

DESKRIPSI PERSONAL HYGIENE SAAT MENSTRUASI UNTUK PENCEGAHAN PRURITUS VULVA

Tria Monja Mandira¹, Sabrina Fitri Arli²

^{1,2}Universitas Abdurrab, Riau, Indonesia
triamonja@univrab.ac.id

ABSTRACT

Background: Vulvar pruritus is an itchy complaint in the genital area commonly experienced by adolescent girls during menstruation due to improper personal hygiene. This condition occurs during menstruation due to moisture in the intimate area. The problem in this research is to describe the personal hygiene profile during menstruation for vulvar pruritus prevention among female students at SMPN 36 Pekanbaru. **Research Objective:** To determine the personal hygiene profile of adolescent girls in preventing vulvar pruritus. **Methods:** The study used a quantitative descriptive design. The total sample consisted of 154 female students selected through total sampling technique. The research was conducted at SMPN 36 Pekanbaru from November 2025 to February 2026. Data collection used a 16-item Likert scale questionnaire (maximum score 76) measuring personal hygiene indicators such as frequency of pad changing, vulvar washing technique from front to back, cotton underwear selection, and bathing habits during menstruation. The instrument was validated ($p < 0.05$) and reliable (Cronbach's $\alpha > 0.7$). Data was analyzed univariately using frequency and percentage with SPSS assistance. **Results:** Showed that most respondents had adequate personal hygiene category with 87 students (56.49%), good category 64 students (41.56%), and poor category 3 students (1.95%). **Conclusion** These findings indicate that most female students have implemented fairly good personal hygiene practices as an effort to prevent vulvar pruritus. It is recommended for future researchers to expand the study by including additional discussions such as knowledge and attitude levels, as well as employing an analytical design to explore the relationships between risk factors more comprehensively.

Keywords: personal hygiene, menstruation, vulvar pruritus, adolescent girls

ABSTRAK

Latar belakang : Pruritus vulva merupakan keluhan gatal pada area genitalia yang sering dialami remaja putri saat menstruasi akibat personal hygiene yang kurang tepat. Kondisi ini terjadi ketika menstruasi dikarenakan terjadinya kelembapan di areaewanitaan. Permasalahan dalam penelitian ini adalah bagaimana gambaran personal hygiene ketika menstruasi terhadap pencegahan pruritus vulva pada siswi SMPN 36 Pekanbaru. **Tujuan penelitian :** yaitu untuk mengetahui gambaran personal hygiene remaja putri dalam upaya pencegahan pruritus vulva. **Metode penelitian :** jenis penelitian yang digunakan adalah desain kuantitatif deskriptif. Total sampel berjumlah 154 siswi yang dipilih dengan teknik total sampling. Penelitian ini dilakukan di SMPN 36 Pekanbaru pada Bulan November - Februari. Pengumpulan data menggunakan kuesioner dan dianalisis secara univariat. **Hasil penelitian :** menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki personal hygiene kategori cukup sebanyak 87 orang (56,49%), kategori baik 64 orang (41,56%), dan kategori kurang 3 orang (1,95%). **Kesimpulan:** Temuan ini menunjukkan mayoritas siswi telah menerapkan personal hygiene yang cukup baik sebagai upaya pencegahan pruritus vulva. Disarankan bagi peneliti selanjutnya untuk mengembangkan penelitian dengan menambahkan pembahasan lain seperti tingkat pengetahuan dan sikap serta menggunakan desain analitik untuk mengetahui hubungan antara faktor risiko secara lebih mendalam.

Kata kunci : personal hygiene , menstruasi, pruritus vulva, remaja.

PENDAHULUAN

Kesehatan reproduksi remaja merupakan bagian penting dari kesehatan secara menyeluruh karena menstruasi tidak hanya berkaitan dengan proses fisiologis, tetapi juga berdampak pada kondisi fisik, psikologis, dan sosial remaja putri. WHO menegaskan bahwa kesehatan menstruasi perlu dipahami sebagai isu kesehatan, bukan sekadar kebersihan, karena banyak remaja masih kurang informasi, kurang siap menghadapi menstruasi, dan membutuhkan dukungan edukasi yang memadai agar dapat menjalani menstruasi secara sehat dan bermartabat. Pada masa pubertas, remaja putri mulai mengalami menstruasi sehingga menjadi kelompok yang rentan terhadap masalah kesehatan reproduksi, termasuk gangguan akibat personal hygiene yang kurang baik saat menstruasi (*World Health Organization, 2024*).

Kesehatan reproduksi wanita merupakan bagian penting dari kualitas hidup dan kesejahteraan, sehingga upaya menjaga kesehatan genitalia perlu mendapat perhatian sejak remaja. WHO menegaskan bahwa kesehatan menstruasi tidak hanya berkaitan dengan kebersihan, tetapi juga dengan akses informasi, fasilitas yang memadai, dan dukungan lingkungan yang memungkinkan remaja putri mengelola menstruasi secara sehat dan bermartabat. Menstruasi sebagai proses fisiologis bulanan pada remaja putri membutuhkan perhatian khusus, karena kondisi lembap dan praktik personal hygiene yang kurang tepat dapat memicu gangguan pada area vulva, termasuk pruritus vulvae. Berbagai penelitian terbaru menunjukkan bahwa perilaku personal hygiene saat menstruasi berhubungan dengan kejadian pruritus vulvae pada remaja putri, sedangkan faktor kebersihan yang kurang baik masih sering ditemukan di lingkungan sekolah. Selain menimbulkan rasa gatal dan ketidaknyamanan, pruritus vulvae juga dapat mengganggu aktivitas sehari-hari, sehingga pencegahan melalui edukasi dan kebiasaan higiene yang benar menjadi sangat penting (Rahmah et al, 2025).

Kurangnya perawatan pada area kewanitaannya saat menstruasi akan menyebabkan berbagai masalah kesehatan salah satunya adalah pruritus vulva. Kondisi ini sering terjadi ketika menstruasi dikarenakan terjadinya kelembapan di area kewanitaannya. Ketika menstruasi darah dan keringat keluar secara bersamaan dan menempel pada permukaan vulva, jika pada saat menstruasi remaja putri tidak bisa menjaga kebersihan area kewanitaannya dengan baik dan benar, jamur dan bakteri akan tumbuh subur dan menyebabkan rasa gatal. Rasa gatal yang berlebihan akan membuat remaja menggaruk daerah sekitar kewanitaannya. Akibatnya permukaan kulit akan lecet, terbuka dan meradang. Pruritus vulva merupakan suatu gangguan pada alat kelamin eksternal perempuan yang ditandai dengan rasa gatal atau iritasi. Pruritus vulva biasanya terjadi di malam hari ketika sedang tidur, sehingga kemungkinan menggaruk organ kewanitaannya secara tidak sadar yang mengakibatkan memar dan berdarah (Joshua Dwianisa, 2023).

Berdasarkan data survei yang dilakukan oleh Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) pada tahun 2021, diketahui bahwa gangguan reproduksi akibat kebersihan vulva yang buruk pada remaja wanita di dunia terdiri dari pruritus (25%-50%), vaginosis bakterial (20%-40%), dan trikomoniasis (5%-15%). Berdasarkan data WHO, angka kejadian gangguan reproduksi akibat kebersihan vulva yang buruk pada wanita sebesar 35% (Atiyah, 2024). Dari data statistik di Indonesia, dari total 69,4 juta remaja, sebanyak 63 juta remaja melakukan kebersihan vulva yang sangat buruk. Berdasarkan data dari Kementerian Kesehatan Indonesia, terdapat 5,2 juta remaja putri yang sering mengalami pruritus vulva. Dari jumlah tersebut, 63,3% mengalami kebersihan vulva yang kurang, dan 74,7% mengalami pruritus vulva, menunjukkan adanya hubungan antara kebersihan vulva dan pruritus vulva (Atiyah, 2024).

Salah satu faktor penyebab terjadinya pruritus vulva adalah perilaku personal hygiene yang kurang baik dan belum sesuai dapat dinilai dari bagaimana mahasiswa

memberihkan area genetaliaanya terkhususnya saat menstruasi. Biasanya membersihkan area vulva itu dengan menggunakan air bersih dan membersihkannya dari depan ke belakang (dari arah vagina ke anus) untuk mencegah kotoran atau bakteri dari anus masuk ke vagina serta mengganti pembalut sering mungkin atau tidak lebih dari 6 jam dalam sehari (Atiyah, 2024).

Gejala semacam iritasi, pruritus vulva, gatal-gatal, inflamasi, rasa perih, kemerahan bisa saja dialami oleh perempuan yang sedang menstruasi. Bilamana infeksi semacam ini tidak diindahkan dan diberi tindakan pengobatan, maka infeksi seperti trikomoniasis, vaginosis bakteri, dan kandida akut. Udara panas membuat area intim wanita basah dan berkeringat, sehingga bakteri berkembang biak sehingga menimbulkan bau tak sedap dan mudah menimbulkan penyakit. Tahap selanjutnya akan mempengaruhi kehidupan sosial wanita, karena dapat mengganggu aktivitas sehari-hari. Kurangnya perilaku perawatan intim wanita disebabkan oleh 30% karena area intim yang buruk atau tidak sehat dan 70% karena penggunaan pembalut yang tidak tepat saat menstruasi. Salah satu perilaku yang ditekankan pada remaja putri yang sedang menstruasi adalah menjaga kebersihan area genital (Anggraini, 2022).

Hasil penelitian Barbara & Febrianti (2025) menunjukkan bahwa sebagian besar siswi kelas VIII di MTS Muslimin Tanjung Wangi tahun 2025 masuk ke dalam kategori perilaku kurang baik (58,5%), sebagian besar responden yang mengalami pruritus vulvae (65,9%) dan sebagian besar responden yang kurang baik dengan mengalami pruritus vulvae (65,2%). Penelitian ini membuktikan bahwa ada perilaku kurang baik dari personal hygiene yang berubungan dengan pruritus vulva (Maria Awaldina Dua Barbara, 2025)

Secara teori cara melakukan personal hygiene dengan mencuci vagina dari depan ke belakang dan mengeringkan vagina dengan handuk atau handuk yang lembut. Agar tidak melukai area intim, pakailah pakaian dalam yang baik yang terbuat dari bahan yang menyerap keringat, ganti pembalut setiap 4 jam sekali atau 3-4 kali sehari, setelah mandi dan buang air besar (Anggraini, 2022). Karakteristik ini terdapat juga pada lokasi penelitian, hasil wawancara singkat yang dilakukan oleh peneliti pada 10 siswa SMPN 36 Pekanbaru bahwa 7 dari 10 siswi yang diwawancarai mengeluh sering merasa gatal pada area vulva saat menstruasi, dan 5 dari 10 mahasiswa mengatakan menggunakan pembalut diatas 6-7 jam dan masih kurang dalam meningkatkan personal hygiene. Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui gambaran personal hygiene ketika menstruasi terhadap pencegahan pruritus vulva di SMPN 36 Pekanbaru Tahun 2025.

METODE

Jenis penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan desain penelitian deskriptif. Variabel dalam penelitian ini yaitu siswi SMPN 36 Pekanbaru. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswi aktif SMPN 36 Pekanbaru yang berjumlah 154 orang dan sudah mengalami menstruasi. Sampel pada penelitian ini peneliti menggunakan total sampling dengan jumlah sampel keseluruhan 154 orang. Populasi, Sampel, dan Pengumpulan data dengan menggunakan data primer yang diperoleh dengan menyebarkan kuesioner kepada seluruh siswi aktif SMPN 36 Pekanbaru.

Kuesiner yang digunakan mengadap dari kuesioner Jannah (2023). Jenis pertanyaan yang digunakan dalam kuesioner ini adalah personal hygiene siswi saat menstruasi. Kuesioner ini akan memuat 16 pertanyaan terkait personal hygiene ketika mensruasi dengan total skor 64, untuk pernyataan yang bersifat positif, maka untuk skor setiap kriteria jawaban selalu diberi skor 4, sering diberi skor 3, jarang diberi skor 2 dan tidak pernah diberi skor 1. Sedangkan untuk pernyataan yang bersifat negatif skor setiap kriteria jawaban selalu diberi skor 1,sering diberi skor 2, jarang diberi skor 3 dan tidak

pernah diberi skor. Instrumen ini menggunakan uji validitas dengan rumus Product Moment dengan bantuan program computer SPSS 25 For Windows, instrumen ini dinyatakan valid dengan nilai p value < 0,05 Uji reliabilitas menggunakan salah satu program komputer, kuesioner dikatakan reliabel dengan nilai Alpha Cronbach > 0,6 atau mendekati 1 (Jannah 2023). Kriteria inklusi pada penelitian ini meliputi : Seluruh siswi aktif SMPN 36 Pekanbaru, Sudah mengalami siklus menstruasi. Kriteria eksklusi yaitu siswi yang tidak bersedia menjadi responden dan siswi yang tidak menandatangani surat persetujuan. Peneliti terlebih dahulu memberikan penjelasan kepada responden dan meminta persetujuan melalui informed consent sebelum mengisi kuesioner. Selanjutnya, kuesioner disebarkan kepada responden.

HASIL

Tabel 1.

Gambaran Frekuensi Responden Berdasarkan Personal Hygiene

Variabel	Jumlah	Persentase (%)
Karakteristik Pekerja :		
Umur		
- 12 Tahun	23	14,93%
- 13 Tahun	26	16,88%
- 14 Tahun	47	30,52%
- 15 Tahun	58	37,66%
Kelas		
- Kelas 7	49	31,82%
- Kelas 8	49	31,82%
- Kelas 9	56	36,36%
Pengetahuan Remaja		
- Kurang	3	1,95%
- Cukup	87	56,49%
- Baik	64	41,56%

Berdasarkan tabel 1 di atas menunjukkan bahwa 154 reponden di SMPN 36 Pekanbaru, mayoritas distribusi responden menurut usia yaitu usia 15 berjumlah 58 responden (37,66%). Distribusi responden menurut kelas yaitu mayoritas kelas 9 berjumlah 56 responden (36,36%). Distribusi responden berdasarkan pengetahuan tentang personal hygiene remaja yaitu mayoritas pengetahuan remaja tentang personal hygiene berkategori cukup berjumlah 87 responden (56,49%),

PEMBAHASAN

Penelitian ini melibatkan 154 siswi sebagai responden. Hasil penelitian menunjukkan karakteristik remaja putri SMPN 36 Pekanbaru berdasarkan kelas dengan mayoritas siswi kelas 9 berjumlah 56 orang (36,36%), dan karakteristik remaja putri berdasarkan umur dengan mayoritas usia siswi 15 tahun berjumlah 58 orang (37,66%). Temuan ini sejalan dengan penelitian Rahmah, Mulyani, dan Kamariyah (2025) pada remaja putri SMAN 8 Kota Jambi yang melaporkan dominan responden usia 15-16 tahun sebanyak 82 responden (83,7%) sebagai kelompok dengan risiko tertinggi mengalami masalah hygiene menstruasi dan pruritus vulva. Prevalensi tinggi pada usia pertengahan remaja ini dapat dijelaskan karena fase pubertas puncak di mana siklus menstruasi mulai stabil namun kesadaran hygiene masih berkembang, sehingga memerlukan intervensi edukasi khusus pada kelompok usia 14-15 tahun. Hasil ini menegaskan bahwa sebagian besar siswi sudah menerapkan personal hygiene yang sesuai. Angka 56,49% siswi

mempunyai personal hygiene yang cukup dan 41,56% mempunyai personal hygiene yang baik menunjukkan bahwa 98,05% siswi sudah sesuai dalam melakukan personal hygiene ketika menstruasi. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar siswi memiliki personal hygiene yang cukup baik ketika menstruasi terhadap pencegahan pruritus vulva. Pemahaman tersebut tercermin dari kemampuan siswi dalam melakukan personal hygiene yang sesuai.

Dari hasil penelitian di SMPN 36 Pekanbaru tentang personal hygiene dikategorikan cukup, penelitian ini sejalan dengan penelitian Srinata (2024) pada remaja putri di SMKN 3 Palangkaraya dengan jumlah responden 114 orang, dengan mayoritas memiliki personal hygiene yang cukup sebanyak 62 orang (54,4%), sedangkan remaja yang berperilaku baik sebanyak 22 orang (19,3%) dan sebanyak 30 orang (26,3%) remaja berperilaku kurang. Kemudian ditemukan hasil penelitian pada remaja putri di SMP Negeri 4 Surakarta tahun 2024, yang menunjukkan bahwa gambaran perilaku personal hygiene saat menstruasi mayoritas berada pada kategori baik (Putri, D. A., & Imamah, I. N. (2025). Temuan lain pada remaja putri di Desa Tuntungan II tahun 2023 juga melaporkan bahwa sebagian besar responden memiliki perilaku personal hygiene dalam kategori baik, yaitu 83,3%, kategori cukup 13,4%, dan kategori kurang 3,3% (Nurhayati, Putri, A., Raihan, A. F., Maulana, A., Siregar, A. P., Darmayanti (2023). Hasil tersebut memperkuat temuan penelitian ini bahwa sebagian besar siswi telah memiliki personal hygiene saat menstruasi pada kategori cukup dan baik, yaitu masing-masing 56,49% dan 41,56%, meskipun masih terdapat 1,95% siswi dengan kategori kurang. Namun ditemukan perbedaan pada penelitian Jannah (2023) pada remaja putri di SMP Negeri 1 Mayang dengan jumlah responden 52 orang ditemukan mayoritas memiliki personal hygiene yang kurang yaitu sebanyak 25 orang (48,1%), sedangkan remaja putri yang memiliki personal hygiene cukup sebanyak 17 orang (32,7%), dan sebanyak 10 orang (10,9%) memiliki personal hygiene yang baik. Hal ini menggambarkan kurangnya pencegahan terhadap pruritus vulva disebabkan dengan personal hygiene yang kurang.

Srinata (2024) menyatakan personal hygiene ketika menstruasi mempunyai pengaruh terhadap pencegahan pruritus vulva, semakin baik personal hygiene seseorang maka semakin tinggi tingkat pencegahan terhadap pruritus vulva, namun sebaliknya semakin kurang personal hygiene seseorang maka semakin rendah pencegahan terhadap pruritus vulva yang akan mengakibatkan meningkatnya jumlah penderita pruritus vulva. Perilaku personal hygiene saat menstruasi pada remaja merupakan perilaku kesehatan yang terbentuk melalui proses belajar dan adaptasi terhadap perubahan fisik, psikologis, serta informasi yang diterima selama masa pubertas. Penelitian terbaru menunjukkan bahwa pengetahuan memiliki peran penting dalam membentuk perilaku vulva hygiene saat menstruasi; semakin baik tingkat pengetahuan remaja, maka semakin baik pula praktik hygiene yang dilakukan. Namun demikian, penelitian lain juga menunjukkan bahwa pengetahuan saja tidak selalu cukup, karena perilaku menstruasi turut dipengaruhi oleh sikap, lingkungan, serta dukungan edukasi yang diterima remaja (Sumbayak, S. M., Sopianah, Y., & Nurhidayah, I, 2024). Keluarga merupakan orang-orang yang paling dekat dengan remaja. Apalagi remaja putri baru memasuki masa pubertas dimana terjadi banyak perubahan pada dirinya terutama menstruasi. Keberadaan ibu maupun kakak perempuan dalam memberikan edukasi seputar perawatan diri pada remaja yang akan membantu dalam meningkatkan kesiapan remaja dan memenuhi informasi remaja mengenai perawatan diri yang baik saat menstruasi. Dukungan keluarga sebagai pemberi penyuluhan kesehatan sangat dibutuhkan untuk terbentuknya personal hygiene yang baik sehingga tingginya tingkat pencegahan pruritus vulva pada kalangan remaja (Kadek & Swantari, 2021).

Menurut peneliti personal hygiene ketika menstruasi merupakan faktor penting yang berperan dalam upaya pencegahan pruritus vulva pada remaja putri. Remaja yang memiliki personal hygiene yang baik, seperti membersihkan area genitalia dengan cara yang benar, mengganti pembalut secara teratur, menjaga area genitalia tetap kering, menghindari kelembapan, dan menggunakan pakaian dalam yang bersih dan menyerap keringat, cenderung memiliki resiko yang lebih rendah mengalami pruritus vulva. Hal ini disebabkan personal hygiene yang tepat mampu mencegah penumpukan darah menstruasi, keringat, kelembapan yang berlebihan di area genitalia yang dapat menjadi media pertumbuhan bakteri dan jamur penyebab iritasi dan infeksi. Beberapa keterbatasan dalam penelitian ini adalah yang pertama kesulitan dalam pengumpulan data karena partisipan berupa siswa terbagi menjadi dua sesi waktu belajar yang berbeda. Kondisi ini menyebabkan waktu observasi dan distribusi kuesioner menjadi terbatas, sehingga jumlah responden yang dapat dijangkau dalam satu waktu tidak maksimal. Oleh karena itu, hasil penelitian ini diasumsikan dapat menjadi dasar bahwa peningkatan personal hygiene yang baik selama menstruasi dapat meningkatkan pencegahan terhadap pruritus vulva pada remaja putri, serta mendukung pentingnya program pendidikan kesehatan reproduksi di lingkungan sekolah sebagai upaya pencegahan gangguan kesehatan organ reproduksi

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan penelitian yang dilakukan pada tanggal 11 Februari 2026 terhadap responden tentang “Gambaran Personal Hygiene Ketika Menstruasi Terhadap Pencegahan Pruritus Vulva Di SMP Negeri 36 Pekanbaru Tahun 2025 yaitu mayoritas distribusi responden menurut kelas yaitu kelas 9 berjumlah 56 responden (36,36%), Mayoritas distribusi responden menurut umur yaitu umur 15 berjumlah 58 responden (37,66%). Mayoritas distribusi responden memiliki personal hygiene cukup sebanyak 87 responden (56,49%). Diharapkan remaja putri dapat meningkatkan dan mempertahankan personal hygiene yang baik ketika menstruasi, seperti membersihkan area genitalia dengan benar, mengganti pembalut dengan teratur dan menjaga area genitalia dalam keadaan kering. Penerapan personal hygiene yang baik diharapkan dapat mencegah terjadinya pruritus vulva dan menjaga kesehatan reproduksi. Upaya peningkatan personal hygiene melalui menyediakan fasilitas sanitasi yang memadai, seperti toilet yang bersih, air yang bersih, dan tempat pembuangan pembalut yang layak, guna mendukung penerapan personal hygiene yang optimal di lingkungan sekolah.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih yang tulus peneliti sampaikan kepada seluruh pihak yang telah memberikan dukungan, bantuan, serta kontribusi yang berarti selama proses penyusunan laporan penelitian ini. Terima kasih disampaikan kepada pihak-pihak yang telah membantu baik dalam bentuk bimbingan teknis, masukan ilmiah, maupun dukungan moral dan fasilitas. Peneliti juga mengapresiasi peran serta lembaga, instansi, serta individu yang telah meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran demi kelancaran pelaksanaan kegiatan dan penyusunan laporan penelitian ini. Segala bentuk bantuan yang telah diberikan sangat berharga dan memberikan dampak positif terhadap terselesaikannya laporan ini dengan baik.

KONFLIK KEPENTINGAN

Penulis menyatakan bahwa tidak ada konflik kepentingan.

DAFTAR PUSTAKA

- Anggraini, Neneng Sriyuliyani & Nova (2022). “*Hubungan personal hygiene dengan kejadian pruritus vulvae saat menstruasi pada remaja putri di SMPN 1 Cikulur tahun 2022* [The relationship of personal hygiene with pruritus vulvae incidence during menstruation among adolescent girls at SMPN 1 Cikulur in 2022. *Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 9(Supp-1), 156–164. <https://doi.org/10.14710/jikep.v9iSupp-1.1602>.”
- Atiyah, N. (2024). *Hubungan perilaku vulva hygiene dengan kejadian pruritus vulvae pada remaja putri: Literature review Relationship between vulva hygiene behavior and pruritus vulvae incidence in adolescent girls: Literature review*. Universitas Dr. Soebandi (UDS), Jember. <http://repo.uds.ac.id/id/eprint/1215>
- Joshan Dwanisya, Yanita Tri Setiyaningsih. 2023. “*Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Vulva Hgiene Dengan Kejadian Pruritus Vulva Pada Saat Menstruasi Di SMP PGRI Kasihan Bantul.*” 1(2): 56–62.
- Kadek, N. I., & Swantari, D. (2021). *The relationship between knowledge level and vulva hygiene behavior during menstruation with the severity of pruritus vulvae incidence in female students at SMP Widyasakti Denpasar*. Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar. http://repository.itekesbali.ac.id/medias/journal/B_17C10073_2021_NI_kadek_devariayani_swantaribali.ac.id/medias/journal/b_17c10073_2021_ni_kadek_devariayani_swantari.
- Maria Awaldina Dua Barbara, Indri Febrianti. 2025. “*Hubungan perilaku personal hygiene saat menstruasi dengan kejadian pruritus vulvae pada siswi kelas VIII di MTS Muslimin Tanjung Wangi Kabupaten Bandung Barat tahun 2025*. *SINERGI: Jurnal Riset Ilmiah*, 2(8), 3855–3863. <https://doi.org/10.55885/sinergi.v2i8.1634>.
- Nurhayati, Putri A, Raihan AF, Maulana A, Siregar AP, Darmayanti, et al. *Tingkat pengetahuan dengan perilaku personal hygiene remaja putri pada saat menstruasi di Desa Tuntungan II*. *Health Information: Jurnal Penelitian*. 2023;15(2):e1341
- Putri DA, Imamah I,N. *Gambaran perilaku personal hygiene menstruasi pada remaja putri di SMP Negeri 4 Surakarta*. *Detector: Jurnal Inovasi Riset Ilmu Kesehatan*. 2025;3(3):33-43. doi:10.55606/detector.v2i3.4216
- Rahmah, T. N., Mulyani, S., & Kamariyah, K. (2025). *Hubungan personal hygiene saat menstruasi terhadap kejadian pruritus vulvae pada remaja putri di SMAN 8 Kota Jambi*. *Jurnal Keperawatan Universitas Jambi*, 7(1), 13–22. <https://doi.org/10.22437/jkuj.v7i1.19857>
- Sumbayak, S. M., Sopianah, Y., & Nurhidayah, I. (2024). *The relationship between knowledge level and vulva hygiene behavior during menstruation in adolescents*. *Indonesian Journal of Global Health Research*, 6(4), 1-10. <https://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/IJGHR/article/view/4467>
- World Health Organization (2024). *Global report reveals major gaps in menstrual health and hygiene in schools*. <https://www.who.int/news/item/28-05-2024-global-report-reveals-major-gaps-in-menstrual-health-and-hygiene-in-schools>