

PENGARUH EDUKASI *CROSSWORD PUZZLE* TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP MENJAGA KEBERSIHAN MENSTRUASI PADA SISWI SMPN 6 SAMARINDA

The Effect of Crossword Puzzle Education on Knowledge and Attitudes Towards Menstrual Hygiene Among Female Students at SMPN 6 Samarinda

Indah Wardatul Jannah¹, Dian Ardyanti^{1*}, Andry Rachmadani¹, Joko Sapto Pramono¹

¹Promosi Kesehatan Poltekkes Kemenkes Kalimantan Timur

*Penulis Korespondensi: ardyantidian24@gmail.com /085299902924

<p>Kata Kunci: Kebersihan menstruasi; pengetahuan; sikap; remaja;</p> <p>Keywords: <i>Menstrual hygiene;</i> <i>knowledge;</i> <i>attitudes;</i> <i>adolescents;</i></p>	<p>ABSTRAK</p> <p>Latar Belakang: Infeksi saluran reproduksi di Indonesia mencapai 90-100 kasus per 100.000 penduduk per tahun yang didominasi oleh remaja putri, hal ini disebabkan oleh <i>menstrual hygiene</i> yang masih buruk. <i>Crossword puzzle</i> merupakan salah satu media promosi kesehatan yang digunakan sebagai alat bantu untuk menyampaikan informasi tentang kebersihan menstruasi. Tujuan: Mengetahui pengaruh media <i>crossword puzzle</i> dengan metode <i>teams game tournament</i> terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap menjaga kebersihan menstruasi pada remaja putri di SMPN 6 Samarinda. Metode: Pendekatan kuantitatif dengan desain pre-eksperimental. Sampel penelitian berjumlah 58 responden yang dipilih menggunakan teknik <i>propotional random sampling</i>. Instrumen penelitian berupa kuesioner terstruktur yang terdiri dari variabel pengetahuan dengan pilihan jawaban benar-salah, dan variabel sikap dengan skala likert. Data yang diperoleh dianalisis dengan analisis univariat serta uji <i>Wilcoxon</i> untuk analisis bivariat. Hasil: Penelitian ini menunjukkan adanya peningkatan signifikan pada pengetahuan dan sikap responden setelah penerapan intervensi menggunakan media <i>crossword puzzle</i>, dengan nilai p-value 0,0001 ($p < 0,05$). Kesimpulan: Terdapat peningkatan signifikan setelah intervensi dengan media <i>crossword puzzle</i> terhadap pengetahuan dan sikap remaja putri di SMPN 6 Samarinda terkait menjaga kebersihan menstruasi dan bagi penelitian lanjutan disarankan untuk melengkapi penelitian dengan kelompok kontrol dan dapat meneruskan hingga tahap observasi jika penelitian yang dilakukan menggunakan variabel yang sama.</p>
--	---

ABSTRACT

Background: In Indonesia, reproductive tract infections reach 90-100 cases per 100.000 population per year, dominated by teenage girls, this is due to menstrual hygiene that is still bad. Crossword puzzles is one of the health promotion media used as an aid to convey information about menstrual hygiene. **Purpose:** Knowing the effect of crossword puzzle media with the team's game tournament method on increasing knowledge and menstrual hygiene attitudes in teenage girls at SMPN 6 Samarinda. **Methods:** Quantitative approach with pre-experimental design. The study sample numbered 58 respondents who were selected using propotional random sampling techniques. The research instrument is a structured questionnaire consisting of knowledge variables with correct answer choices and attitude variables with a likert scale. The data obtained were analyzed with a univariate analysis and Wilcoxon test for bivariate analysis. **Results:** This study showed that there was a significant improvement in respondents' knowledge and attitudes after the application of the intervention using a media crossword puzzles, with a value of p -value of 0,0001 ($p < 0,05$). **Conclusion:** There was a significant increase after intervention with the media crossword puzzle on the knowledge and attitudes of teenage girls at SMPN 6 Samarinda regarding maintaining menstrual hygiene, and for further research, it was suggested to supplement the research with the control group and could continue to the observation stage if the study was conducted which is done using the same variable.

©2026 by author.

Published by Faculty of Public Health, Hasanuddin University.

This is an open access article under CC-BY-SA license

[\(https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/\)](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/)**PENDAHULUAN**

Remaja sering dianggap sebagai fase transisi mulai dari masa anak-anak menuju fase dewasa, terutama bagi wanita usia muda, menstruasi menjadi penanda dari kematangan seksual yang dialami saat ini serta mempengaruhi aspek kognitif dan psikologis.^{1,2} Remaja sering kali menjadi fokus perhatian karena beberapa norma-norma sosial dan budaya yang seringkali menghalangi remaja putri untuk mendapatkan informasi yang tepat mengenai menstruasi serta kebersihan saat menstruasi pada haid pertama.³ Hal ini menyebabkan infeksi berulang di area genital yang berpotensi menyebabkan gangguan sistem kekebalan tubuh dan infeksi menular lainnya.⁴

Menurut *World Health Organization* (WHO) tahun 2025, *Candidiasis Vulvovaginal* (VVC) atau infeksi jamur vagina, telah menyerang jutaan wanita diseluruh dunia. Menurut data WHO, angka kejadian Infeksi Saluran Reproduksi (ISR) tertinggi di dunia tercatat pada kelompok usia remaja dengan berbagai permasalahan terhadap reproduksinya, angka prevalensi *candidiasis* (25%-50%) *bacterial vaginosis* (20%-40%) serta *trichomoniasis* (5%-15%).^{4,5} Prevalensi ISR di Indonesia akibat kebersihan

genital yang buruk mencapai 90 hingga 100 kasus per 100.000 penduduk setiap tahun.⁶ Data Dinas Kesehatan Kota Samarinda tahun 2024 menunjukkan bahwa di wilayah Samarinda dijumpai sebanyak 275 kasus *candidiasis vulva and vagina*. *Menstrual hygiene* yang rendah menjadi penyebab utama dari tingginya angka infeksi saluran reproduksi di berbagai negara berkembang, sekaligus berkontribusi pada peningkatan angka kematian remaja putri.⁷

Berbagai penelitian sebelumnya telah menunjukkan bahwa pengetahuan yang baik tentang kebersihan pribadi, maka kemungkinan seseorang mengalami tanda dari infeksi saluran kemih semakin rendah,^{8,9} dan pengetahuan yang baik akan memicu perubahan sikap terhadap *personal hygiene* selama menstruasi.¹⁰ Namun demikian, sebagian besar edukasi dalam meningkatkan pengetahuan masih mengandalkan metode searah yang cenderung membosankan bagi remaja, sehingga perubahan sikap yang dihasilkan sering kali tidak bertahan lama.

Pendidikan kesehatan memerlukan pendekatan dan media yang efektif agar pesan dapat disampaikan dengan baik, salah satu metode yang umum dipakai dalam promosi kesehatan adalah permainan. Metode ini dianggap menyenangkan dan edukatif. Salah satu contohnya adalah permainan *crossword puzzle* yang menggabungkan teks dan gambar untuk mempertahankan minat dalam belajar dan mendorong kerja sama antar individu.^{11,12} Sedangkan metode *teams game tournament* adalah model pembelajaran kooperatif yang mampu mengoptimalkan pemahaman materi yang disampaikan.¹³

Penelitian sebelumnya banyak menilai efektivitas media edukasi, namun penggunaan *crossword puzzle* melalui metode *teams game tournament* khususnya di lingkungan SMP Negeri di Samarinda belum pernah dilaporkan. Hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada 10 siswi menunjukkan bahwa, 7 siswi mengganti pembalut 2-3 kali sehari sedangkan 3 siswi lainnya mengganti pembalut ketika sudah penuh, 6 siswi masih menggunakan celana dalam yang sempit ketika menstruasi, 4 siswi merasakan sakit pada area kemaluan ketika menstruasi, 3 siswi nyeri saat buang air kecil ketika menstruasi, dan 2 siswi mengalami keputihan berlebih setelah menstruasi. Hal ini mengindikasikan bahwa sebagian besar siswi memiliki pengetahuan yang rendah dan perilaku yang buruk saat menstruasi. Berdasarkan masalah tersebut, maka penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap menjaga kebersihan menstruasi pada remaja putri dengan menggunakan media *crossword puzzle* dengan metode *teams game tournament*.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan pre-eksperimental, menggunakan rancangan *one group pretest-posttest design*. Penelitian tersebut dilaksanakan pada bulan November 2025. Keterbatasan utama dalam penelitian ini terletak pada durasi pelaksanaan yang hanya berlangsung selama satu hari yang mengakibatkan data tidak mampu menggambarkan sikap yang

sebenarnya, namun hanya pendapat responden melalui pengisian kuesioner dan tidak dilakukannya pengamatan secara langsung, sehingga berpotensi bias.

Subjek penelitian ini adalah seluruh siswi kelas VII di SMPN 6 Samarinda yang terdiri dari 9 kelas berjumlah 135 siswi dan memenuhi kriteria inklusi yaitu berjenis kelamin perempuan, sehat secara fisik dan mental, serta bersedia berpartisipasi sebagai responden dan mengisi *informed consent*. Besar sampel dihitung menggunakan rumus Slovin dengan *margin of error* sebesar 10%, sehingga diperoleh 58 siswi sebagai sampel besar dalam penelitian ini. Teknik *proportional random sampling* digunakan untuk menentukan jumlah sampel dimasing-masing kelas agar setiap individu dalam populasi memiliki kesempatan yang setara untuk terpilih sebagai sampel dengan distribusi 7 responden kelas VII-1, 7 responden kelas VII-2, 7 responden kelas VII-3, 7 responden kelas VII-4, 7 responden kelas VII-5, 7 responden kelas VII-6, 6 responden kelas VII-7, 5 responden kelas VII-8, dan 5 responden kelas VII-9.

Sebanyak 58 siswi yang ikut berpartisipasi diberikan penjelasan tentang tujuan penelitian, jaminan kerahasiaan data, serta hak untuk menarik diri dari partisipasi dalam penelitian kapan saja tanpa konsekuensi apa pun. Persetujuan partisipasi dikonfirmasi melalui pengisian *informed consent* di awal kegiatan. Instrumen penelitian yang dipakai adalah kuesioner yang diadaptasi dari penelitian sebelumnya, yakni pengetahuan yang berbentuk pernyataan dengan pilihan jawaban iya atau tidak yang diadaptasi dari penelitian Sulaiman et al., (2024) sebanyak 20 pernyataan.¹⁴ Kuesioner sikap dengan skala likert 1 sampai 5 yang diadaptasi dari penelitian Wana (2023) sebanyak 9 pernyataan dan Zhahirah (2022) sebanyak 8 pernyataan.^{15,16} Sebelum digunakan, kuesioner diuji validitasnya dengan korelasi *product moment Pearson* dengan r hitung $> r$ table dan reliabilitas menggunakan *Cronbach's Alpha* dengan nilai $> 0,60$. Sehingga instrument dinyatakan valid dan reliabel.

Penelitian dilakukan dengan beberapa tahapan, dimulai dari tahap persiapan yang terdiri dari studi pendahuluan, penentuan sampel dan penyusunan proposal. Pada tahap pelaksanaan diawali dengan pengisian *pre-test* dan dilanjutkan dengan intervensi berupa edukasi kesehatan tentang kebersihan menstruasi melalui permainan *crossword puzzle* yang dimainkan dengan menggunakan metode *teams game tournament*. Setelah permainan berakhir dilanjutkan dengan pengisian *post-test*.

Data yang telah terkumpul kemudian di analisis menggunakan aplikasi pengolah data di komputer yaitu IBM SPSS *Statistics*. Analisis univariat digunakan untuk menggambarkan ciri-ciri responden serta distribusi frekuensi variabel penelitian. Sementara itu, analisis bivariat dilakukan dengan uji *Wilcoxon Signed Rank Test* dengan tingkat signifikansi $\alpha = 0,05$ untuk menilai perbedaan bermakna antara skor *pre-test* dan *post-test*. Pemilihan uji non-parametrik ini berdasarkan pada karakteristik data ordinal yang berdistribusi secara tidak normal.

HASIL

Tabel 1 menunjukkan bahwa seluruh responden berusia 12-14 tahun, yaitu sebanyak 58 responden (100%). Pada karakteristik usia *menarche* sebagian besar responden mengalami *menarche*

pada usia ≤ 12 tahun yakni sebanyak 40 responden (69%). Sementara itu, pada frekuensi paparan informasi, responden yang sudah pernah mendapatkan paparan informasi sebanyak 43 responden (74,1%).

Tabel 1
Karakteristik Responden

Variabel	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Usia		
12-14 tahun	58	100
15-17 tahun	0	0
> 18 tahun	0	0
Usia Menarche		
≤ 12 tahun	40	69
> 12 tahun	15	25,9
Belum Menstruasi	3	5,3
Paparan Informasi		
Pernah	43	74,1
Tidak Pernah	15	25,9
Total	58	100%

Sumber: Data Primer, 2025

Analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui perbedaan pengaruh sebelum dan sesudah pemberian intervensi melalui media *crossword puzzle* terhadap pengetahuan responden terkait kebersihan menstruasi. Uji statistik yang digunakan adalah uji *Wilcoxon* dengan $\rho < 0,05$. Tabel 2 menunjukkan bahwa responden dengan pengetahuan baik saat *pre-test* sebanyak 12 siswi (20,7%) dan responden dengan pengetahuan baik saat *post-test* sebanyak 58 siswi (100%). Peningkatan ini juga menghasilkan median selisih sebesar 25,00. Hasil dari uji *Wilcoxon* yang dilakukan menunjukkan hasil $Z = -6,231$; ρ -value 0,0001 dengan nilai *effect size* sebesar 0,57, ini menunjukkan terdapat pengaruh yang signifikan dari intervensi yang telah diberikan terhadap peningkatan pengetahuan responden (Tabel 3).

Tabel 2
Analisis Bivariat Pengetahuan

Tingkat Pengetahuan	<i>Pre-test</i>		<i>Post-test</i>	
	n	%	n	%
Baik	12	20,7	58	100
Cukup	34	58,6	0	0
Kurang	12	20,7	0	0
Total	58	100	58	100

Sumber: Data Primer, 2025

Tabel 3
Distribusi Median Pengetahuan

Skor Pengetahuan	Min	Maks	Median	ρ -value
<i>Pre-test</i>	40	90	65	0,0001
<i>Post-test</i>	75	100	90	

Sumber: Data Primer, 2025

Tabel 4 menggambarkan bahwa responden yang memiliki sikap baik saat *pre-test* sebanyak 3 siswi (5,2%) dan responden dengan sikap baik saat *post-test* sebanyak 53 siswi (91,4%). Peningkatan ini juga menghasilkan median selisih sebesar 16,00. Hasil dari uji *Wilcoxon* yang dilakukan menunjukkan hasil $Z = -6,887$; ρ -value 0,0001 dengan nilai *effect size* sebesar 0,63, ini menunjukkan

terdapat pengaruh yang signifikan dari intervensi yang telah diberikan terhadap peningkatan sikap responden (Tabel 5).

Tabel 4
Analisis Bivariat Sikap

Tingkat Sikap	Pre-test		Post-test	
	n	%	n	%
Baik	3	5,2	53	91,4
Cukup	52	89,7	5	8,6
Kurang	3	5,2	0	0
Total	58	100	58	100

Sumber: Data Primer, 2025

Tabel 5
Distribusi Median Sikap

Skor Sikap	Min	Maks	Median	ρ -value
Pre-test	34	62	47	0,0001
Post-test	47	72	63	

Sumber: Data Primer, 2025

PEMBAHASAN

Edukasi kesehatan merupakan proses pembelajaran dengan tujuan mengubah perilaku tidak sehat menjadi perilaku sehat pada tingkat individu, keluarga, kelompok, maupun masyarakat luas. Proses ini mencakup beberapa komponen, salah satunya yaitu penggunaan strategi penyampaian informasi yang efektif guna meningkatkan pengetahuan individu maupun kelompok.¹⁷ Mayoritas pengetahuan diperoleh melalui indera penglihatan dan pendengaran. Selain itu, pengetahuan juga dapat diperoleh melalui pendidikan, pengalaman pribadi atau pengalaman orang lain, media massa, serta lingkungan sekitar. Pengetahuan juga berperan sebagai dorongan psikologis yang mempengaruhi pembentukan sikap dan perilaku sehari-hari.¹⁸

Penelitian ini menunjukkan bahwa adanya peningkatan signifikan pada pengetahuan, yaitu 12 responden (20,7%) berpengetahuan baik saat *pre-test* menjadi 58 responden (100%) berpengetahuan baik pada saat *post-test*. Hasil uji statistik menunjukkan pengaruh signifikansi $\rho = 0,0001$, sehingga hipotesis nol dapat ditolak. Temuan ini membuktikan bahwa edukasi kesehatan tentang kebersihan menstruasi dengan media *crossword puzzle* berpengaruh dalam meningkatkan pengetahuan remaja putri. Hasil ini serupa dengan penelitian Purba, et al (2023) yang mengungkapkan bahwa pemberian edukasi menggunakan teka-teki silang berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan pada remaja putri.¹⁹ Sementara itu, penelitian yang dilakukan oleh Gusti & Laska (2025) juga menunjukkan hal serupa, yakni pengetahuan yang baik dapat diperoleh melalui edukasi dengan menggunakan media yang cukup menarik dibandingkan dengan media yang hanya berupa tulisan pada kertas.²⁰

Temuan ini sejalan dengan teori oleh Notoatmodjo (2015) dalam Astuti & Anggarawati (2020), bahwa peningkatan pengetahuan dapat terjadi melalui proses transformasi informasi mengenai kebersihan menstruasi dengan menggunakan media *crossword puzzle* terhadap responden.²¹ Penelitian ini membuktikan efektivitas permainan *crossword puzzle* sebagai media edukasi interaktif dalam meningkatkan pengetahuan mengenai kebersihan menstruasi pada remaja putri. Hal ini juga dapat terjadi

karena responden memperhatikan dan menerima dengan baik informasi yang diberikan melalui media *crossword puzzle*.

Berdasarkan *Theory of Planned Behavior* (TPB) yang dikembangkan oleh Icek Ajzen, pengetahuan yang baik saling berkaitan dan mempengaruhi sikap remaja putri dalam menerapkan kebersihan menstruasi²². Sikap mencerminkan opini serta keyakinan individu terhadap suatu objek atau situasi yang disertai emosi tertentu. Sikap juga menjadi fondasi bagi individu dalam merespon dan menyusun perilaku sesuai dengan keputusan yang akan dibuat.²³ Hasil analisis sikap pada penelitian ini menunjukkan 3 responden (5,2%) bersikap baik saat *pre-test* menjadi 53 responden (91,4%) bersikap baik saat *post-test*. Hasil uji statistik menunjukkan pengaruh signifikansi $\rho = 0,0001$, sehingga hipotesis nol dapat ditolak. Bukti ini menunjukkan bahwa edukasi kesehatan mengenai kebersihan menstruasi menggunakan media *crossword puzzle* berpengaruh dalam meningkatkan sikap remaja putri.

Selaras dengan hal tersebut, penelitian yang dilakukan oleh Vivi (2024), menunjukkan bahwa media yang informatif dapat mempengaruhi daya ingat untuk bertahan lama sehingga seseorang dapat termotivasi dalam melakukan perubahan sikap.²⁴ Penelitian yang dilakukan oleh Sulistina, et al (2024) juga mendukung temuan ini, yang mana media permainan ini dapat menarik minat dan mempermudah dalam memahami informasi tentang kebersihan menstruasi dan menerapkannya sebagai wujud pembentukan sikap.²⁵ Hal ini sesuai dengan teori oleh McGuire (1960), yang menyatakan bahwa sikap terbentuk melalui enam tahap, yaitu presentasi objek sikap yang menarik dan tepat sehingga memicu pada ketertarikan individu, perhatian terhadap objek tersebut, pemahaman isi pesan yang dapat difasilitasi melalui pendekatan *fun learning*, retensi sebagai proses penguatan dan pemeliharaan pemahaman agar tetap bertahan, serta perilaku. Pembentukan maupun perubahan sikap memerlukan upaya penguatan dan pemeliharaan sikap setelah benihnya telah terbentuk.²⁶

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan, meskipun penelitian ini terbatas pada pengukuran jangka pendek, hal ini menunjukkan bahwa *crossword puzzle* memiliki dampak yang baik sebagai media edukasi. Efektivitas jangka Panjang dalam mengubah kebiasaan dalam menjaga kebersihan menstruasi secara permanen masih memerlukan pemantauan lebih lanjut untuk memastikan bahwa informasi yang diterima dapat bertransformasi menjadi perilaku hidup sehat.

KESIMPULAN & SARAN

Berdasarkan hasil penelitian serta pembahasan yang telah dilakukan, dapat ditarik kesimpulan bahwa edukasi kesehatan melalui permainan *crossword puzzle* menunjukkan peningkatan signifikan setelah intervensi dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap menjaga kebersihan menstruasi remaja putri di SMPN 6 Samarinda. Data penelitian menunjukkan peningkatan yang signifikan, yaitu pengetahuan baik dari 20,7% menjadi 100% dan sikap baik dari 5,2% menjadi 91,4%. Hasil uji statistik dengan menggunakan uji *Wilcoxon* menunjukkan nilai pada variabel pengetahuan $\rho = 0,0001$ dan variabel sikap $\rho = 0,0001$ ($\rho < 0,05$), yang artinya intervensi yang dilakukan memiliki pengaruh yang signifikan. Selanjutnya, bagi penelitian lanjutan disarankan untuk melengkapi penelitian dengan

kelompok kontrol dan dapat meneruskan hingga tahap observasi jika peneliti yang akan datang menggunakan variabel perilaku. Selain itu juga, bagi remaja putri diharapkan untuk selalu menjaga dan memperhatikan kebersihan selama menstruasi terutama pada areaewanitaan.

REFERENSI

1. Sarimandi R, Baga A. Pengaruh Pendidikan Kesehatan tentang Manajemen Kebersihan Menstruasi terhadap Pengetahuan pada Remaja Putri di SMP Frater Makassar. 2023. <http://repository.stikstellamarismks.ac.id/id/eprint/280>
2. Gbogbo S, Wuresah I, Axame W, Klutse P, Gbogbo E, Dowou RK, et al. Menstrual Blood and Ritual Beliefs: A Qualitative Study on Menstrual Health and Hygiene Practices Among Senior High School Girls in Volta Region, Ghana. *Reproductive Health*. 2025;22(69). <https://doi.org/10.1186/s12978-025-02024-y>
3. Saribanon N, Thahir M, Salamah U, Prabowo H, Parouq F, Huda M. Haid dan Kesehatan Menurut Ajaran Islam. Sekolah Pascasarja Universitas Nasional: Jakarta Selatan. 2016. <https://www.unicef.org/indonesia/sites/unicef.org/indonesia/files/2019-05/MHM-IslamicPerspective.pdf>
4. Fitri NA. Pengaruh Media *Booklet* Terhadap Pengetahuan Manajemen Kebersihan Menstruasi di SMP Atthohiriyah Kota Semarang. 2023. <https://repository.unissula.ac.id/id/eprint/31992>
5. World Health Organization. Candidiasis (Yeast Infection). 2025. [https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/candidiasis-\(yeast-infection\)](https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/candidiasis-(yeast-infection))
6. Laswini IW, Nancy A. Pengetahuan, Sikap, dan Sumber Informasi dengan Perilaku *Personal Hygiene* Saat Menstruasi pada Remaja Putri. *SIMFISIS Jurnal Kebidanan Indonesia*. 2022;2(1):228-236. <https://doi.org/10.53801/sjki.v2i1.55>
7. Sutarni T. Determinan Perilaku Menjaga Kebersihan Alat Reproduksi Saat Menstruasi pada Remaja Kelas VIII di SMP Negeri 3 Mlati Kabupaten Sleman Tahun 2023. 2023. <http://eprints.poltekkesjogja.ac.id/id/eprint/12948>
8. Ismail FD, Handayani DY. Hubungan Pengetahuan *Personal Hygiene* dengan Terjadinya Gejala Infeksi Saluran Kemih pada Remaja Wanita FK UISU Angkatan 2020. 2022;21(1):26-31. <https://doi.org/10.30743/ibnusina.v21i1.183>
9. Hasibuan WL. Pengaruh Video Edukasi Melalui Whatsapp Terhadap Pengetahuan Remaja tentang *Personal Hygiene* pada Saat Menstruasi di SMP Negeri 10 Kota Padangsidimpon Tahun 2023. 2023. <http://localhost:8080/xmlui/handle/123456789/5559>
10. Sinay H, Dusra E, Manuputty D V. Hubungan Pengetahuan dan Sikap Personal Higiene Remaja Putri Saat Menstruasi dengan Kejadian Infeksi Saluran Reproduksi Kecamatan Seram Barat. *Jurnal Anestesi*. 2025;3(1):248–257. <https://doi.org/10.59680/anestesi.v3i1.1799>
11. Saputra MH, Syurandhari DH, Fardiansyah A. *Crossword Puzzle* Sebagai Media Edukasi Kesehatan Menstruasi Pada Remaja Putri. *ABDIMAKES: Jurnal Pengabdian Masyarakat Kesehatan*. 2025;5(2):104-115. <https://doi.org/10.55316/amk.v5i2.1140>
12. Arnold M, Tan S, Pakos T, Stretton B, Kovoov J, Gupta A, et al. Evidence-Based Crossword Puzzles for Health Professions Education: A Systematic Review. *Medical Science Educator*. 2024;34(5):1231-1237. <https://doi.org/10.1007/s40670-024-02085-x>
13. Niar A. Penerapan Model Pembelajaran Kooperatif Tipe *Teams-Games-Tournament* Terhadap Motivasi dan Hasil Belajar Siswa pada Materi Sistem Reproduksi di MAN 5 Aceh Utara. 2023. <https://repository.ar-raniry.ac.id/id/eprint/33890/>
14. Sulaiman IH, Joko SP, Rahayu EP. Pengaruh Pendidikan Kesehatan melalui Permainan Ular Tangga

- terhadap Pengetahuan dan Sikap tentang *Personal Hygiene* saat Menstruasi pada Siswi SDN 012 Kota Samarinda. 2024. <https://repository.poltekkes-kaltim.ac.id/2710/>
15. Wana RNA, Azizah N. Hubungan Pengetahuan *Personal Hygiene* dengan Perilaku *Personal Hygiene* Saat Menstruasi Remaja Putri di SMP Negeri 1 Deli Tua. 2025. *Ibnu Sina Jurnal Kedokteran dan Kesehatan Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sumatera Utara*. 2025;24(1):60-67. <https://doi.org/10.30743/ibnusina.v24i1.542>
 16. Zhahirah FN. Hubungan Pengetahuan dan Sikap Terhadap Perilaku *Personal Hygiene* Saat Menstruasi Pada Mahasiswi Baru Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Tahun 2022. 2022. <https://repository.unja.ac.id/43764/>
 17. Putri N, Mardiana N, Hendriani D. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Menggunakan Media Alat Peraga Botol Hisap Sederhana Terhadap Pengetahuan dan Sikap Siswa Kelas X Tentang Bahaya Merokok di SMKN 2 Samarinda 2024. 2024. <http://repository.poltekkes-kaltim.ac.id/id/eprint/2744>
 18. Zainab IB, Hipni R. Buku Referensi Menjaga Kesehatan Ibu Nifas: Determinan Kepatuhan dalam Konsumsi Tablet Tambah Darah. Penerbit NEM; 2025.
 19. Purba LSR, Susanti N, Mashar HMI. Implementasi Media Teka Teki Silang dalam Upaya Meningkatkan Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri Tentang Anemia di SMK Karsa Mulya Palangka Raya. *Jurnal Kesehatan*. 2023;11(3):130–134. <https://doi.org/10.25047/j-kes.v11i3.458>
 20. Gusti R, Laska Y. Efektivitas Media Video Edukasi Tentang *Personal Hygiene* Menstruasi Terhadap Pengetahuan Remaja Putri. *Bunda Edu-Midwifery Journal (BEMJ)*. 2025;8(2):694-700. <https://doi.org/https://doi.org/10.54100/bemj.v8i2.487>
 21. Astuti Y, Anggarawati T. Efektivitas Pendidikan Kesehatan terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Perilaku *Personal Hygiene* saat Menstruasi. *Indonesia Jurnal Perawat*. 2020;5(2):36-41. <https://doi.org/https://doi.org/10.26751/ijp.v5i2.1351>
 22. Wahyuni R. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Niat Pemberian ASI Eksklusif pada Calon Ibu Pengguna Media Sosial di Kota Tangerang Tahun 2021. 2021. <https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/handle/123456789/67297>
 23. Safitri OLR. Hubungan Sikap dan Dukungan Teman Sebaya dengan Perilaku Manajemen Kebersihan Menstruasi pada Siswi di SDN Karangasem 02 Batang. 2025. https://repository.unissula.ac.id/39011/2/Kebidanan_32102300085_fullpdf.pdf
 24. Vivi W. Pengaruh Edukasi Kesehatan Menggunakan Video Animasi Terhadap Pengetahuan dan Sikap Siswi Sekolah Dasar dalam Menghadapi *Menarche* di Kecamatan Lembah Melintang Kabupaten Pasaman Barat. 2024. <http://scholar.unand.ac.id/id/eprint/478565>
 25. Sulistina R, Yusran S, Hikmawati Z. Efektivitas Media *Booklet* Terhadap Peningkatan Perilaku *Personal Hygiene* Selama Menstruasi Pada Remaja Putri di SMP Negeri 3 Kulisusu Kabupaten Buton Utara Tahun 2024. *Preventif Journal*. 2024;2(1):2620–3294. <https://preventifjournal.uho.ac.id/index.php/journal/article/view/3>
 26. Suyanti D. Pengaruh Metode *Teams Games Tournament* (TGT) dengan Media Teka-Teki Silang Terhadap Pengetahuan dan Sikap Siswa Tentang Kesehatan Reproduksi Remaja di SMK Sepuluh November Sidoarjo. 2023. <http://repository.unair.ac.id/id/eprint/122986>