

---

## **Upaya Peningkatan Pengetahuan Remaja Putri Tentang *Personal Hygiene* Saat Menstruasi Melalui Metode *Lecturing* di SMPN 18 Surakarta**

**Ika Sugiarti<sup>1\*</sup>, Firdy Rama Permana Putra<sup>2</sup>, Dzul Fahmi Afriyanto<sup>3</sup>, Muna Maimunah Salsabila<sup>4</sup>**

<sup>1,2,4</sup>Program Studi D4 Promosi Kesehatan, Universitas Kusma Husada Surakarta,

Jl. Jaya Wijaya No..11, Kadipiro, Banjarsari, Surakarta, 57136, Jawa Tengah, Indonesia

Program S1 Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Diponegoro,

Jl. Prof. Jacob Rais, Tembalang, Semarang, 50275, Jawa Tengah, Indonesia

\*Email Korespondensi: [ikasugiarti@ukh.ac.id](mailto:ikasugiarti@ukh.ac.id)

### ***Abstract***

*Based on GLOBOCAN estimates in 2018, cervical cancer is ranked second in cancer incidence with 32,469 new cases and ranks third as a cause of death from cancer with 18,729 deaths in Indonesia. Hygiene during menstruation plays an essential role in a person's health status, including avoiding disorders in the function of the reproductive organs. During menstruation, blood vessels in the uterus are very easily infected. Therefore, genital hygiene must be maintained because germs can quickly enter and cause reproductive tract diseases. Consequently, it is necessary to increase knowledge about Surakarta and personal hygiene among adolescents, especially adolescents at SMPN 18 Surakarta City, many of whom still do not know the dangers of poor personal hygiene during menstruation. This community service aims to provide information about personal hygiene during menstruation to SMPN 18 Surakarta City students. The community service method uses lecturing, intervention using powerpoint, discussion and question and answer. This community service activity is done through socialization with PowerPoint presentations to 16 SMPN 18 Surakarta students. There is an increase in knowledge related to personal hygiene during menstruation using the lecturing method, with the pre-test category of good knowledge only 11 students; after the intervention of information exposure, the post-test results showed that good knowledge increased to 16 students. There is an increase in students' knowledge about personal hygiene during menstruation using the lecturing method.*

**Keywords:** *adolescents, knowledge, menstruation, personal hygiene*

### **Abstrak**

Berdasarkan estimasi GLOBOCAN tahun 2018, kanker serviks berada di peringkat kedua insidensi kanker dengan 32.469 kasus baru dan menempati peringkat ketiga penyebab kematian akibat kanker dengan 18.729 kematian di Indonesia. Hygiene saat menstruasi memegang peranan penting dalam status kesehatan seseorang, termasuk menghindari adanya gangguan pada fungsi alat reproduksi. Pada saat menstruasi, pembuluh darah dalam rahim sangat mudah terinfeksi, oleh sebab itu kebersihan alat kelamin harus lebih dijaga karena kuman mudah sekali masuk dan dapat menimbulkan penyakit pada saluran reproduksi. Maka dari itu, diperlukan adanya peningkatan pengetahuan tentang *personal hygiene* saat menstruasi di kalangan remaja terutama remaja di SMPN 18 Kota Surakarta yang masih banyak belum mengetahui bahaya *personal hygiene* yang buruk saat menstruasi. Tujuan pengabdian ini untuk memberikan informasi tentang *personal hygiene* saat menstruasi pada Siswi SMPN 18 Kota Surakarta. Metode pengabdian menggunakan *lecturing*, intervensi menggunakan power point, diskusi dan tanya jawab. Kegiatan pengabdian ini berupa sosialisasi dengan power point kepada siswi SMPN 18 Surakarta yang berjumlah 16 orang. Terdapat peningkatan pengetahuan terkait *personal hygiene* saat menstruasi menggunakan metode *lecturing*,

---

dengan kategori *pre-test* berpengetahuan baik hanya 11 siswi (68,75%), berpengetahuan cukup 5 siswi (31,25%), setelah dilakukan intervensi pemaparan informasi didapatkan hasil *post-test* berpengetahuan baik meningkat menjadi 16 siswi (100%). Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan siswi tentang *personal hygiene* saat menstruasi dengan metode *lecturing*.

**Kata Kunci:** remaja, menstruasi, pengetahuan, *personal hygiene*

## PENDAHULUAN

*Personal hygiene* adalah peningkatan kesehatan melalui implementasi tindakan kebersihan yang dilakukan saat menstruasi bertujuan untuk menjaga kebersihan dan kesehatan individu sehingga mendapatkan kesejahteraan fisik, psikis dan meningkatkan derajat kesejahteraan<sup>1</sup>. Akibat kurangnya pemahaman *personal hygiene* genitalia adalah terjadinya gangguan kesehatan reproduksi seperti keputihan, infeksi saluran kemih (ISK), penyakit radang panggul (PRP) dan terjadi kanker leher rahim, sehingga dibutuhkan informasi yang sangat baik mengenai kesehatan reproduksi agar remaja memiliki pemahaman yang baik supaya dapat mencegah terjadinya penyakit reproduksi<sup>2</sup>.

Berdasarkan laporan data *Global Burden of Cancer (GLOBOCAN)*, proyek dari *International Agency for Research on Cancer (IARC)*, pada tahun 2018 terdapat 18,1 juta kasus baru kanker dan 9,6 juta kematian akibat kanker di seluruh dunia. Dari insiden kanker tersebut, kanker serviks menempati peringkat keempat insidensi kanker pada wanita di dunia setelah kanker payudara, kanker kolorektal dan kanker paru-paru. Selain itu, berdasarkan estimasi *GLOBOCAN* tahun 2018, kanker serviks berada diperingkat kedua insidensi kanker dengan 32.469 kasus baru dan menempati peringkat ketiga penyebab kematian akibat kanker dengan 18.729 kematian di Indonesia. Menurut data *GLOBOCAN* dalam *IARC* (2020), kasus kanker serviks di Indonesia meningkat berjumlah 36,633 (17,2%) dengan kematian sejumlah 234.51<sup>3</sup>.

Di Jawa Tengah, 4.300 kasus kanker serviks dilaporkan pada tahun 2019, terhitung 5,7% wanita berusia 30-50 tahun. Sedangkan di Pemerintah Kota Surakarta Jawa Tengah, terdapat 3,4% orang dari 4.300 orang menderita kanker serviks pada tahun 2019, berdasarkan data Dinas Kesehatan Jawa Tengah<sup>4</sup>. Kasus kanker serviks di Kabupaten Surakarta pada bulan Juni 2021 sebanyak 87 kasus di 17 Puskesmas yang ada<sup>5</sup>. Menurut Yuni, *hygiene* saat menstruasi memegang peranan penting dalam status kesehatan seseorang, termasuk menghindari adanya gangguan pada fungsi alat reproduksi. Pada saat menstruasi, pembuluh darah dalam rahim sangat mudah terinfeksi, oleh sebab itu kebersihan alat kelamin harus lebih dijaga karena kuman mudah sekali masuk dan dapat menimbulkan penyakit pada saluran reproduksi<sup>6</sup>.

Kanker serviks, atau kanker leher rahim, adalah pertumbuhan sel-sel abnormal pada leher rahim. Faktor-faktor yang memengaruhi terjadinya kanker serviks meliputi sering berganti pasangan seksual, usia pertama kali melakukan hubungan seksual di bawah 18 tahun, kebiasaan merokok pada wanita, usia produktif seksual, penggunaan kontrasepsi oral, kehamilan lebih dari tiga kali, dan *personal hygiene* genitalia yang buruk<sup>7</sup>. Pertumbuhan serviks menjadi ganas merupakan kanker nomor dua terbanyak pada wanita di Indonesia, hal ini terjadi karena masih banyak generasi muda yang kurang memperhatikan kebersihan diri ketika menstruasi<sup>8</sup>.

Berbagai penelitian mengenai *Personal Hygiene* pada menstruasi telah banyak dilakukan. Pertama terdapat perubahan pengetahuan remaja tentang *personal hygiene* saat menstruasi di SMP Negeri 2 Batang Angkola Tapanuli Selatan tahun 2017, dengan persentase pengetahuan baik sebelum pendidikan kesehatan sebanyak 19 siswa (27,9%) dan

---

sesudah dilakukan pendidikan kesehatan naik menjadi 52 siswa (76,5%) dari 68 siswa<sup>9</sup>. Penelitian Laras dkk. (2020)<sup>10</sup> menunjukkan bahwa terdapat pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan, sikap, dan tindakan *personal hygiene* pada siswi SMP dan SMA di Yayasan Pasraman Gurukula Bangli, dengan nilai p-value sebesar  $0,001 < 0,05$ . Penelitian lain menunjukkan bahwa terdapat pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan, dan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi pada siswi SMP, dengan distribusi pengetahuan baik pada *pre-test* sebesar 71% (22 siswi) dan *post-test* sebesar 96,7% (30 siswi)<sup>11</sup>.

Berdasarkan studi pendahuluan dengan salah satu guru di SMPN 18 Surakarta menyatakan bahwa sudah pernah ada penelitian mengenai *personal hygiene* menggunakan media ceramah. Dilakukan wawancara terhadap beberapa siswi diketahui bahwa rata-rata Remaja Putri masih kurang paham terkait informasi mengenai menjaga *Personal Hygiene* (menstruasi). Maka dari itu, perlu adanya upaya peningkatan pengetahuan remaja putri tentang *Personal Hygiene* Saat Menstruasi melalui metode *lecturing* di SMPN 18 Surakarta.

## METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan di ruang aula SMPN 18 Surakarta, pada tanggal 24 Juli 2024 dengan jumlah peserta 16 siswi. Kegiatan ini dibantu oleh beberapa orang mahasiswa Program Studi D IV Promosi Kesehatan Universitas Kusuma Husada Surakarta. Metode yang digunakan adalah *lecturing* dengan memberikan pendidikan kesehatan, *pre-post test*. Metode ini sesuai dengan tujuannya yaitu memberikan informasi dan materi guna meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang *personal hygiene* saat menstruasi dan dampak serta bahaya tidak menjaga kebersihan kewanitaan (vulva) saat menstruasi. Media yang digunakan dalam kegiatan ini adalah *powerpoint* dan poster. Tahap pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini, sebagai berikut:

### 1. Persiapan

Pada tahap ini tim melakukan survey pendahuluan ke SMPN 18 Surakarta, setelah data terkumpul tim melakukan perizinan ke SMP dengan menyerahkan surat ijin pengabdian kepada bagian TU SMP. Setelah penyerahan surat, pihak TU memberikan arahan untuk menunggu karena alur administrasi yang ada. Dilain waktu tim mendapat pesan balasan dari surat yang telah diajukan ke pihak SMP, tim melakukan diskusi terkait hari, tanggal, dan jam pelaksanaan, kemudian diskusi rangkaian kegiatan yang akan dilakukan oleh tim pengabdian, dan menentukan jumlah siswi, serta pemilihan ruangan untuk kegiatan pengabdian.

Dilain sisi tim membagi tugas untuk melakukan desain media *powerpoint* dan media poster yang akan digunakan saat kegiatan pengabdian. Rencana kegiatan pengabdian ini memberikan informasi dan edukasi kesehatan tentang *personal hygiene* saat menstruasi serta bahaya dan dampak jika tidak menjaga kebersihan saat menstruasi dengan metode *lecturing*.

### 2. Pelaksanaan

Melakukan pembukaan serta perkenalan dari tim pengabdian, kemudian dilanjutkan dengan absensi serta pembagian makanan. Setelah itu tim membagikan selebaran angket kepada siswi untuk dilakukan uji *pre-test*, kemudian tim pengabdian memberikan edukasi kesehatan, selanjutnya melakukan sesi diskusi dan tanya jawab, dilanjutkan dengan *post-test*, sebelum dilakukan penutupan tim pengabdian melakukan kegiatan foto bersama dengan siswi.

### 3. Monitoring dan Evaluasi

Monitoring dan evaluasi dilakukan terhadap semua rangkaian kegiatan, mulai dari persiapan, pelaksanaan dan evaluasi akhir. Monitoring dan evaluasi dilakukan secara

langsung kepada siswi SMPN 18 Surakarta yang telah diberikan edukasi. Evaluasi dilakukan dengan cara pemberian angket pos-test kepada para siswi. Evaluasi ini bertujuan untuk mengetahui sejauh mana tingkat pengetahuan siswi terkait *personal hygiene* saat menstruasi.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan pengabdian masyarakat dilakukan oleh Program Studi Promosi Kesehatan Program Sarjana Terapan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Kusuma Husada. Pengabdian masyarakat ini mengusung tema tentang Upaya Peningkatan Pengetahuan Remaja Putri Tentang *Personal Hygiene* Saat Menstruasi Melalui Metode *Lecturing* Di Smpn 18 Surakarta. Kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 23 Juli 2024. Peserta dalam pengabdian masyarakat ini ialah 16 siswi SMPN 18 Surakarta.

Penyampaian informasi *personal hygiene* saat menstruasi pada remaja dilakukan oleh Dosen dan Mahasiswa Promosi Kesehatan. Materi yang disampaikan ke siswi antara lain pengertian menstruasi, siklus menstruasi, *premenstrual syndrome*, cara menjaga kebersihan saat menstruasi, mitos seputar menstruasi, dampak dan bahaya jika tidak menjaga kebersihan saat menstruasi. Sebelum diberi informasi, team memberikan selebaran formulir yang berisi kuesioner pertanyaan terkait menjaga kebersihan saat menstruasi.

Setelah melakukan pengisian kuesioner sebelum penyampaian informasi atau *pre-test*. Selanjutnya adalah penyampaian informasi, metode yang digunakan dalam penyampaian materi menggunakan metode *lecturing* atau sering disebut metode ceramah. Dalam metode ini selama penyampaian materi komunikasi yang digunakan verbal satu arah. Media yang digunakan adalah *Power Point* yang ditampilkan melalui proyektor dalam kelas. Selama penyampaian materi siswi sangat senang dan antusias.



Gambar 1. Powerpoint Menjaga Kebersihan

Gambar 2. Powerpoint Menjaga Kebersihan



Gambar 3. Powerpoint Dampak dan Bahaya



Gambar 4. Poster Kebersihan Menstruasi

Seusainya penyampaian materi, team pengabdian masyarakat membuka sesi diskusi dengan siswi seputar menjaga kebersihan saat menstruasi. Diskusi berjalan baik dan lancar, banyak siswi yang antusias berdiskusi. Setelah berdiskusi team meminta kepada seluruh siswi untuk mengerjakan ulang kuesioner yang sama atau disebut post-test, untuk mengukur apakah terapat peningkatan pengetahuan pada seluruh siswi terkait *personal hygiene* saat menstruasi.

Berikut merupakan perbandingan hasil *pre-test* dan *post-test* saat diberi informasi melalui metode lecturing dengan media power point:

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Nilai *Pre-Test* dan *Post-Test* Pengetahuan Siswi

| Pengetahuan | Pre-Test |       | Post-Test |     |
|-------------|----------|-------|-----------|-----|
|             | N        | %     | N         | %   |
| Baik        | 11       | 68,75 | 16        | 100 |
| Cukup       | 5        | 31,25 | 0         | 0   |
| Kurang      | 0        | 0     | 0         | 0   |

Berdasarkan tabel diatas nilai pengetahuan siswi *pre-test* dengan kategori kurang sebanyak 0 orang dengan persentase (0%), siswi dengan kategori pengetahuan cukup sebanyak 5 orang dengan persentase (31,25%), siswi dengan kategori pengetahuan baik sebanyak 11 orang dengan persentase (68,75%). Nilai pengetahuan siswi setelah mendapatkan penyampaian intervensi didapatkan hasil bahwa seluruh siswi berpengetahuan baik dengan jumlah 16 orang dengan persentase (100%). Dapat dikatakan bahwa penyampaian informasi *personal hygiene* saat menstruasi pada remaja menggunakan metode *lecturing* berhasil meningkatkan pengetahuan.

Informasi yang diperoleh baik dari pendidikan formal maupun non formal dapat memberikan pengaruh jangka pendek (*immediate impact*) sehingga menghasilkan perubahan atau peningkatan pengetahuan. Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang (*overt behavior*)<sup>12</sup>.

Proses pendidikan kesehatan dengan penggunaan media merupakan *alternative* pembelajaran untuk memenuhi kebutuhan anak para remaja, sehingga dapat mengoptimalkan kemampuan, penalaran dan keterampilannya dalam meningkatkan pengetahuan remaja tentang perawatan diri. Penyuluhan kesehatan bertujuan mengubah perilaku kurang sehat menjadi sehat yang artinya dapat mengubah pengetahuan responden yang kurang baik menjadi baik<sup>13</sup>.

Hal ini didukung pula dengan teori yang mengatakan bahwa pemilihan dan penggunaan alat bantu media merupakan salah satu komponen yang penting dilakukan, dengan tujuan agar membantu penggunaan indra sebanyakbanyaknya. Seseorang mendapat pengetahuan melalui panca inderanya, dimana sebagian besar diperoleh melalui indera penglihatan (mata) yaitu sebesar 83% dan indera pendengar (telinga) yaitu sebesar 11%, sedangkan sisanya melalui indera perasa 1%, indera peraba 2% dan indera penciuman 3%<sup>14</sup> (Budiadi dkk., 2024).

Penelitian Utami dkk. (2024), menunjukkan bahwa terdapat pengaruh dari metode ceramah dan diskusi *peer group* terhadap tingkat pengetahuan dan sikap pada 30 responden dalam pencegahan pruritus vulvae saat menstruasi. Dimana dalam penelitian ini sasarannya adalah siswi kelas VII. Metode ceramah dan diskusi *peer group* dapat dijadikan sebagai salah satu sarana pendidikan kesehatan untuk merubah perilaku kesehatan menjadi lebih baik dan dapat meningkatkan kebersihan remaja putri saat menstruasi dalam pencegahan pruritus vulvae<sup>15</sup>.

Penelitian Pujiastuti dkk. (2020), menunjukkan bahwa dari 20 responden sebagian besar responden berumur 13 tahun sebanyak 11 responden (55%), didapat hasil terdapat ke efektifan tingkat pengetahuan personal hygiene sebelum dan sesudah dilakukan pendidikan kesehatan metode ceramah dan *buzz group* discussion pada remaja putri di SMP Negeri 3 Larangan. Sehingga pendidikan kesehatan dengan metode ceramah dan *buzz group* efektif terhadap tingkat pengetahuan personal hygiene pada remaja putri<sup>16</sup>.

Berdasarkan hasil dan pembahasan diatas dapat dikatakan bahwa dalam pengabdian masyarakat yang ditujukan kepada siswi SMP menggunakan metode lecturing atau ceramah sangat efektif untuk meningkatkan pengetahuan. Didukung dengan media power point untuk menyampaikan informasi kesehatan terkait personal hygiene saat menstruasi.



Gambar 1. Pembukaan dan Perkenalan



Gambar 2. Pre-Test



Gambar 3. Edukasi



Gambar 4. *Post-Test*



Gambar 5. Foto Bersama

## KESIMPULAN

Pelaksanaan pengabdian berjalan sesuai dengan rencana. Sasaran dapat mengikuti kegiatan dari awal hingga akhir. Hasil yang diperoleh terjadi peningkatan pengetahuan siswi tentang personal hygiene saat menstruasi dengan metode *lecturing*. Disarankan untuk siswi melakukan upaya menjaga kebersihan secara mandiri saat menstruasi melalui langkah-langkah yang sudah dicantumkan dalam poster. Saran kepada tenaga pendidik di SMPN 18 Surakarta selalu memberikan edukasi kesehatan tentang menstruasi secara berkesinambungan menggunakan media *powerpoint* atau poster yang sudah dititipkan pengabdian. Disarankan kepada orang tua untuk mengiringi proses pertumbuhan anaknya dengan mendidik dan mengajarkan kebersihan saat menstruasi saat anak dirumah

## UCAPAN TERIMAKASIH

Tim pengabdian masyarakat mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Universitas Kusuma Husada Surakarta atas dukungan dana dan motivasi sehingga kegiatan ini berjalan dengan baik. Ucapan yang sama kami sampaikan kepada Kepala SMPN 18 Surakarta, TU, guru dan siswi, mahasiswa DIV Promosi Kesehatan Universitas Kusuma Husada Surakarta, serta semua pihak yang telah membantu terlaksanakannya kegiatan ini, semoga ini dapat menjadi ladang amal lagi kita semua.

---

**DAFTAR PUSTAKA**

1. Rosyida, D. A. C. *Buku Ajar Kesehatan Reproduksi Remaja*. (PT. Pustaka Baru, 2019).
2. Dwianggimawati, M. S. Analisis Determinan Faktor Tanda dan Gejala Infeksi Saluran Kemih pada Remaja Putri di SMA Negeri 2 Karang Kabupaten Trenggalek. *JGRPH* **7**, 53–58 (2022).
3. Bray, F. *et al.* Global cancer statistics 2018: GLOBOCAN estimates of incidence and mortality worldwide for 36 cancers in 185 countries. *CA Cancer J Clin* **68**, 394–424 (2018).
4. Tengah, D. J. *Profil Kesehatan Provinsi Jawa Tengah 2019*. (2019).
5. Kesehatan, D. *Profil Kesehatan Kota Surakarta 2021*. (2022).
6. Hanum, D. F., Rochmah, N. & Nabila, M. A. Edukasi Kesehatan Reproduksi Remaja Putri Tentang Personal Hygiene Saat Menstruasi. *IJCDH* **1**, 15–20 (2021).
7. Putri, Y. D. & Amalia, E. T. Hubungan Pengetahuan Tentang Kanker Serviks Dengan Perilaku Personal Hygiene Genitalia Pada Remaja Putri Di Kelurahan Selabatu Wilayah Kerja Puskesmas Selabatu Kota Sukabumi. *J. Heal. Soc.* **10**, 1–12 (2021).
8. Sinaga, E. W., Simamora, D. L., Hutabarat, E. N. N., Sebayang, W. & Mutiara, D. Pemberian Edukasi Personal Hygiene Selama ‘Menstruasi’. *Ji-SOMBA* **3**, 64–68 (2024).
9. Batubara, S. K. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Reproduksi Remaja terhadap Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi di SMP Negeri 2 Batang Angkola Tapanuli Selatan Tahun 2017. *J. Ilm. Maksitek* **5**, 167–187 (2020).
10. Laras, I. D. A. A. M., Damayanti, M. R. & Pramitaresthi, I. G. A. Pengaruh pendidikan kesehatan terhadap perilaku personal hygiene saat menstruasi pada siswi SMP dan SMA di Yayasan Pasraman Gurukula Bangli. *COPING* **8**, 192 (2020).
11. Astuti, Y. & Anggarawati, T. Efektivitas Pendidikan Kesehatan Terhadap Peningkatan Pengetahuan Dan Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi. *Indones. J. Perawat* **5**, 36–41 (2020).
12. Purnama, N. L. A. Pengetahuan Dan Tindakan Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Remaja. *J. Keperawatan* **10**, 61–66 (2021).
13. Jubaedah, E., Yuhandini, S. D. & Sriyatin, S. Pendidikan Kesehatan Melalui Media Video dan Leaflet Terhadap Pengetahuan Personal Hygiene Menstruasi Remaja Putri Kelas VII Tahun 2019. *J. Ilm. PANMED* **15**, 30–39 (2019).
14. Budiadi, H. N., Karmi, R. & Kurnia, I. S. Pengaruh Edukasi tentang Vaginal Hygiene terhadap Tingkat Pengetahuan Remaja Putri pada Saat Menstruasi. *2-TRIK* **13**, 14–17 (2023).
15. Utami, E. A., Lestari, N. E. & Herliana, I. Pengaruh Kombinasi Metode Ceramah Dan Diskusi Peer Group Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Tentang Personal Hygiene Saat Menstruasi Dalam Pencegahan Pruritus Vulvae Pada Remaja Putri Di MTs Al-Ikhlas Sukaluyu Tahun 2022. *VITALITAS MEDIS* **1**, 12–26 (2024).
16. Pujiastuti, T., Luthfa, I., Aspihan, M. & Ardian, I. Efektifitas Pendidikan Kesehatan Metode Ceramah dan Buzz Group Discussion Terhadap Tingkat Pengetahuan Personal Hygiene pada Remaja Putri Di Smp N 3 Larangan Brebes. *KIMU* **1**, 207–215 (2021).