

HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN DENGAN RENCANA PENGAMBILAN KEPUTUSAN PENGGUNAAN *MENSTRUAL CUP*

*The Relationship Of Knowledge With Decision-Making Plans
Using Menstrual Cups*

Fitriani Mardiana*, Ai Rahmawati, Reni Nurdianti, Ananda Thalia Ramadhan

*Prodi Sarjana Keperawatan, Universitas Bhakti Kencana Tasikmalaya

Jl. RE Martadinata No. 142 Kota Tasikmalaya

E-mail korespondensi : fitriani.mardiana@bku.ac.id

ABSTRACT

Background: A menstrual cup is a feminine hygiene device that is placed into the vagina during menstruation and is claimed to be an environmentally friendly alternative. Women's knowledge about menstrual cups is very essential for every woman's attention in the concept of hygiene during menstruation. However, improper knowledge makes menstrual cups less attractive to women. **Objective:** to determine the relationship between knowledge and decision-making plans for using menstrual cups. **Method:** This study used quantitative research with a cross-sectional approach. The sample of this study amounted to 88 undergraduate nursing students of Bhakti Kencana University PSDKU Tasikmalaya with a total sampling technique. The variables of this study were knowledge and decision-making plans for using menstrual cups. The research instrument used a questionnaire about knowledge and decision-making. Data was analysed using a Chi-square with a $P\text{-value} = <0.05$. **Result:** Respondents of this study had insufficient knowledge (46.6%) and no interest in making decisions to use menstrual cups as much as (54.5%). Based on the results of the Chi-square statistical test, the $P\text{-value} = 0.000$ was obtained. **Conclusion:** There is a relationship between knowledge and decision-making plans for using menstrual cups. It is expected that health workers conduct appropriate health promotion to overcome fears and concerns regarding the use of menstrual cups.

Keywords: Menstrual cup, knowledge, decision-making

Diterima: 10-07-2024

Direview: 05-08-2024

Diterbitkan: 26-08-2024

ABSTRAK

Latar Belakang: *Menstrual cup*, sebagai alat kebersihan feminin yang berkelanjutan, telah menjadi pilihan bagi banyak perempuan yang sadar akan dampak lingkungan. Penguasaan informasi yang benar mengenai *menstrual cup* sangat penting untuk mendorong penggunaan produk ini. Sayangnya, miskonsepsi dan kurangnya pengetahuan yang akurat seringkali menjadi penghalang bagi perempuan untuk mencoba *menstrual cup*. **Tujuan:** untuk mengidentifikasi

hubungan tingkat pengetahuan dengan rencana pengambilan keputusan penggunaan *menstrual cup*. **Metode:** Penelitian ini termasuk dalam jenis penelitian korelasional dengan pendekatan cross-sectional. Partisipan dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa program studi keperawatan di Universitas Bhakti Kencana PSDKU Tasikmalaya, berjumlah 88 orang. Penelitian ini menggunakan kuesioner untuk mengukur tingkat pemahaman dan niat penggunaan *menstrual cup* di kalangan mahasiswa. Analisis data dilakukan dengan menggunakan uji statistik Chi-square dengan taraf signifikansi 5% . **Hasil :** Sebagian besar mahasiswa yang kami teliti (46,6%) ternyata kurang paham tentang *menstrual cup*. Selain itu, banyak juga yang tidak tertarik untuk menggunakannya (54,5%). Temuan studi mengindikasikan jika ada hubungan yang sangat signifikan antara tingkat pengetahuan dan keputusan untuk menggunakan *menstrual cup*. **Kesimpulan:** terdapat korelasi positif antara tingkat pengetahuan dengan niat penggunaan *menstrual cup*. Untuk meningkatkan penerimaan *menstrual cup* di masyarakat, disarankan untuk membuat strategi promosi kesehatan yang lebih efektif untuk mengatasi miskonsepsi dan kekhawatiran yang masih ada, sehingga dapat meningkatkan minat penggunaan *menstrual cup* di kalangan mahasiswa.

Kata Kunci : *Menstrual cup*, pengetahuan, pengambilan Keputusan

PENDAHULUAN

Menstruasi adalah peristiwa biologis yang ditandai dengan perdarahan periodik dari organ reproduksi wanita, akibat luruhnya lapisan dalam rahim. Durasi siklus menstruasi ditentukan oleh selang waktu antara awal dan akhir perdarahan (Prayuni et al., 2019). Durasi menstruasi normal pada umumnya berkisar antara 3 hingga 5 hari, dengan volume darah yang keluar rata-rata sekitar 16 mililiter. Variasi durasi dan volume darah haid antar individu adalah hal yang wajar. Akan tetapi, jika durasi menstruasi melebihi 7 hingga 8 hari atau volume darah lebih dari 80 mililiter, disarankan untuk melakukan pemeriksaan lebih lanjut (Puspitaningrum, 2023). Kebersihan

genitalia saat menstruasi sangat penting karena saat haid genitalia mengeluarkan darah sehingga genitalia akan menjadi basah dan lembab. Perawatan kebersihan selama menstruasi sangat penting. Beberapa tindakan yang dapat dilakukan adalah membersihkan vulva dengan air bersih dari arah depan ke belakang, menggunakan pembalut yang sesuai dan menggantinya secara berkala, serta mengenakan pakaian dalam yang bersih dan berbahan menyerap (Zubaidah, 2021).

Produk sanitasi sekali pakai seperti pembalut dan *pantyliner* menjadi pilihan utama bagi sebagian besar

perempuan saat menstruasi karena kemudahan aksesnya. Namun, penggunaan produk-produk tersebut dalam jangka panjang dapat menimbulkan masalah kesehatan reproduksi seperti keputihan, gatal-gatal, dan iritasi, serta memberikan kontribusi terhadap masalah lingkungan (Yayasan Lembaga Konsumen Indonesia, 2015). Selain efek samping berupa iritasi, penggunaan pembalut sekali pakai juga menjadi salah satu masalah lingkungan yang serius. Limbah pembalut yang dihasilkan oleh perempuan di Indonesia sangatlah masif, mencapai jutaan ton setiap tahunnya. Hal ini disebabkan oleh tingginya konsumsi produk sanitasi sekali pakai oleh perempuan, di mana setiap individu rata-rata menggunakan ribuan produk sepanjang hidupnya. (Pande & Anjani, 2022). Sebagai alternatif pembalut dapat digunakan dua alat pembantu menstruasi pengganti pembalut yaitu pembalut kain atau *reusable pads* dan *menstrual cup* (Choi et al., 2021)

Cangkir haid adalah alternatif produk kebersihan wanita yang digunakan untuk menampung darah menstruasi di dalam tubuh. Cangkir ini terbuat dari bahan silikon medis yang aman dan lentur, serta memiliki bentuk yang mirip dengan lonceng kecil dengan batang untuk memudahkan pemasangan dan pengeluaran (Singh et al., 2022). Dalam penggunaan *menstrual cup* terdapat beberapa kekurangan kesulitan dalam penggunaannya, membutuhkan perawatan berlebih, harganya yang cukup mahal, tetapi memiliki kelebihan

daya tampung lebih banyak, tidak menimbulkan bau terutama, kelebihan dari aspek lingkungan *menstrual cup* dapat digunakan kembali bahkan dalam pemakaian jangka waktu 10 tahun (Putri et al., 2021a). Masih banyak stigma negatif terkait penggunaan *menstrual cup* di Indonesia. (Shelby & Puspitasari, 2022). Kekhawatiran akan rasa tidak nyaman, mitos tentang kesuburan, dan kurangnya informasi membuat banyak wanita merasa tidak percaya diri untuk menggunakan *menstrual cup* (Saputri, 2021).

Berdasarkan studi pendahuluan di Universitas Bhakti Kencana PSDKU Tasikmalaya 7 dari 10 orang tidak mengenal *menstrual cup* dan sisanya 3 orang hanya mengetahui bentuk dan mengetahui cara penggunaannya. Sasaran studi ini ialah untuk mengidentifikasi hubungan tingkat pengetahuan dengan rencana pengambilan keputusan penggunaan *menstrual cup* di Universitas Bhakti Kencana PSDKU Tasikmalaya.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini termasuk dalam jenis penelitian korelasional dengan pendekatan cross-sectional. Desain ini memungkinkan kita untuk menganalisis hubungan antara variabel pada satu titik waktu tertentu. (Notoatmodjo 2015).

Semua mahasiswi S1 Keperawatan di Universitas Bhakti Kencana PSDKU Tasikmalaya menjadi objek penelitian ini. Penelitian ini ingin mengetahui apakah ada hubungan antara tingkat pengetahuan mahasiswi tentang *menstrual cup* dengan rencana mereka untuk menggunakannya. Data dikumpulkan melalui kuesioner yang terdiri dari 15 pertanyaan tentang pengetahuan dan 10 pertanyaan tentang rencana penggunaan.

Kuesioner penelitian ini merupakan hasil pengembangan peneliti. Untuk memastikan kualitas kuesioner, telah dilakukan uji coba pada 20 partisipan yang tidak termasuk dalam sampel penelitian. Hasil uji validitas yaitu 0,444 sehingga pertanyaan tersebut valid dan hasil uji reliabilitas nilai alpha Cronbach pengetahuan sebesar 0,942 dan pengambilan keputusan sebesar 0,874 sehingga pertanyaan dinyatakan reliabel. Metode Pengolahan data yang diterapkan dalam studi ini memanfaatkan analisis bivariat dan univariat..

HASIL DAN PEMBAHASAN

Variabel pengetahuan tentang *menstrual cup* pada mahasiswi keperawatan disajikan dalam Tabel 1.

Tabel 1 Pengetahuan Tentang *Menstrual Cup*

Pengetahuan	Frekuensi	Persentase
Baik	19	21,6%
Cukup	28	31,8%
Kurang	41	46,6%
Total	88	100%

Tabel 1 menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan partisipan tentang *menstrual cup*

sebagian besar berpengetahuan kurang sebesar 41 orang (46.6%), dan sebagian kecil yang berpengetahuan baik sebesar 19 orang (21.6%).

Temuan penelitian ini mengindikasikan adanya kesenjangan pengetahuan yang signifikan mengenai *menstrual cup* di kalangan partisipan. Hal ini diperkuat dengan hasil wawancara terhadap partisipan, partisipan tidak memiliki pengetahuan di karenakan kurangnya peminatan terhadap pencarian informasi, dan mereka beranggapan harga yang cukup mahal untuk pembelian di awal, dan juga masih banyak dari mereka yang beranggapan *menstrual cup* merusak selaput dara.

Mengacu pada penelitian Kurnianto (2017), untuk menghindari risiko kerusakan hymen dan komplikasi lainnya, penggunaan *menstrual cup* sebaiknya tidak melebihi 12 jam. Disarankan untuk mengganti *menstrual cup* setiap 3-4 jam sekali untuk menjaga kebersihan dan mencegah infeksi. (Putri et al., 2021b). Perbedaan ukuran vagina mengharuskan penggunaan *menstrual cup* yang sesuai. Namun, karena sebagian besar partisipan belum pernah menggunakan *menstrual cup*, mereka kurang memahami pentingnya memilih ukuran yang tepat. Hal ini dapat

berdampak pada ketidaknyamanan dan kebocoran saat penggunaan.

Praktik perawatan dan penggunaan *menstrual cup* yang tepat sangat dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan individu. Individu dengan tingkat pengetahuan yang memadai cenderung lebih terbuka untuk mencoba inovasi produk kesehatan reproduksi seperti *menstrual cup* sebagai alternatif dari pembalut.

Pengetahuan mengenai *menstrual cup* tidak selalu berbanding lurus dengan keinginan untuk menggunakannya. Menurut Widya et al., (2022) Taraf wawasan seseorang dapat dipengaruhi oleh beragam aspek, seperti pendidikan, usia, dan profesi. Hasil studi ini konsisten dengan pernyataan partisipan yang mayoritas mendapatkan pengetahuan tentang *menstrual cup* melalui media sosial, artikel, dan berita.

Media cetak dan elektronik telah berperan signifikan dalam meningkatkan kesadaran masyarakat tentang *menstrual cup*. Ketersediaan informasi yang luas mengenai berbagai aspek penggunaan *menstrual cup*, mulai dari kelebihan hingga potensi dampaknya, telah berkontribusi pada peningkatan pengetahuan masyarakat..

Tabel 2 Rencana Pengambilan Keputusan Penggunaan *Menstrual Cup* Pada Mahasiswa

Pengambilan Keputusan	Frekuensi	Persentase
Ya	40	45,5%
Tidak	48	54,5%
Total	88	100%

Hasil survei yang disajikan pada Tabel 2 mengindikasikan bahwa minat partisipan terhadap penggunaan *menstrual cup* tergolong rendah, dengan 54,5% partisipan menyatakan tidak berminat.

Menurut data yang diperoleh dari penelitian, tingkat penggunaan *menstrual cup* masih tergolong rendah. Analisis lebih lanjut menunjukkan bahwa kekhawatiran akan potensi dampak terhadap organ reproduksi, khususnya selaput dara, menjadi faktor utama yang menghambat penerimaan produk ini di kalangan partisipan. Temuan ini konsisten dengan hasil penelitian sebelumnya di Nepal, yang menyoroti kekhawatiran keluarga terkait potensi risiko terhadap keperawatan sebagai salah satu hambatan utama dalam adopsi *menstrual cup*. Sebaliknya, dukungan keluarga yang kuat terbukti menjadi faktor pendorong yang signifikan (Dewi, 2018).

Temua studi ini selaras dengan Widya et al., (2022) temuan studi memperlihatkan jika tingkat penggunaan *menstrual cup* masih tergolong rendah. Analisis lebih lanjut menunjukkan bahwa kekhawatiran akan risiko kebocoran dan potensi iritasi pada organ vital menjadi faktor utama yang menghambat penerimaan produk ini.

Tabel 3 Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Rencana Pengambilan Keputusan Penggunaan *Menstrual Cup*

Pengetahuan	Rencana pengambilan keputusan penggunaan <i>menstrual cup</i>				Total n (%)	P value
	Ya		Tidak			
	n	%	N	%		
Baik	11	57.9%	8	42.1%	19	100%
Cukup	21	75.0%	7	25.0%	28	100%
Kurang	8	19.5%	33	80.5%	41	100%
Jumlah	40	45.5%	48	54.5%	88	100%

Temuan studi didapatkan bahwa partisipan yang berpengetahuan baik sebesar 11 orang (57.9%) berminat menggunakan *menstrual cup*, 21 orang (75.0%) memiliki pengetahuan cukup sebesar 21 orang (75.0%) berminat menggunakan *menstrual cup*, dan 33 orang (80.5%) berpengetahuan kurang tidak berminat menggunakan *menstrual cup*. Hasil analisis statistik menunjukkan bahwa ada kaitan yang signifikan antara tingkat pengetahuan mahasiswa keperawatan dengan rencana mereka untuk menggunakan *menstrual cup*.

Pendapat So'o et al (2022) Ada sejumlah variabel yang dapat memengaruhi sejauh mana seseorang memahami suatu hal, yaitu usia biologis, latar belakang pendidikan, jenis pekerjaan yang ditekuni, pengalaman hidup yang beragam, dan akses terhadap informasi.. ini konsisten dengan studi Nursa'iidah & Rokhaidah (2022) yang menyatakan bahwa variabel demografis seperti tingkat pendidikan, status pekerjaan, dan usia memiliki pengaruh signifikan terhadap tingkat pengetahuan individu mengenai *menstrual cup*. Hal ini terlihat jelas dari jawaban partisipan

yang mayoritas mendapatkan informasi melalui platform digital.

Dari 20 partisipan, 60% memperoleh informasi mengenai *menstrual cup* melalui platform media sosial, terutama Instagram. Sisanya mendapatkan informasi dari berbagai sumber seperti website resmi, konten kreator di *YouTube*, rekomendasi teman, dan artikel berita. Meskipun demikian, hasil survei menunjukkan adanya kesenjangan pengetahuan yang signifikan, terutama terkait risiko pertumbuhan bakteri pada *menstrual cup*, di mana kurang dari setengah partisipan memiliki pemahaman yang benar. Minimnya informasi yang tersedia mengenai *menstrual cup*, yang masih dianggap sebagai topik yang sensitif di masyarakat Indonesia, menjadi faktor utama yang berkontribusi pada rendahnya tingkat pengetahuan partisipan. Sebagian besar partisipan beranggapan bahwa manfaat utama dari penggunaan *menstrual cup* adalah kemampuannya untuk mencegah kebocoran.

Analisis data menunjukkan bahwa minat partisipan terhadap penggunaan *menstrual cup* relatif rendah, dengan 78,4% (69 partisipan) menyatakan tidak berminat. Temuan ini konsisten dengan hasil penelitian di Kenya yang mengindikasikan adanya

resistensi terhadap produk menstruasi internal, terutama terkait dengan kekhawatiran mengenai ketidaknyamanan fisik dan norma sosial seputar keperawanan..

Dalam beberapa budaya, keperawanan sering dijadikan tolok ukur kesucian dan kemurnian seorang perempuan. Pandangan ini menciptakan tekanan sosial bagi perempuan untuk mempertahankan keperawanan hingga menikah (Widya et al., 2022).

Stigma sosial yang terkait dengan *menstrual cup* telah menciptakan hambatan signifikan dalam adopsi produk ini di kalangan partisipan, dimana relevan dengan studi Ndichu & Rittenburg (2021) menyoroti bahwa potensi kegagalan fungsional atau kendala logistik terkait penggunaan *menstrual cup* tidak hanya menimbulkan ketidaknyamanan fisik, namun juga berisiko memicu dampak psikologis akibat stigma sosial yang melekat pada menstruasi dan produk-produk terkait.

Minimnya informasi yang tersedia mengenai produk menstruasi selain pembalut sekali pakai telah membatasi penerimaan *menstrual cup* di masyarakat Indonesia. Studi menunjukkan bahwa pengetahuan yang memadai tentang *menstrual cup* dapat meningkatkan minat penggunaan, seperti yang terlihat pada penelitian terhadap mahasiswa keperawatan.

Studi Pokhrel et al (2021) ditemukan bahwa kekhawatiran mengenai potensi dampak negatif *menstrual cup* terhadap kesuburan dan keperawanan menjadi penghalang utama bagi

sebagian peserta. Temuan ini diperkuat oleh narasi seorang partisipan yang menceritakan keraguan orang tuanya dalam merekomendasikan produk tersebut kepada anak-anak mereka. Menurut Dewi (2018) ditemukan bahwa sokongan keluarga, terutama dari orang tua, merupakan salah satu elemen kunci yang mempengaruhi ketertarikan seseorang dalam menggunakan *menstrual cup*. Ini mengindikasikan bahwa sikap positif dari keluarga memiliki dampak besar terhadap keputusan individu untuk mencoba produk baru ini..

Studi ini konsisten dengan studi Putri et al (2021b) mengungkapkan bahwa pengetahuan tentang *menstrual cup* tidak selalu berbanding lurus dengan minat penggunaannya. Hal ini mengindikasikan bahwa masih terdapat hambatan psikologis atau faktor lain yang menghambat penerimaan produk ini, meskipun partisipan telah memiliki pengetahuan yang cukup. Setiap perempuan berhak untuk memilih produk menstruasi yang sesuai dengan kebutuhan dan preferensinya. Pilihan untuk memakai *menstrual cup* sebagai alat bantu menstruasi sering kali didorong oleh beragam faktor, termasuk persepsi budaya mengenai keperawanan. Meski begitu, dengan berbagai keunggulannya seperti keselamatan dan

ramah lingkungan, *menstrual cup* pantas dipertimbangkan sebagai opsi utama bagi wanita. Alat ini tidak hanya mendukung kesehatan reproduksi wanita, tetapi juga berperan dalam upaya global untuk mencapai Target Pembangunan Berkelanjutan pada tahun 2030.

KESIMPULAN DAN SARAN

Studi ini mengungkapkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pemahaman mahasiswa keperawatan tentang *menstrual cup* dengan kesediaan mereka untuk menggunakan produk tersebut. Namun, penelitian ini juga menyimpulkan bahwa diperlukan strategi promosi kesehatan yang lebih efektif untuk mengatasi miskonsepsi dan kekhawatiran yang masih ada, sehingga dapat meningkatkan minat penggunaan *menstrual cup* di kalangan mahasiswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Choi, H., Lim, N. K., Jung, H., Kim, O., & Park, H. Y. (2021). Use of menstrual sanitary products in women of reproductive age: Korea nurses' health study. *Osong Public Health and Research Perspectives*, 12(1), 20–28. <https://doi.org/10.24171/J.PHRP.2021.12.1.04>
- Dewi, R. A. (2018). Pengaruh Keterlibatan Suami Dalam Penyuluhan Terhadap Pengetahuan Dan Minat Penggunaan Alat Kontrasepsi Modern Pada Unmet Need Kampung Kb Di Kota Yogyakarta. *Poltekkes Kemenkes Yogyakarta*.
- Ndichu, E. G., & Rittenburg, T. L. (2021). Consumers' Navigation Of Risk Perceptions In The Adoption Of Stigmatized Products. *Journal Of Business Research*, 132(April), 340–353. <https://doi.org/10.1016/J.Jbusres.2020.A21.03.057>
- Nursa'iidah, S., & Rokhaidah. (2022). Pendidikan, Pekerjaan Dan Usia Dengan Pengetahuan Ibu Balita Tentang Stunting. *Indonesian Journal of Health Development*, 4(1), 9–18.
- Pande, A. S. O., & Anjani, N. K. (2022). Pembalut Pengelolaan Limbah Pembalut Sekali Pakai Menjadi Media Tanam Sebagai Upaya Menjaga Lingkungan di Desa Petiga, Kec. Marga, Kab. Tabanan, Provinsi Bali. *Sarwahita*, 19(02), 356–363. <https://doi.org/10.21009/sarwahita.192.10>
- Pokhrel, D., Bhattarai, S., Emgård, M., Schickfus, M. von, Forsberg, B. C., & Biermann, O. (2021). Acceptability and feasibility of using vaginal menstrual cups among schoolgirls in rural Nepal: a qualitative pilot study. *Reprod Health*, 18, 20. <https://doi.org/10.1186/s12978-020-01036-0>
- Prayuni, E. D., Imandiri, A., & Adianti, M. (2019). Therapy for Irregular Menstruation With Acupunture and Herbal Pegagan (*Centella Asiatica* (L.)). *Journal Of Vocational Health Studies*, 2(2), 86.

- <https://doi.org/10.20473/jvhs.v2.i2.2018.86-91>
- Puspitaningrum, I. (2023). Upaya Meningkatkan Kesejahteraan Remaja Melalui Kampanye Manajemen Kebersihan Menstruasi Di Sekolah Wilayah Kerja Puskesmas Mulyorejo. *IR - PERPUSTAKAAN UNIVERSITAS AIRLANGGA*.
- Putri, C. I. D., Pamungkasari, E. P., Sari, L. D., Putri, S. D., Amalia, S. D., & Nur, Z. F. (2021a). Gambaran Pengetahuan Mahasiswi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Jember tentang Menstrual cup. *BIOGRAPH-I: Journal of Biostatistics and Demographic Dynamic*, 1(2), 64. <https://doi.org/10.19184/biograph-i.v1i2.23497>
- Putri, C. I. D., Pamungkasari, E. P., Sari, L. D., Putri, S. D., Amalia, S. D., & Nur, Z. F. (2021b). Gambaran Pengetahuan Mahasiswi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Jember tentang Menstrual cup. *BIOGRAPH-I: Journal of Biostatistics and Demographic Dynamic*, 1(2), 64. <https://doi.org/10.19184/biograph-i.v1i2.23497>
- Saputri, S. D. (2021). Faktor Pengaruh Daya Tarik Visual Brand Organocup Terhadap Brand Awareness Mahasiswa Universitas Katolik Soegijapranata. *Tuturupa*, 3(2), 20. <https://doi.org/10.24167/tr.v3i2.3139>
- Shelby, C. P., & Puspitasari, N. (2022). Pengetahuan dan Minat Penggunaan Menstrual Cup pada Mahasiswi Kesehatan Masyarakat Universitas Airlangga. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 9(1), 33–39. <https://doi.org/10.22146/jkr.74925>
- Singh, R., Agarwal, M., Sinha, S., Chaudhary, N., Sinha, H. H., & Anant, M. (2022). Study of Adaptability and Efficacy of Menstrual Cups in Managing Menstrual Health and Hygiene: A Descriptive Longitudinal Study. *Cureus*, 14(9). <https://doi.org/10.7759/cureus.29690>
- So'o, R. W., Ratu, K., Folamauk, C. L. H., & Amat, A. L. S. (2022). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Pengetahuan Masyarakat Di Kota Kupang Mengenai Covid-19. *Cendana Medical Journal*, 10(1), 76–87. <https://doi.org/10.35508/cmj.v10i1.6809>
- Widya, A., Usman, A. M., & Widowati, R. (2022). Hubungan Pengetahuan Dengan Minat Dalam Penggunaan Menstrual Cup Pada Mahasiswi Universitas Nasional Jakarta. *Jurnal Keperawatan*, 10(1), 16. <https://doi.org/10.35790/jkp.v10i1.38913>
- Yayasan Lembaga Konsumen Indonesia. (2015). *Siaran Pers YLKI: Hasil Uji YLKI, Pembalut dan Pantyliner Mengandung Klorin*. <https://ylki.or.id/2015/07/hasil-uji-ylki-pembalut-dan-pantyliner-mengandung-klor/>
- Zubaidah, Z. (2021). Perilaku Remaja Putri Dalam Pelaksanaan Kebersihan Genetalia Saat Menstruasi Di Desa Krayan Bahagia. *Jurnal Ilmu Kesehatan Insan Sehat*, 9(1), 1–4. <https://doi.org/10.54004/jikis.v9i1.14>

