating, using sanitary napkins during menstruation, washing the soil before birth, bathing twice a day, and changing sanitary napkins every 6 months. o'clock*

*Keywords: feminine, hygiene, female hygiene, adolescents, reproduction,*

## PENDAHULUAN

Permasalahan kewanitaan yang tidak baik telah mencapai angka 33% dari seluruh penyakit yang menginfeksi wanita di dunia. Angka ini lebih besar jika dibandingkan dengan masalah reproduksi laki-laki yang hanya diangka 25%. Di Asia sendiri masalah kesehatan reproduksi wanita seperti keputihan mencapai 76% dimana 68% adalah remaja puteri. Akar dari masalah ini adalah cara hidup sehat dan bagaimana cara menjaga kebersihan organ kewanitaan mereka (Setiani et al., 2015).

Remaja merupakan periode pertumbuhan yang terjadi direntan usia 10-19 tahun yang ditandai dengan perubahan - perubahan fisiologis, psikologis dan kognitif. Kekhawatiran remaja mengenai bentuk tubuh mereka memicu untuk mempelajari cara memperlakukan tubuh mereka. Pengetahuan mengenai kebersihan dan kesehatan reproduksi akan mendasari perilaku. Pada remaja puteri, masa pubertas mereka ditandai dengan menstruasi yang disertai ovulasi dicapai pada umur sekitar 17-18 tahun. Usia 8-16 tahun remaja puteri mendapatkan menstruasi pertama. Variasi usia ini tergantung pada individu remaja tergantung oleh berapa aspek yang mendukung seperti gizi, genetik dan ekonomi (Ningsih et al., 2022).

Remaja sebagai kelompok yang rentan terhadap masalah reproduksi karena keadaan sehat yang tidak tercapai dimana kesehatan reproduksi mereka akan menjadi dasar penentu kesehatan reproduksi pada masa lansia. Perilaku

*feminine hygiene* yang kurang menjadi pemicu utama berbagai penyakit seperti kanker rahim dan infeksi saluran reproduksi. Akibat kurang menjaga kebersihan organ kewanitaan dapat mengakibatkan timbulnya infeksi saluran reproduksi (Zakir, 2017).

Kesehatan reproduksi tercermin dari kondisi fisik, mental dan sosial yang sejahtera, bukan hanya bebas dari penyakit atau kecacatan tapi juga segala hal yang berkaitan dengan sistem reproduksi, fungsi dan prosesnya (Aisyaroh et al., 2010). Penelitian ini mengambil sampel dari perempuan yang memasuki masa awal remaja yaitu usia 0-15 tahun. Kepedulian remaja awal pada tubuh mereka memberikan peluang untuk meningkatkan pengetahuan mereka terkait *feminine hygiene*. Penelitian mengenai reproduksi remaja umumnya mengupas hubungan antara beberapa faktor dengan perilaku menjaga kebersihan organ kewanitaan mereka. Usia yang diteliti pun pada rentan remaja tingkat pertengahan (usia 14-16 tahun) dan remaja lanjut (usia 17-20 tahun). Masih sangat jarang penelitian mengupas mengenai perilaku dan praktek *feminine hygiene* pada remaja awal. Mengingat pengetahuan mengenai kebersihan dan kesehatan reproduksi berperan penting pada perkembangan perilaku remaja yang akan berimplikasi pada proses perkembangan organ reproduksi mereka. Maka penting untuk mendapatkan gambaran sedini mungkin mengenai praktik *feminine hygiene* pada remaja. Hal ini akan menjadi landasan untuk mengetahui langkah apa yang harus

dilakukan agar kebersihan dan kesehatan organ reproduksi mereka mencapai tahap yang optimal melalui peningkatan *feminine hygiene*.

## METODE

Penelitian ini didesign menggunakan deskriptif untuk menguji praktik kebersihan feminin pada remaja yang berada di Kecamatan Tamalate, Kota Makassar yang berusia 10-15 tahun. Instrument yang digunakan adalah kuesioner praktik feminine sebanyak 13 item yang dikembangkan oleh peneliti berdasarkan teori yang ditinjau dan telah melalui uji validasi dan reliabilitas. Kuesioner diujikan kepada 53 remaja. Instrumetn mencakup data demografi, praktik kebersihan kewanitaian dan kebersihan pada periode menstruasi menggunakan format skala Likert. Format ini memiliki 5 format tanggapan, (1) tidak pernah; (2) kadang-kadang; (3) sekali; (4) lebih dari sekali; (5) selalu.

Prosedur penelitian dimulai dengan membagikan kuesioner kepada remaja yang memenuhi rentan usia yang telah ditentukan berdasarkan informasi dari keluarga remaja.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### a. Karakteristik umum responden

Usia peserta berada pada kisaran 10-15 tahun. Pendidikan mereka dari 18 kelas 4 SD, 11 kelas 6 SD, 15 kelas 1 SMP dan 12 kelas 3 SMP. Mayoritas dari respon masih tinggal dengan orang tua mereka, hanya ada 9 responden tinggal dengan keluarga selain orang tua mereka yaitu 3 orang tinggal dengan tante, 2 orang tinggal dengan nenek dan 4 orang tinggal dengan kakak kandung. 41 responden tinggal di rumah dengan jumlah kamar mandi hanya satu dan 22

responden yang tinggal di rumah dengan kamar mandi lebih dari satu. Semua responden teridentifikasi muslim.

### b. Kebersihan Tubuh

Pertanyaan mengenai kebersihan tubuh menemukan bahwa hampir setengah (n=20; 37,8%) dari responden melaporkan bahwa “selalu mandi”. Selebihnya 51% (n=27) dilaporkan “hanya sekali” mandi dalam sehari. Hanya sedikit 11,2% (n=6) yang dilaporkan jarang mandi. Mandi menggunakan spons /penggosok badan masih jarang digunakan, 39 responden (73%) tidak pernah menggunakan spons /penggosok badan, 10 responden (19%) melaporkan hanya “kadang-kadang” dan 4 responden (8%) melaporkan hanya “sekali”. Pancuran genggam (*shower*) dilaporkan 92% (n=49) belum pernah digunakan responden dan selebihnya 4% (n=2) melaporkan “hanya sekali” menggunakan pancuran genggam dan 4% (n=2) melaporkan “lebih dari sekali” menggunakan pancuran genggam. Membersihkan vagina dengan air mengalir dilaporkan semua responden (100%) tidak pernah menggunakannya.

Praktik kebersihan tubuh adalah perawatan pada tubuh mencakup kebersihan, perawatan dan menghapus/menghilangkan kotoran dari tubuh. Khusus untuk kebersihan feminine meliputi kebersihan genitalinari, irigasi vagina, penggunaan bidet dan kebersihan perineum (Czerwinski, 1996). Definisi lain menyebutkan bahwa

*“a state of complete physical, mental and social well-being and not merely the disease or infirmity”*

Secara umum definisi ini menyebutkan bahwa kebersihan kewanita berkaitan dengan kebersihan kewanita tidak hanya berkaitan dengan masalah fisik tapi juga mental dan sosial.(Anas, 2010)

Hasil penelitian melaporkan bahwa mayoritas remaja putri mandi hanya sekali sehari . Kebiasaan mandi terbukti berpengaruh terhadap infeksi jamur dan bakteri pada kulit terkhusus untuk daerah genital yang selalu terbungkus dan memiliki kelembaban tersendiri. Penerapan kebersihan pribadi yang tepat dapat memutuskan mata rantai penularan agen penyebab penyakit kulit. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas responden hanya mandi sekali sehari (Putra et al., 2013).

Relevan dengan penelitian Azizah, (2013) berhasil membuktikan terdapat hubungan yang signifikan antara frekuensi mandi dengan penyakit. Semakin sering mandi maka semakin bersih tubuh sehingga agen penyebab penyakit tidak berkembangbiak di tubuh.

Penelitian ini melaporkan bahwa hanya 4% responen yang pernah menggunakan spons/penggosok badan. Ada yang menggunakan spons /penggosok tubuh di rumah temannya ketika menginap, ada juga yang menggunakan milik saudara perempuannya.

Penggunaan spons dapat mengoptimalkan kebersihan kulit. Menggosok spons pada tiap bagian tubuh secara saksama dan perlahan akan menganggotakan termasuk sel kulit mati. Manfaat lain yang ditawarkan adalah merangsang

sirkulasi peredaran darah menjadi lancar(Novieastari et al., 2019)

Penggunaan pancuran gergang (shower) dan menggunakan air mengalir ke vagina saat membersihkannya juga dilaporkan masih sangat minim. Hanya 4% yang pernah menggunakan pancuran gergang dan 100% tidak ada yang menggunakan air untuk membasuh vagina. Baik penggunaan pancuran gergang maupun air mengalir akan meminimalisir masalah agen penyakit hingga patogen melekat pada kulit. Dengan demikian kebersihan kulit semakin terjaga.(Ambarwati & Prihastuti, 2019)

#### c. Penggunaan Produk Kebersihan Wanita

Mayoritas subjek (n=47 ; 89%) menggunakan *panty liner* dengan jumlah yang beragam. Penggunaan celana dalam dengan menggantinya setiap satu kali sehari mencapai angka 100% (n=53). Membersihkan vagina menggunakan tisu basah masih sangat sedikit yang melaporkan menggunakannya 9% (n=5). Tindakan mengusap bagian depan vagina kembali setelah membuang air kecil/air besar selalu dilakukan 55% (n=29), 19%(n=10) yang melaporkan “kadang-kadang” melakukannya dan 26 % (n=14) teridentifikasi tidak pernah melakukan hal tersebut. Selalu mencuci tangan setelah buang air kecil/air besar dilaporkan 36 orang ( 67%) selalu melakukan kegiatan tersebut. Praktik penggunaan produk kebersihan wanita dirangkum dalam table 1.

Selama haid 52 responden (98%) selalu menggunakan pembalut dan hanya 1 respon (2%) yang

menggunakan *panti liner*. Kegiatan mencuci tangan sebelum membersihkan genitourinary 38 responden (72%) meaporkan “selalu” melakukannya dan tetap mandi seperti biasanya dua kali sehari saat haid (n=33; 62%. Penggunaan pembalut yang selalu diganti setiap 6 jam dilaporkan 32% (n=17).

Tabel 1. Praktik Penggunaan Produk Kebersihan Wanita

Variabel	1	2	3	4	5
	%	%	%	%	%
Panty liner	4	2	-	5	89
Mengganti celana dalam setiap hari	-	-	-	-	100
Menggunakan tisu basah	91	-	-	7	2
Mengusap bagian depan setelah buang air	26	19	-	-	55
Mencuci tangan setelah buang air	33	-	-	-	67
<b>Ketika Haid</b>					
Menggunakan pembalut	-	-	2	-	98
Mencuci tangan sebelum mebersihan genitourinary	3	25			72
Selalu mandi dua kali sehari	34	4	-	-	62
Pembalut diganti tiap 6 jam	26	36	4	2	32

Ket : 1 = Tidak Pernah; 2 = Kadang-kadang 3=Sekali; 4=Lebih dari sekali; 5=selalu

Sumber: Data Primer 2022

Kebersihan kewanitaan yang berkaitan dengan kesehatan reproduksi tidak terbatas pada keadaan sewaktu hamil dan melahirkan saja, namun berkaitan dengan perkembangan berbagai organ reproduksi yang mengiringinya.(Anas, 2010)

Mayoritas respon menggunakan panty liner 89%. Panty liner sebagai bahan penyerap yang dimanfaatkan untuk kebersihan kewanitaan dengan cara merekatkannya di celana dalam. Penggunaan panty liner yang tidak tepat justru akan memicu terjadinya masalah kewanitaan seperti keputihan. Hal ini terjadi karena penggunaannya akan meningkatkan suhu 1,5 derajat celcius, peningkatkan kelembapab, dan pH hingga 0,6 di area vulva dan perineum yang merupakan kondisi yang digemari jamur untuk berkembang biak. Penggunaan panty liner umumnya kitka terdapat keputihan atau kelebihan cairan lender dari vagina sehingga harus sering diganti. Namum kesalahan pemahaman menyebabkan banyak wanita yang menggunakan dalam waktu lama sehingga justru berpotensi menyebabkan masalah pada kewanitaan semakin sering mengganti panty liner maka resiko keputihan semakin kecil(Oriza & Yulianty, 2018)

Untuk menjaga kebersihan kewanitaan mengganti teratur mengganti pakian dalam minimal 2 kali setelah mandi terbukti mampu menjaga kebersihan kewanitaan. Bagi wanita yang aktif dan mudah berkeringat penggantian celana dalam perlu mendapat perhatian lebih untuk mencegah terjadi kelembaban pada

organ kewanitaan. Riset menunjukkan bahwa salah satu yang mampu memicu terjadinya keputihan pada wanita adalah masalah kebersihan celana dalam (Setiani et al., 2015).

Berdasarkan hasil penelitian, 92% responden menjawab tidak pernah menggunakan tisu basah untuk membersihkan vagina mereka. Kebersihan area kewanitaan atau vagina atau vagina hygiene atau feminine hygiene berperan penting pada kejadian vaginitis. Dilaporkan adanya gangguan reproduksi seperti infeksi saluran kencing, vaginosis bakterialis hingga penyakit menular yang berkaitan dengan feminine hygiene. Mencuci vagina berkaitan erat dengan kebersihan vagina itu sendiri (Pamudji et al., 2019). Perkembangan dunia kesehatan yang semakin memudahkan para masyarakat termasuk remaja untuk melakukan feminine hygiene seperti tisu basah, handuk yang lembut, celana dalam yang lembut dan nyaman, pembalut wanita, antiseptik untuk memberishkan vagina dan lainnya (Janah et al., 2013). Namun pada remaja masih enggan menggunakan tisu basah untuk membersihkan vagina. Mereka merasa lebih nyaman menggunakan air untuk membersihkan.

Perilaku mengusap bagian depan setelah buang air 55% dan mencuci tangan setelah buang air 67%. Mengusap vagina dari depan setelah membuat air kecil dimaksudkan untuk mengeringkan vagina dari sisa-sisa air waktu dibersihkan sehingga kelembabannya terjaga dan potensi tumbuhnya jamur bisa diminimalisir. Penyebab masalah kewanitaan pada

remaja disebabkan oleh perilaku feminine hygiene yang kurang baik setelah buang air kecil dan buang air besar. Cuci tangan yang tidak adekuat dapat menyebabkan iritasi ataupun kontaminasi bakteri pada vulva. Dengan pencucian tangan yang adekuat setelah buang air kecil/besar akan iritasi dan kontaminasi bisa diminimalisir sehingga terjaga kebersihan dan kesehatan kewanitaan remaja (Carolin & Novelia, 2021)

Penggunaan pembalut ketika haid dilaporkan 98% selalu dilakukan oleh remaja. Produk yang digunakan untuk menyerap cairan menstruasi atau cairan vagina berbentuk lembaran /pad dari bahan selulosa atau sintetik. Umumnya pembalut yang diproduksi saat ini adalah produk sekali pakai (Susanti & Wijaya, 2018). Kondisi vagina menjadi semakin lembab ketika mengalami menstruasi. Permukaan kulit vagina dengan permukaan pembalut bersentuhan langsung dengan gumpalan darah di dalamnya menjadi tempat yang baik untuk pertumbuhan dan perkembangan jamur serta bakteri. Maka tak jarang pemakaian pembalut yang tidak tepat seperti mengganti tiap 6 jam akan memicu terjadinya infeksi, iritasi dan gatal-gatal pada area kewanitaan. Berkaitan dengan hasil yang dilaporkan responden bahwa hanya 32% yang selalu mengganti pembalut setelah 6 jam. Perilaku ini bahkan bisa menimbulkan benjolan yang rasanya sangat gatal dan mengganggu. Jika tidak ditindaklanjuti dengan baik maka kandidiasis, vaginosis bacterial dan trikomoniasis dapat terjadi. (Laili & Crusitasari, 2019)

Mencuci tangan sebelum membersihkan genitourinary mayoritas selalu dilakukan oleh remaja 72% dan membiasakan tetap mandi minimal 2 kali sehari ketika haid selalu digunakan hingga 62%. Tangan sebagai alat sentuh rentan terkontaminasi dengan bakteri dan virus. Vagina sebagai bagian yang memiliki tingkat kelembaban dan pH tertentu memiliki kondisi yang memungkinkan bakteri dan virus berkembang biak dengan pesat. Untuk mencegah hal tersebut maka perilaku membiasakan mencuci tangan sebelum menyentuh organ kewanitaan sangat dianjurkan (Wahyuningsih, 2019). Begitupun dengan frekuensi mandi. Semakin sering mandi maka tubuh semakin bersih organ kewanitaan pun terjaga dari kontaminasi yang menyebabkan ketidaknyamanan hingga gangguan.

## SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan penelitian dengan judul Praktek *Feminine Hygiene* Remaja maka disimpulkan bahwa kebersihan pribadi merupakan aktivitas yang dilakukan untuk merawat termasuk membersihkan dan menghilangkan kotoran dari tubuh. Kegiatan *feminine hygiene* mencakup kebersihan genitourinary, pembasuh vagina dari depan setelah buang air, mencuci tangan sebelum membersihkan vagina setelah buang air kecil/besar dan mengganti pembalut setiap 6 jam sekali.

Direkomendasikan untuk memberikan perhatian yang cermat mengenai praktik *feminine hygiene* sedini mungkin kepada remaja atau anak yang pra remaja seperti cara membersihkan vagina, tindakan membersihkan tangan

sebelum menyentuh vagina, jenis pembalut yang aman digunakan, perlindungan sanitasi untuk menghindari infeksi.

## DAFTAR PUSTAKA

- aisyaroh, N., Kebinanan, S., & Unissula, F. I. K. (2010). Kesehatan Reproduksi Remaja. Jurnal Majalah Ilmiah Sultan Agung. Universitas Sultan Agung.
- Ambarwati, E. R., & Prihastuti, P. (2019). Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (Germas) Mencuci Tangan Menggunakan Sabun Dan Air Mengalir Sebagai Upaya Untuk Menerapkan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Sejak Dini. Celebes Abdimas: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat, 1(1), 45–52.
- Anas, S. H. (2010). Sketsa Kesehatan Reproduksi Remaja. Yinyang: Jurnal Studi Islam Gender Dan Anak, 5(1), 199–214.
- Azizah, N. N. (2013). Hubungan Antara Kebersihan Diri Dan Lama Tinggal Dengan Kejadian Penyakit Skabies Di Pon-Pes Al-Hamdulillah Rembang [Phd Thesis]. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Carolin, B. T., & Novelia, S. (2021). Promosi Kesehatan Tentang Personal Hygiene Sebagai Upaya Pencegahan Flour Albus Pada Remaja Puteri Melalui Zoominar. Journal Of Community Engagement In Health, 4(1), 214–218.  
<https://doi.org/10.30994/jceh.v4i1.154>
- Czerwinski, B. S. (1996). Adult Feminine Hygiene Practices. Applied Nursing Research, 9(3), 123–129.

- Janah, A. F., Ridwan, E. S., & Wahyuningsih, W. (2013). Perilaku Vulva Hygiene Berhubungan Dengan Kejadian Keputihan Pada Remaja Putri Kelas Xii Sma Gama 3 Maret Yogyakarta. *Jurnal Ners Dan Kebidanan Indonesia*, 1(2), 66–70. [https://doi.org/10.21927/Jnki.2013.1\(2\).66-70](https://doi.org/10.21927/Jnki.2013.1(2).66-70)
- Laili, U., & Crusitasari, E. D. (2019). Pemakaian Pembalut Saat Menstruasi Dengan Kejadian Pruritus Pada Vulva.
- Ningsih, D. A., Eliyawati, Ludvia, I., Rohmani, L., Prativie, G. Y., Kurniawati, Y., A'yun, D. Q., Romlah, S., Indriani, T., Susiana, Kholifah, U. N., Silaturrohmi, Musyarrofah, S. H., & Nurhidayati, S. (2022). Penyuluhan Personal Hygiene Pada Saat Menstruasi. *J-Abdi: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(12), 3447–3456.
- Novieastari, E., Ibrahim, K., Ramdaniati, S., & Deswani, D. (2019). *Fundamentals Of Nursing Vol 1- 9th Indonesian Edition*. Elsevier Health Sciences.
- Oriza, N., & Yulianty, R. (2018). Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Keputihan Pada Remaja Putri Di Sma Darussalam Medan. *Jurnal Bidan Komunitas*, 1(3), 142–151. <https://doi.org/10.33085/Jbk.V1i3.3954>
- Pamudji, R., Saraswati, N. A., Gialini, W. U., & Purwoko, M. (2019). Hubungan Antara Cara Mencuci Vagina Dengan Timbulnya Vaginitis Pada Pelajar Sma. *Syifa' Medika: Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan*, 10(1), 72. <https://doi.org/10.32502/Sm.V10i1.1887>
- Putra, M. F. S., Nasip, M., & Budiastutik, I. (2013). *Fakultas Ilmu Kesehatan Skripsi*, Agustus 2015. 9.
- Setiani, T. I., Prabowo, T., & Paramita, D. P. (2015). Kebersihan Organ Kewanitaan Dan Kejadian Keputihan Patologi Pada Santriwati Di Pondok Pesantren Al Munawwir Yogyakarta. *Jurnal Ners Dan Kebidanan Indonesia*, 3(1), 39–42. [https://doi.org/10.21927/Jnki.2015.3\(1\).39-42](https://doi.org/10.21927/Jnki.2015.3(1).39-42)
- Susanti, E. M., & Wijaya, P. S. (2018). Perbedaan Penggunaan Pembalut Dan Pantyliner Jenis Biasa, Herbal, Dan Kain Dengan Kejadian Keputihan. *Indonesia Jurnal Kebidanan*, 2(1), 31–36. <https://doi.org/10.26751/Ijb.V2i1.427>
- Wahyuningsih, S. (2019). *Buku Ajar Asuhan Keperawatan Post Partum Dilengkapi Dengan Panduan Persiapan Praktikum Mahasiswa Keperawatan*. Deepublish.
- Zakir, M. (2017). Pengetahuan remaja putri tentang kebersihan alat genitalia saat menstruasi. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik*, 12(1), 117–122.