

HUBUNGAN DUKUNGAN KELUARGA DENGAN *SELF EFFICACY* TERHADAP *MENSTRUAL HYGIENE* PADA REMAJA PUTRI SMPN 2 PARIAMAN

THE RELATIONSHIP BETWEEN FAMILY SUPPORT AND SELF-EFFICACY TOWARD MENSTRUAL HYGIENE AMONG FEMALE ADOLESCENTS AT SMPN 2 PARIAMAN

Yesi Maifita¹, Linda Andriani², Yelsi Putri Elvi³

¹STIKes Piala Sakti Pariaman

Jl. Diponegoro, Kp. Pd., Pariaman Tengah, Kota Pariaman, Sumatera Barat 25512 HP: 085364690460

*Email: 28yesimaifita@gmail.com

Naskah Masuk: 05 Desember
2025

Naskah Diterima: 10 Desember
2025

Naskah Disetujui: 31 Desember
2025

ABSTRACT

Menstrual Hygiene Management (MHM) is a fundamental aspect in Maintaining the reproductive health of adolescent girls, particularly during Puberty, which is characterized by physical and psychological changes. Inadequate MHM practices can increase the risk of various health problems, such as Reproductive tract infections, vaginal discharge, vaginitis, and urinary tract Infections. This study aims to determine the relationship between family support And self-efficacy with MHM practices among adolescent girls at SMPN 2 Kota Pariaman. MHM practices can increase the risk of various health problems, such as. Research Method This research employed a quantitative method with a crosssectional correlational design. The study was conducted at SMPN 2 Kota Pariaman. From July 21–25, 2025. The sample consisted of 66 female students from grades VIII and IX, selected using a stratified This study employed a random sampling technique. The research instruments consisted of structured questionnaires designed to assess family support and self-efficacy in relation to menstrual hygiene management among adolescent girls. Data analysis was performed using the ChiSquare test. Research Results The findings showed that most respondents had a moderate level Of family support (37.9%) and self-efficacy (36.4%). Good MHM practices were More frequently observed among respondents who had high family support and high Self-efficacy. Statistical tests revealed a significant relationship between family Support and self-efficacy with MHM ($p\text{-value} = 0.001$), indicating that the better The family support received, the higher the self-efficacy of adolescent girls in Managing menstrual hygiene. Conclusion It can be concluded that there is a relationship between family support and self-efficacy with menstrual hygiene management among grade VIII and IX adolescent girls at SMPN 2 Kota Pariaman.

Keywords: Parental support, Self-efficacy, Menstrual hygiene practices

ABSTRAK

Management menstruasi (MHM) merupakan aspek fundamental dalam menjaga kesehatan Reproduksi remaja putri, terutama di masa pubertas yang ditandai oleh perubahan Fisik dan psikologis. Praktik MHM yang tidak memadai dapat meningkatkan risiko Berbagai gangguan kesehatan, seperti infeksi saluran reproduksi, keputihan, Vaginitis, dan infeksi saluran kemih. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Hubungan antara dukungan keluarga dengan *self efficacy* terhadap praktik MHM Pada remaja putri di SMPN 2 Kota Pariaman. Metode Penelitian Metode penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif

dengan desain penelitian korelasional cross-sectional. Penelitian dilakukan di SMPN 2 Kota Pariaman pada Tanggal 21-25 bulan Juli 2025. Sampel yang digunakan Sebanyak 66 responden siswi kelas VIII dan IX SMP N 2 Kota Pariaman. Teknik Pengambilan sampel menggunakan stratified random sampling. Instrumen Penelitian menggunakan lembar kuesioner dukungan keluarga dan self efficacy Terhadap menstrual hygiene management. Analisis data menggunakan uji ChiSquare. Hasil Penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat Dukungan keluarga dalam kategori cukup (37,9%) dan self efficacy dalam kategori Sedang (36,4%). Praktik MHM yang baik lebih banyak ditemukan pada responden Yang memiliki dukungan keluarga tinggi dan self efficacy tinggi. Uji statistik Menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dengan Self efficacy terhadap MHM (nilai $p = 0,001$), yang berarti bahwa semakin baik dukungan keluarga yang diterima, semakin tinggi pula self efficacy remaja dalam Mengelola kebersihan menstruasi. Kesimpulan dapat disimpulkan bahwa ada terdapat hubungan antara dukungan keluarga dan self-efficacy yang berkontribusi terhadap perilaku manajemen kebersihan menstruasi di kalangan remaja putri kelas VIII Dan IX SMP N 2 Kota Pariaman.

Kata kunci :Dukungan keluarga, Self efficacy, Menstrual Hygiene Management.

PENDAHULUAN

Menstrual Hygiene Management (MHM) atau manajemen kebersihan menstruasi merupakan aspek krusial dalam menjaga kesehatan reproduksi perempuan, khususnya pada masa remaja yang ditandai oleh perubahan fisik dan psikologis. Praktik kebersihan yang tidak memadai selama menstruasi dapat meningkatkan risiko berbagai gangguan kesehatan seperti infeksi saluran reproduksi, keputihan, vaginitis, dan infeksi saluran kemih (Hako et al., 2022; Mu'minun et al., 2021).

Remaja putri berada dalam fase transisi yang kompleks, di mana mereka mulai mengalami menstruasi dan membutuhkan pemahaman serta dukungan yang memadai untuk menjaga kebersihan diri. Faktor-faktor seperti pengetahuan, sikap, komunikasi dengan orang tua, dukungan teman sebaya, dan budaya lokal turut memengaruhi

perilaku kebersihan menstruasi (Fitriwati & Arofah, 2021; Hermawati et al., 2021).

Data dari WHO (2022) menunjukkan bahwa 33% masalah kesehatan reproduksi pada perempuan disebabkan oleh praktik kebersihan yang buruk. Di Indonesia, Riset Kesehatan Nasional mencatat bahwa 43,3 juta remaja putri menunjukkan perilaku personal hygiene yang kurang baik saat menstruasi (Kemenkes RI, 2018). Di Sumatera Barat, prevalensi infeksi saluran kemih masih tinggi, dengan 121 kasus tercatat di RSUP Dr. M. Djamil Padang antara tahun 2018–2020 (Pratiwi, 2020).

Keluarga memiliki peran penting dalam membentuk perilaku kebersihan remaja putri. Dukungan emosional, informasi yang jelas, dan penyediaan fasilitas kebersihan dapat meningkatkan self-efficacy atau kepercayaan diri

remaja dalam mengelola menstruasi (Martini et al., 2021; Firnanda, 2022). Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa remaja dengan dukungan keluarga yang baik cenderung memiliki praktik kebersihan menstruasi yang lebih baik.

Studi pendahuluan di SMPN 2 Kota Pariaman menunjukkan bahwa remaja putri yang menerima dukungan keluarga lengkap memiliki self-efficacy tinggi dan praktik kebersihan yang baik, sedangkan mereka yang hanya menerima dukungan terbatas menunjukkan self-efficacy rendah dan perilaku kebersihan yang kurang optimal.

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara dukungan keluarga dan self-efficacy terhadap praktik manajemen kebersihan menstruasi pada remaja putri di SMPN 2 Kota Pariaman.

METODOLOGI

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional cross-sectional, yang bertujuan untuk mengidentifikasi hubungan antara variabel dukungan keluarga dan self-efficacy terhadap praktik manajemen kebersihan

menstruasi (MHM) pada remaja putri. Desain ini memungkinkan pengumpulan data pada satu waktu tertentu untuk mengamati keterkaitan antar variabel secara simultan (Sugiyono, 2020).

Kegiatan penelitian dilaksanakan di SMP Negeri 2 Kota Pariaman yang berada di Jl. Dr. M. Djamil No 7A Kmpung Baru, Sumatera Barat. Penelitian dilaksanakan di SMP Negeri 2 Kota Pariaman selama lima hari, yaitu pada tanggal 21 hingga 25 Juli 2025. Lokasi ini dipilih berdasarkan studi pendahuluan yang menunjukkan adanya variasi dalam praktik kebersihan menstruasi dan tingkat dukungan keluarga di kalangan siswi.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswi kelas VIII dan IX yang telah mengalami menstruasi, dengan jumlah total 193 orang. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah stratified random sampling, yang membagi populasi berdasarkan kelas dan kemudian memilih sampel secara acak dari masing-masing strata. Jumlah sampel yang ditetapkan adalah 66 responden, sesuai dengan rumus Slovin dan mempertimbangkan margin of error sebesar 10% (Notoatmodjo, 2018). Adapun kriteria inklusi adalah siswa berusia 13-15 tahun, yang bersedia

menjadi responden, Sementara itu, kriteria eklusi adalah siswa yang tidak hadir dan tidak bersedia saat mengisi kuisioner penelitian.

Instrumen penelitian berupa kuesioner tertutup yang terdiri dari tiga bagian utama: (1) kuesioner dukungan keluarga, (2) kuesioner self-efficacy, dan (3) kuesioner praktik MHM. Kuesioner dukungan keluarga mengukur aspek informasi, dukungan emosional, dan bantuan nyata yang diberikan oleh keluarga. Kuesioner self-efficacy mengacu pada teori Bandura (1997), yang menilai keyakinan individu terhadap kemampuan dirinya dalam mengelola kebersihan menstruasi. Sementara itu, kuesioner praktik MHM menilai frekuensi dan kualitas tindakan kebersihan selama menstruasi, seperti mengganti pembalut dan cara membersihkan area genital. Sebelum digunakan, instrumen diuji validitas dan reliabilitasnya melalui uji coba pada 20 responden di luar sampel utama. Hasil uji validitas menunjukkan bahwa seluruh item memiliki nilai r hitung $> r$ tabel, sedangkan uji reliabilitas menghasilkan nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,82, yang menunjukkan tingkat konsistensi internal yang tinggi (Arikunto, 2019).

Data yang terkumpul dianalisis menggunakan uji statistik Chi-Square untuk menguji hubungan antara variabel independen (dukungan keluarga dan self-efficacy) dengan variabel dependen (praktik MHM). Uji Chi-Square dipilih karena sesuai untuk data kategorik dan dapat mengidentifikasi hubungan signifikan antar variabel (Santoso, 2021).

Penelitian ini juga memperhatikan aspek etika, termasuk informed consent dari responden, jaminan kerahasiaan data, dan persetujuan dari pihak sekolah serta Dinas Kesehatan Kota Pariaman. Semua prosedur dilakukan sesuai dengan prinsip etika penelitian kesehatan yang berlaku di Indonesia (Departemen Kesehatan RI, 2016).

Pengumpulan data dilakukan dengan cara menyebarkan kuisioner secara langsung kepada semua siswa, penelitian dilakukan setelah dapat persetujuan dari pihak sekolah. Kemudian data di kumpulkan kemudian diperiksa, diberi kode setiap kuisioner, setelah itu dilakukan coding dan selanjutnya data di tabulasi semua setelah di cek dari setiap kuisioner.

Teknik Analisis data ada dua yaitu, Analisis Univariat digunakan

untuk mendeskripsikan karakteristik responden, termasuk distribusi kelas, usia, usia pertama menstruasi. Analisis Bivariat untuk menguji hubungan Dukungan Keluarga Dengan Self Efficacy Terhadap Menstrual Hygiene Pada Remaja Putri, digunakan uji statistik Chi-Square. Uji ini sesuai untuk data kategorik dan bertujuan mengidentifikasi signifikansi hubungan antar variabel. Hasil uji dianggap signifikan apabila nilai $p < 0,05$.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini melibatkan 66 responden siswi kelas VIII dan IX di SMPN 2 Kota Pariaman yang telah mengalami menstruasi. Berdasarkan karakteristik responden, mayoritas berada pada rentang usia 13–15 tahun, yang termasuk dalam kategori remaja pertengahan menurut klasifikasi WHO (2022). Sebagian besar responden mengalami menstruasi pertama pada usia 11–13 tahun, yang menunjukkan bahwa mereka telah memasuki fase pubertas secara fisiologis.

Distribusi dukungan keluarga menunjukkan bahwa 37,9% responden menerima dukungan dalam kategori sedang, sementara 33,3% berada pada kategori tinggi, dan sisanya pada

kategori rendah. Dukungan ini mencakup penyediaan pembalut, edukasi tentang kebersihan menstruasi, serta dukungan emosional selama masa haid. *Self-efficacy* responden terhadap praktik kebersihan menstruasi juga menunjukkan pola yang serupa. Sebanyak 36,4% responden memiliki tingkat *self-efficacy* sedang, 34,8% tinggi, dan sisanya rendah. *Self-efficacy* diukur berdasarkan keyakinan responden dalam melakukan tindakan kebersihan secara mandiri, seperti mengganti pembalut secara teratur dan membersihkan area genital dengan benar.

Praktik MHM yang baik ditemukan lebih dominan pada responden dengan dukungan keluarga tinggi dan *self-efficacy* tinggi. Sebaliknya, responden dengan dukungan keluarga rendah dan *self-efficacy* rendah cenderung menunjukkan praktik kebersihan yang kurang optimal. Uji Hasil uji Chi-Square menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna secara statistik antara dukungan keluarga dan tingkat *self-efficacy* terhadap praktik MHM (nilai $p = 0,001$). Hasil ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi dukungan keluarga yang diterima, semakin besar

pula kemungkinan remaja memiliki self-efficacy yang baik dalam mengelola kebersihan menstruasi.

Tabel 1. Distribusi frekuensi responden berdasarkan dukungan keluarga di SMPN 2 Pariaman (n=66)

Dukungan keluarga	f	%
Kurang	20	30,3
Cukup	25	37,9
Baik	21	31,8
Total	66	100,0

Berdasarkan Tabel diatas, dapat diketahui bahwa dari 66 responden hampir Setengahnya yang dukungan keluarga Cukup mendukung terdapat 25 (37,9%), dan hampir Setengahnya juga responden yang dukungan keluarga Baik terdapat 21 (31,8%).

Tabel 2. distribusi frekuensi responden berdasarkan self Efficacy Menstrual Hygiene management di SMPN 2 Kota Pariaman

Self Efficacy	F	%
Rendah	19	28,8
Sedang	24	36,4
Tinggi	23	34,8
Total.	66	100,0

Berdasarkan Tabel diatas diketahui bahwa dari 66 responden hampir setengahnya memiliki self Efficacy sedang 24 (36,4%) dan hampir setengahnya juga responden memiliki Self Efficacy tinggi yaitu 23 (34,8%).

Tabel 3. Hubungan dukungan keluarga terhadap Self Efficacy Menstrual Hygiene management di SMPN 2 Kota Pariaman

Dukungan keluarga	Kesehatan fisik Rendah f (%)	Sedang f (%)	Tinggi f (%)	Total f (%)	P Value
Kurang	11 (55,0)	1 (5,0)	8 (40,0)	20 (100,0)	0,024
Cukup	7 (28,0)	13 (52,0)	5 (20,0)	25 (100,0)	
Baik	1 (4,8)	10 (47,6)	10 (47,6)	21 (100,0)	
Total	19 (28,8)	24 (36,4)	23 (34,8)	66 (100,0)	

Berdasarkan Tabel diatas diketahui bahwa dari 20 responden dengan dukungan keluarga kurang, sebagian besar yaitu 11 orang (55,0%) memiliki self efficacy rendah dalam pengelolaan menstrual Hygiene management, sementara hanya 1 orang (5,0%) dukungan keluarga cukup (25 orang), sebagian besar yaitu 13 orang (52,0%) Memiliki self efficacy sedang, sedangkan 7 orang (28,0%) memiliki self efficacy Rendah dan 5 orang (20,0%) memiliki self efficacy tinggi. Sementara itu, responden Dengan dukungan keluarga baik (21 orang), distribusi terbesar ditemukan pada Kategori self efficacy sedang (47,6%) dan tinggi (47,6%), sedangkan hanya 1 orang (4,8%) yang memiliki self efficacy rendah.)

Dari hasil uji Chi-Square menunjukkan nilai p-value = 0,001 ($p < 0,05$),

Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara Dukungan keluarga dengan self efficacy dalam pengelolaan menstrual hygiene Management pada remaja putri di SMP N 2 Kota Pariaman tahun 2025, yang berarti H_0 ditolak dan H_a di terima.

Pembahasan

Temuan ini sejalan dengan teori Bandura (1997) yang menyatakan bahwa self-efficacy dipengaruhi oleh dukungan sosial, termasuk dari keluarga. Dukungan keluarga yang mencakup informasi, perhatian, dan bantuan nyata dapat meningkatkan rasa percaya diri remaja dalam menghadapi tantangan kebersihan selama menstruasi.

Penelitian yang dilakukan oleh firnanda (2022). Menemukan bahwa dukungan keluarga, khususnya dari orang tua, berperan penting dalam membentuk perilaku kebersihan menstruasi yang baik. Remaja yang mendapat dukungan emosional dan edukasi cenderung memiliki self efficacy lebih tinggi dalam menjaga kebersihan saat menstruasi. Sedangkan menurut penelitian yang dilakukan oleh Niken, R., et al. (2019). Menemukan bahwa meskipun remaja telah memperoleh informasi yang memadai mengenai kebersihan

menstruasi, rendahnya self efficacy tetap menjadi hambatan dalam penerapan perilaku hidup bersih. Hal ini menunjukkan bahwa peningkatan pengetahuan saja tidak cukup, melainkan perlu dibarengi dengan penguatan kepercayaan diri remaja dalam mengelola kebersihan pribadi. Sejalan dengan itu penelitian yang dilakukan oleh martini et al., (2021) Minimnya dukungan keluarga dapat menurunkan self efficacy remaja putri dalam menjaga kebersihan menstruasi, sehingga meningkatkan risiko gangguan kesehatan reproduksi. Peran keluarga sangat penting dalam membentuk perilaku sehat sejak dini. Berdasarkan temuan Adniyanita (2021), menemukan bahwa meskipun keluarga memberikan dukungan, hal tersebut tidak selalu berpengaruh langsung terhadap perilaku kebersihan menstruasi remaja putri. Sebaliknya, pengaruh dari lingkungan sekitar dan media informasi lebih menentukan dalam membentuk kebiasaan kebersihan pribadi selama menstruasi. Temuan ini menunjukkan bahwa dukungan keluarga bukan satu-satunya faktor yang memengaruhi self efficacy dan perilaku kebersihan remaja. Hasil penelitian ini juga diperkuat oleh data dari Menurut World Health

Organization dan Unicef (WHO, 2024), menunjukkan bahwa pengelolaan kebersihan menstruasi di sekolah masih menghadapi tantangan besar secara global. Kurangnya edukasi, fasilitas sanitasi, dan dukungan sosial menyebabkan banyak remaja putri tidak siap menghadapi menstruasi dengan cara yang sehat dan bermartabat. Ketidaksiapan ini berdampak pada rendahnya self efficacy dan praktik kebersihan yang buruk, serta meningkatkan risiko gangguan kesehatan reproduksi. Dukungan keluarga dan lingkungan sekolah yang memadai sangat diperlukan untuk membentuk perilaku kebersihan menstruasi yang baik.

Berdasarkan hasil penelitian diatas yang Menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan secara statistik antara peran dukungan keluarga dan self-efficacy individu. terhadap praktik menstrual hygiene management (MHM) pada remaja putri di SMPN 2 Kota Pariaman, peneliti membuat beberapa asumsi sebagai dasar pemikiran dalam studi ini:

Peneliti mengasumsikan bahwa semakin tinggi tingkat dukungan keluarga baik berupa informasi, perhatian emosional, maupun penyediaan fasilitas kebersihan

maka semakin baik pula praktik kebersihan menstruasi yang dilakukan oleh remaja putri. Data pendukung yaitu 37,9% responden memiliki dukungan keluarga dalam kategori cukup, dan praktik MHM yang baik lebih banyak ditemukan pada mereka yang mendapat dukungan tinggi. Selanjutnya, Peneliti berasumsi bahwa kepercayaan diri remaja dalam kemampuan mengelola kebersihan diri saat menstruasi sangat memengaruhi tindakan mereka. Remaja dengan self efficacy tinggi cenderung lebih konsisten dan mandiri dalam menjaga kebersihan menstruasi. Data pendukung yaitu 36,4% responden berada dalam kategori self efficacy sedang, dan praktik MHM yang baik lebih dominan pada responden dengan self efficacy tinggi.

Dan terakhir, Peneliti juga berasumsi bahwa dukungan eksternal dari keluarga dan kekuatan internal berupa self efficacy saling memperkuat dalam membentuk perilaku kebersihan menstruasi yang sehat. Ketika keduanya berjalan seimbang, remaja putri lebih mampu menghadapi tantangan menstruasi dengan cara yang higienis dan percaya diri. Data pendukung yaitu Hasil uji Chi-Square memperlihatkan keterkaitan yang bermakna secara

statistik antara dukungan keluarga dan tingkat self-efficacy. terhadap MHM dengan nilai $p = 0,001$.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan terhadap 66 remaja putri di SMPN 2 Kota Pariaman, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dan tingkat self-efficacy terhadap praktik manajemen kebersihan menstruasi (MHM). Responden yang memperoleh dukungan keluarga dalam bentuk informasi, perhatian, dan fasilitas kebersihan menunjukkan tingkat self-efficacy yang lebih tinggi dan praktik kebersihan yang lebih baik selama menstruasi.

Temuan ini memperkuat teori bahwa dukungan sosial, khususnya dari keluarga, berperan penting dalam membentuk keyakinan diri remaja untuk menjalankan perilaku sehat. Self-efficacy yang tinggi memungkinkan remaja putri untuk lebih mandiri dan konsisten dalam menjaga kebersihan diri, meskipun menghadapi tantangan seperti rasa malu atau keterbatasan fasilitas.

Secara keseluruhan, penelitian ini menunjukkan bahwa intervensi

berbasis keluarga dapat menjadi strategi efektif dalam meningkatkan kualitas kesehatan reproduksi remaja, khususnya dalam hal kebersihan menstruasi. Dukungan yang diberikan oleh keluarga tidak hanya berdampak pada aspek fisik, tetapi juga pada aspek psikologis dan perilaku remaja.

REKOMENDASI/SARAN

Berdasarkan kesimpulan di atas, peneliti memberikan beberapa rekomendasi sebagai berikut:

Untuk remaja: Diharapkan agar remaja putri lebih terbuka dalam mencari informasi dan berbicara tentang kebersihan menstruasi. Meningkatkan self-efficacy dapat dilakukan melalui pembiasaan perilaku sehat dan dukungan lingkungan yang positif.

Untuk keluarga: Diharapkan agar orang tua lebih aktif dalam memberikan edukasi dan dukungan emosional kepada anak perempuan selama masa menstruasi. Penyediaan fasilitas kebersihan, komunikasi terbuka, dan perhatian terhadap kebutuhan remaja sangat penting untuk membentuk perilaku kebersihan yang baik.

Untuk institusi pendidikan: Sekolah dapat mengintegrasikan materi tentang kebersihan menstruasi ke dalam

program pendidikan kesehatan, serta melibatkan keluarga dalam kegiatan edukatif. Penyediaan fasilitas sanitasi yang memadai di sekolah juga perlu diperhatikan.

Untuk peneliti selanjutnya: Penelitian ini dapat dijadikan sebagai referensi untuk studi lanjutan yang lebih mendalam, misalnya dengan pendekatan longitudinal atau intervensi edukatif. Peneliti juga dapat mengeksplorasi faktor lain yang memengaruhi MHM, seperti pengaruh media sosial, budaya lokal, atau peran tenaga kesehatan.

DAFTAR PUSTAKA

- Adniyanita. (2021). Pengaruh self efficacy terhadap perilaku hidup bersih dan sehat pada remaja. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 9(2), 112–120.
- Ainggolan, R., & Tambunan, S. (2023). Peran keluarga dalam edukasi kebersihan menstruasi pada remaja putri. *Jurnal Ilmu Kesehatan Reproduksi*, 11(1), 45–53.
- Arikunto, S. (2019). *Prosedur penelitian Suatu pendekatan praktik (Revised.)*. Rineka Cipta.
- Badan Pusat Statistik. (2021). Statistik kesehatan reproduksi Kota Padang. BPS Sumatera Barat.
- Departemen Kesehatan RI. (2016). Pedoman etika penelitian kesehatan. Jakarta: Kemenkes RI.
- Evita Pratiwi. (2020). Studi kasus infeksi saluran kemih pada anak di RSUP Dr. M. Djamil Padang. *Jurnal Diagnostik Medis*, 7(3), 88–94.
- Fadilasani, N., Sari, M., & Ramadhani, T. (2023). Personal hygiene dan dampaknya terhadap kesehatan reproduksi remaja. *Jurnal Kesehatan Remaja*, 5(1), 23–31.
- Fanisyah Azzahrah Firnanda. (2022). Hubungan dukungan keluarga dengan perilaku kebersihan menstruasi pada remaja putri. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 10(2), 67–74.
- Firnanda, F.A. (2022). Pengaruh Dukungan Keluarga terhadap Perilaku Kebersihan Menstruasi pada Remaja Putri. *Jurnal Kesehatan Reproduksi Remaja*, 10(2), 45–52.
- Fitriwati, R., & Arofah, N. (2021). Pengaruh budaya dan komunikasi orang tua terhadap perilaku kebersihan menstruasi. *Jurnal Psikologi Remaja*, 6(1), 34–42.
- Hamidah, S., Yuliana, D., & Putri, (2022) Faktor-faktor yang memengaruhi perilaku kebersihan saat menstruasi. *Jurnal Kesehatan Wanita*, 8(2), 56–63.
- Hako, A., Lestari, D., & Mulyani, S. (2022). Infeksi saluran reproduksi akibat praktik kebersihan menstruasi yang buruk. *Jurnal Epidemiologi Kesehatan*, 4(1), 12–19.
- Hermawati, E., Sari, D., & Ramlan, T. (2021). Peran pendidikan dan lingkungan sosial terhadap kebersihan menstruasi. *Jurnal Pendidikan Kesehatan*, 9(3), 78–85.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). Riset

- Kesehatan Dasar Nasional. Jakarta: Kemenkes RI.
- Martini, R., Sari, M., & Yuliani, T. (2021). Dukungan keluarga dan pengaruhnya terhadap kebersihan diri remaja saat menstruasi. *Jurnal Keluarga Sehat, 7(2)*, 90–98.
- Mu'minun, A., Rahmawati, N., & Sari, R. (2021). Teknik kebersihan area genital selama menstruasi. *Jurnal Keperawatan Reproduksi, 6(1)*, 25–32.
- Nabila, S. (2022). Tahapan perkembangan remaja dan implikasinya terhadap pendidikan kesehatan. *Jurnal Psikologi Perkembangan, 5(2)*, 41–49.
- Notoatmodjo, S. (2018). Metodologi penelitian kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.
- Rosyida, L. (2020). Perubahan fisik dan psikologis pada masa pubertas. *Jurnal Pendidikan Remaja, 4(1)*, 15–22.
- Rosyida, L. (2021). Konsep diri dan penilaian sosial pada remaja. *Jurnal Psikologi Sosial, 5(2)*, 33–40.
- Santoso, S. (2021). Statistik non parametrik untuk penelitian kesehatan. Jakarta: Elex Media Komputindo.
- Sugiyono. (2020). Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D. Bandung: Alfabeta.
- Suryana, D. (2022). Pubertas dan perubahan hormonal pada remaja perempuan. *Jurnal Biologi Kesehatan, 3(2)*, 19–27.
- Wahyuni, R., & Syamiah, N. (2023). Risiko infeksi akibat kebersihan menstruasi yang buruk. *Jurnal Kesehatan Reproduksi, 9(1)*, 50–59.