



PENYULUHAN PERSONAL HYGIENE PADA SAAT MENSTRUASI**Oleh****Dewi Andariya Ningsih¹, Eliyawati², Istidamatul Ludvia³, Lutfiatur Rohmani⁴, Ganis Yunita Prativie⁵, Yeni kurniawati⁶, Dewi Qurrotul A'yun⁷, Siti Romlah⁸, Tiara Indriani⁹, Susiana¹⁰, Umi Nur Kholifah¹¹, Silaturrohmi¹², Siti Hilmi Musyarrofah¹³, Siti Nurhidayati¹⁴****1,2,3,4,5,6,7 Prodi S1 Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Ibrahimy,****Jawatimur****8,9,10,11,12,13,14 Mahasiswa Prodi S1 Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas****Ibrahimy, Jawa Timur****E-mail: dewiandariya01@gmail.com**

Article History:*Received: 07-03-2022**Revised: 21-03-2022**Accepted: 27-03-2022***Keywords:***Remaja Putri, Menstruasi*

Abstract: *Remaja putri yang sudah matang alat reproduksi maupun hormon-hormon dalam tubuhnya akan mengalami menstruasi. Pengetahuan tentang menstruasi sangat dibutuhkan oleh remaja putri karena merupakan bagian paling penting, mengingat pengaruhnya terhadap setiap orang dan mencakup banyak aspek kehidupan, sejak dalam kandungan sampai usia lanjut. Pendidikan mengenai reproduksi remaja sudah seharusnya diberikan. Hal ini dilakukan untuk mencegah bias seks maupun pengetahuan tentang reproduksi di kalangan remaja. Hasil pengabdian masyarakat sebagian besar santri remaja putri belum menerapkan personal hygiene yang baik dalam kehidupan sehari-hari dan sebagian besar remaja putri belum paham akan pentingnya menjaga kebersihan daerah kewanitaan.*

PENDAHULUAN

Personal hygiene berasal dari satu kata yaitu personal yang artinya perorangan dan hygiene berarti sehat. Kebersihan seseorang adalah memelihara kebersihan dan untuk kesejahteraan fisik dan psikis. Personal hygiene saat menstruasi adalah memelihara kebersihan pada daerah kewanitaan pada saat menstruasi. Hygiene pada saat menstruasi merupakan hal penting dalam menentukan organ reproduksi remaja putri, khususnya terhindar dari infeksi alat reproduksi. Oleh karena itu pada saat menstruasi seharusnya perempuan benar-benar dapat menjaga kebersihan organ reproduksi dengan baik, terutama pada bagian vagina, karena apabila tidak dijaga kebersihannya, maka akan menimbulkan mikroorganisme seperti bakteri, jamur dan virus yang berlebih sehingga dapat mengganggu fungsi organ reproduksi, menyebabkan keputihan dan jika keputihan tidak segera diobati dapat menyebabkan infertilitas. Disamping itu, kebersihan diri juga sangat penting untuk membuang racun dari tubuh dan membantu proses penyembuhan. Salah satu aktivitas



kebersihan diri diantaranya adalah kebersihan genital dan perineal (perineal care)¹.

Masa remaja merupakan salah satu periode pertumbuhan yang terjadi antara usia 10-19 tahun. Pada masa remaja terjadi perubahan-perubahan, baik secara fisiologis, psikologis maupun kognitif di mana seorang anak akan menjadi dewasa muda. Kekhawatiran terhadap citra tubuh (body image) merupakan masalah umum yang terjadi selama masa remaja, terutama pada remaja putri. Citra tubuh yaitu persepsi ukuran tubuh (kebenaran mengenai persepsi ukuran tubuh seseorang seperti keyakinan bahwa ukuran tubuhnya lebih besar daripada ukuran tubuhnya yang sebenarnya). Menstruasi sesungguhnya yang disertai ovulasi dicapai pada umur sekitar 17-18 tahun².

Menstruasi pertama (menarche) pada remaja putri biasanya terjadi pada rentang usia 8-16 tahun. Terjadinya menarche biasanya tidak sama karena ada beberapa yang memengaruhi, antara lain ekonomi, keturunan dan gizi. Mengenai umur beberapa anak dikatakan remaja masih terdapat berbagai pendapat. WHO (World Health Organization) mendefinisikan remaja bila anak telah mencapai umur 12-24 tahun. Menurut Departemen Kesehatan Republik Indonesia (Depkes RI) remaja adalah antara 10-19 tahun dan belum menikah. Sedangkan menurut BKKBN (Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional) adalah 10-19 tahun.

Menurut Biro Pusat Statistik kelompok umur 10-19 tahun adalah sekitar 49,1% remaja perempuan. Berdasarkan data Departemen Kesehatan Republik Indonesia (Depkes RI) tahun 2010, remaja Indonesia berjumlah sekitar 20% dari jumlah penduduk. Ini sesuai dengan proporsi remaja di dunia, dimana jumlah remaja diperkirakan 1,2 miliar atau sekitar 1/5 dari jumlah penduduk dunia. Data demografi menunjukkan sekitar seperlima dari penduduk dunia adalah remaja berusia 10-19 tahun. Penelitian yang pernah dilakukan di Asia Selatan di daerah Bengal Selatan tentang kebersihan organ reproduksi pada saat menstruasi dari 160 anak perempuan didapatkan 32,5% berpengetahuan baik, 67,5% berpengetahuan kurang. Pengetahuan remaja terhadap kesehatan reproduksi manusia masih sangat rendah. Hasil Survei Kesehatan Reproduksi Indonesia (SKRRI) menunjukkan bahwa 21% perempuan tidak mengetahui tanda perubahan fisik apapun dari lawan jenisnya. Kurangnya pengetahuan tentang biologi dasar pada remaja mencerminkan kurangnya pengetahuan tentang resiko yang berhubungan dengan tubuh mereka dan cara menghindarinya³.

Angka kejadian akibat infeksi alat reproduksi di dunia diperkirakan sekitar 2,3 juta pertahun. 1,2 juta diantaranya ditemukan di negara berkembang, sedangkan jumlah penderita baru sekitar 5 juta pertahun dan terdapat di negara berkembang sekitar 3 juta. Kesehatan reproduksi merupakan bagian paling penting dari program, mengingat pengaruhnya terhadap setiap orang dan mencakup banyak aspek kehidupan, sejak dalam kandungan sampai usia lanjut.

Pendidikan mengenai reproduksi remaja sudah seharusnya diberikan. Hal ini dilakukan untuk mencegah bias seks maupun pengetahuan tentang reproduksi di kalangan

¹ Ardani, "Perilaku Remaja Putri Dalam Perawatan Kebersihan Alat Kelamin Pada Saat Menstruasi Di SMP 3 Pulau Rakyat [Tesis]" (Medan: Universitas Sumatera Utara, 2010).

² Umami Wakhidah and Wijayanti, "Hubungan Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Infeksi Genitalia Eksterna Dengan Perilaku Vulva Hygiene Kelas Xi Di Man 1 Surakarta," *Jurnal STIKES PKU Muhammadiyah Surakarta* VI, no. 01 (2014): 33–42, <http://ejournal.stikeseub.ac.id/index.php/jkeb/article/view/129>.

³ Rabita, "Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Perawatan Alat Genitalia Di SMA AlAzhar [Tesis]" (Medan: Universitas Sumatera Utara, 2010).



siswa. Di sekolah, pihak guru pembimbing bekerja sama kepada pihak BKKBN untuk memberikan pemahaman kepada siswa dalam menjaga reproduksi remaja. Tetapi, hal itu belum dilakukan secara rutin. Dikarenakan sekolah yang akan di datangi oleh Tim BKKBN cukup banyak. Kegiatan tersebut dilakukan dengan menggunakan metode ceramah secara umum dengan jumlah siswa yang sangat banyak sehingga memungkinkan keefektifan dari kegiatan tersebut masih kurang⁴.

Peran serta Fakultas Ilmu Kesehatan selaku perguruan tinggi dalam menjalankan tri darma perguruan tinggi salah satunya adalah pengabdian masyarakat, mendekatkan diri kepada masyarakat sehingga dapat mengenal, mengetahui dan merasakan permasalahan yang dihadapi oleh masyarakat. Fakultas Ilmu Kesehatan sebagai perguruan tinggi dengan Tri darma Perguruan Tinggi mengabdikan keilmuan dan ketrampilan sebagai wujud nyata membantu membangun masyarakat melalui strategi pengabdian masyarakat. Pengabdian masyarakat sebagai suatu bentuk kerja nyata di masyarakat dan keuntungan bagi masyarakat dapat mengadopsi strategi sebagai upaya meningkatkan derajat. Bentuk pengabdian masyarakat pada kegiatan ini dengan tema "Penyuluhan Personal Hygiene Pada Saat Menstruasi". Berbagai upaya untuk memberikan informasi mengenai reproduksi secara spesifik, yaitu menyangkut perkembangan remaja dan informasi mengenai reproduksi⁵.

Kurangnya pengetahuan reproduksi tentang personal hygiene pada remaja putri yang diperoleh dari orang tua maupun sekolah, menyebabkan pengetahuan dan perilaku remaja putri tentang personal hygiene masih sangat kurang. Sehingga masih ada remaja putri yang belum mengetahui cara personal hygiene yang baik dan benar, kapan harus mengganti pembalut, dan cara mencuci pembalut. Perilaku yang kurang dari perawatan hygiene pada saat menstruasi adalah malas mengganti pembalut. Beberapa penyakit yang mudah muncul adalah infeksi jamur dan bakteri. Kondisi tersebut biasanya terjadi pada saat masa menstruasi. Salah satu penyebabnya yaitu bakteri yang berkembang pada pembalut.

Kebiasaan menjaga kebersihan, termasuk kebersihan organ-organ seksual atau reproduksi, merupakan awal dari usaha menjaga kesehatan reproduksi. Pada saat menstruasi, pembuluh darah dalam keadaan terbuka sehingga sangat mudah terkena infeksi. Perawatan dan kebersihan adalah hal yang banyak dibicarakan dalam masyarakat. Biasanya hal ini diajarkan oleh orang tua kita sejak kita masih kecil. Tetapi, karena orang tua seringkali tidak merasa nyaman membicarakan masalah seksual, biasanya masalah reproduksi dan kebersihan yang dibicarakan hanya menyangkut hal yang umum saja, sedangkan urusan kesehatan organ seksual jarang kita dapatkan dari mereka⁶.

Program kesehatan reproduksi remaja sangat diperlukan di sekolah dengan tujuan untuk meningkatkan pemahaman, sikap, dan perilaku positif siswa tentang kesehatan dan hak-hak reproduksi, guna meningkatkan derajat kesehatan reproduksinya dan mempersiapkan kehidupan berkeluarga dalam mendukung upaya peningkatan kualitas generasi mendatang. Selama masa ini siswa harus lebih peka lagi dengan keadaan fisiknya, yang semula kurang mendapatkan perhatian khusus dalam perawatan, maka pada saat ini

⁴ Notoatmodjo, *Ilmu Perilaku Kesehatan* (Jakarta: Rineka Cipta, 2010).

⁵ Nurul Fitriyah, Diah Indriani, and Yuly Sulistyorini, "Riwayat Kesehatan Reproduksi Remaja Santri," *Jurnal Biometrika dan Kependudukan* 2, no. No. 2 (2015): 182–192.

⁶ Siti Asiyah Mardani, Arifal Aris, and Priyoto, "Hubungan Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Remaja Putri Dengan Perilaku Personal Hygiene Menstruasi Di Desa Kedung Kumpul Kecamatan Sari Rejo Kabupaten Lamongan," *AnZdoc* 03, no. Vii (2010): 52–57.



mebutuhkan perhatian khusus dalam perawatannya. Organ-organ yang belum berfungsi secara sempurna sejak usia dini dan setelah usia remaja berfungsi dengan baik. Dengan aktifnya dan berfungsinya organ-organ reproduksi itu remaja perlu memahami bagaimana perkembangan dan pemeliharaan alat dan reproduksi. Remaja juga perlu mengetahui bahwa jika reproduksi sudah berfungsi, maka remaja sudah dapat bereproduksi sebagai seorang dewasa normal.

Target yang dapat di berikan untuk memecahkan persoalan-persoalan yang telah dipaparkan dalam identifikasi masalah antara lain permasalahan pertama: banyaknya kasus keputihan remaja di pondok pesantren Salafiyah Syafi'iyah Sukorejo. Solusinya adalah dengan mengadakan penyuluhan personal hygiene pada saat menstruasi sesuai dengan prevalensi yang banyak terjadi lingkungan sasaran kegiatan, permasalahan kedua dan ketiga: Penggunaan kamar mandi bersama sehingga banyak remaja malas untuk mandi, banyaknya remaja yang menggunakan celana dalam tidak menyerap keringat, banyaknya remaja yang menggunakan pembalut lebih dari kewajaran. Solusi yang diberikan adalah penyuluhan pentingnya menjaga kebersihan diri terutama saat menstruasi dan wawasan terkait penggunaan celana dalam.

METODE

Pokok Keegiatannya yaitu penyuluhan personal Hygiene saat menstruasi. Sasaran Santri Remaja putri Pondok Pesantren Salafiyah Syafi'iyah Sukorejo. Tempat pondok pesantren Salafiyah Syafi'iyah Sukorejo Situbondo.. Pada tanggal 20 September 2020

NO.	KEGIATAN	HASIL	ALOKASI WAKTU
1.	Registrasi	Identitas	10 menit
2.	Penyuluhan Personal Hygiene saat Menstruasi	Informasi terkait personal hygiene saat menstruasi	35 menit
3.	Tanya jawab dan menyimpulkan hasil penyuluhan	Siswi/mahasiswa memahami tentang personal hygiene saat menstruasi	40 menit
3.	Rekapitulasi hasil pengamatan	Resum sesuai hasil pengamatan	15 menit

Tabel 1. Alur kegiatan Penyuluhan Personal Hygiene pada Remaja Putri

HASIL

Kegiatan ini dilakukan pada tanggal Jum'at 20 September 2019 dilaksanakan di pondok pesantren saafiyah syafi'iyah Sukorejo. Total keseluruhan peserta sebanyak 210 orang. Adapun rincian hasil setelah dilakukan penyuluhan personal hygiene saat menstruasi dan pengamatan terhadap peserta penyuluhan didapatkan bahwa untuk kebersihan diri yaitu mandi sebagian besar remaja putri mandi 2x sehari sebanyak 192 orang dan 18 orang mandi 1x sehari seperti pada diagram 1.

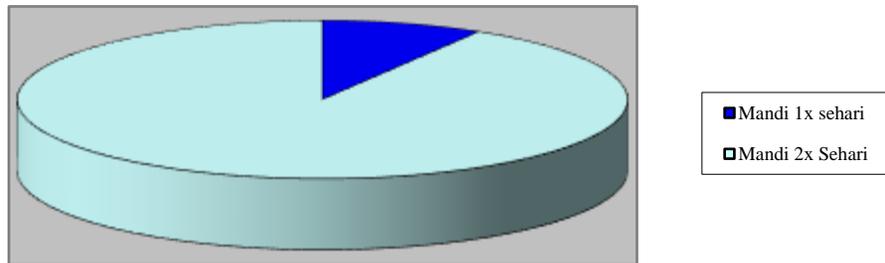


Diagram 1 Frekuensi mandi santri putri dalam sehari



Dalam penggunaan celana dalam terdapat 101 orang yang menggunakan bahan dasar katun dan terdapat 109 orang yang menggunakan bahan bukan katun pada diagram 2.

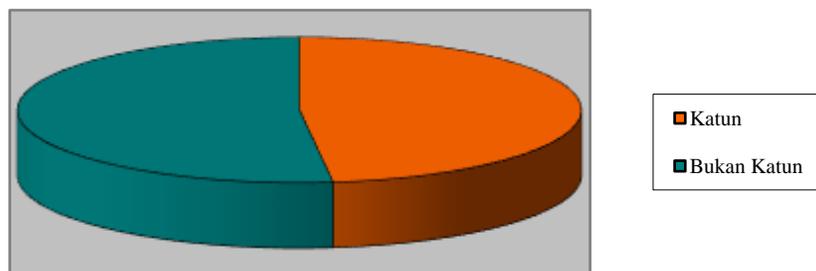
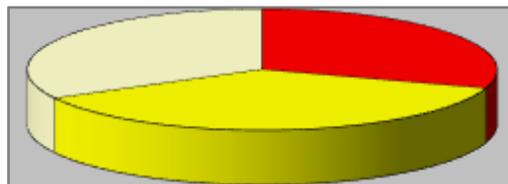


Diagram 2. Frekuensi penggunaan bahan celana dalam remaja putri



Untuk penggunaan pembalut selama menstruasi didapatkan 63 orang mengatakan menggunakan ≤ 2 pembalut/hari karena jumlah darah yang keluar sedikit, 78 orang mengatakan menggunakan pembalut 2 pembalut dalam satu kali pemakaian karena jumlah darah yang keluar sedang. 69 orang mengatakan menggunakan pembalut 3-4 pembalut per hari karena jumlah keluar darahnya banyak seperti terlihat pada diagram 3.



- ≤ 2 pembalut/hari karena jumlah darah yang keluar sedikit
- 2 pembalut dalam satu kali pemakaian karena jumlah darah yang keluar sedang
- 3-4 pembalut per hari karena jumlah keluar darahnya banyak

Diagram 3. Frekuensi Penggunaan pembalut saat menstruasi

Sedangkan untuk membersihkan vagina terdapat 99 orang membersihkan dengan menggunakan air sabun agar cepat bersih dan berbau harum dan sebanyak 111 orang hanya menggunakan air bersih seperti terlihat pada diagram 4.

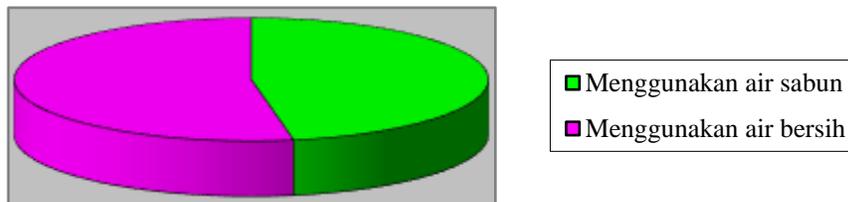


Diagram 4. Frekuensi membersihkan vagina pada saat menstruasi



Untuk cara pembuangan pembalut setelah pemakaian terdapat 54 orang mengatakan pembalut yang telah digunakan dibungkus dengan plastik kemudian dibakar dengan sampah lainnya, 14 orang mengatakan langsung membuang pembalut bekas di toilet dan 142 orang mengatakan membuang pembalut dengan cara dibungkus dengan kertas dan dibuang ditempat pembuangan limbah padat seperti pada diagram 5.

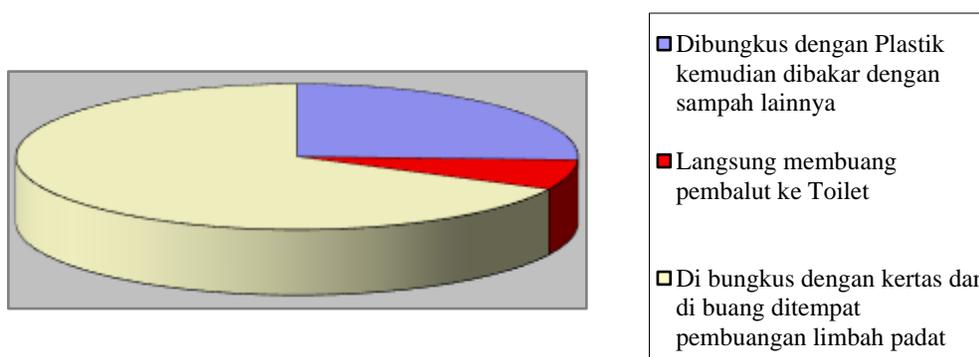


Diagram 5. Frekuensi pembuangan pembalut saat menstruasi



DISKUSI

Dari hasil yang diperoleh terdapat sebagian besar santri remaja putri pada saat menstruasi sebagian besar mandi 1x sehari, penggunaan celana dalam pada saat menstruasi sebagian besar dengan bahan bukan katun, penggantian pembalut selama menstruasi sebagian besar menggunakan 2 pembalut sekaligus dalam satu kali pemakaian karena darah menstruasi yang keluar banyak, untuk pembuangan pembalut saat menstruasi sebagian besar langsung disiram ke toilet, dan cara membersihkan vagina pada saat menstruasi lebih banyak dengan menggunakan sabun. Oleh karena itu harus terdapat solusi untuk mengatasi hal tersebut yang tertuang dalam rencana tindak lanjut berupa:

1. Konseling bagi remaja putri untuk menerapkan pola hidup sehat
2. Kebersihan air di asrama untuk personal hygiene lebih diperhatikan lagi
3. Tersedianya fasilitas-fasilitas atau sarana-sarana kesehatan yang menunjang perilaku agar dapat menerapkan personal hygiene
4. Institusi pelayanan kesehatan lebih intensif dan aplikatif lagi dalam memberikan pendidikan kesehatan tentang menjaga kebersihan saat menstruasi sehingga atau remaja lebih mengerti dan memahami tentang pentingnya melakukan personal hygiene untuk mencegah terjadinya keputihan dll.

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan oleh dosen dan tenaga kependidikan serta mahasiswa prodi S1 Kebidanan. Bidan memberikan asuhan kebidanan berkesinambungan⁷ salah satu sasarannya kepada remaja putri karena untuk mempersiapkan menjadi seorang ibu yang akan hamil, bersalin dan mempunyai anak. Sehingga penting dilakukan asuhan kebidanan yang berpusat pada perempuan agar harapan perempuan sebagai penerima asuhan dan bidan sebagai pemberi layanan dapat berjalan dengan baik⁸. Bidan dan perempuan khususnya remaja putri dapat berpartner dengan baik ketika perempuan dapat menerima asuhan dan bidan memberikan informasi yang diharapkan ketika menstruasi⁹. Pada saat menstruasi juga dapat menjadi penyebab anemia sehingga perlu dilakukan antisipasi yang biasa dilakukan yaitu memberikan tablet Fe pada remaja selain itu dibutuhkan strategi lain berupa fortifikasi makanan yang disukai remaja. Sebagaimana yang diketahui kelor bermanfaat bagi kesehatan. Per 100 gram serbuk kelor mengandung Fe 25 kali lipat lebih tinggi dibanding sayuran bayam. Sehingga fortifikasi kelor pada nugget sebagai makanan yang disukai remaja merupakan salah satu alternatif makanan dalam penanggulangan anemia remaja¹⁰. Selain itu pada saat menstruasi biasanya remaja mengalami dismenorea, latihan abdominal stretching disarankan untuk digunakan remaja dan sebagai bagian dari intervensi kebidanan untuk mengatasi dismenorhea¹¹.

⁷ Dewi Andariya Ningsih, "Continuity of Care Kebidanan," *OKSITOSIN : Jurnal Ilmiah Kebidanan* 4, no. 2 (2017): 67–77.

⁸ Dewi Andariya Ningsih, *Midwifery Women Center Care Pada Masa Nifas Dalam Buku Asuhan Kebidanan Pada Masa Pandemi Covid-19*, ed. PhD Qorinah Estiningtyas Sakilah Adnani, M.Keb and Diajeng Ragil Pangestuti (Malang: CV Penulis Cerdas Indonesia, 2021),

<https://drive.google.com/file/d/18SXFDo5VC58S6HNoVTgHykHXh8dHROQN/view?usp=sharing>.

⁹ Dewi Andariya Ningsih, "Partnership Dalam Pelayanan Kebidanan," *Proceeding book* (2015).

¹⁰ Azizatul Hamidiyah, Dewi Andariya Ningsih, and Lia Fitria, "Pengaruh Fortifikasi Kelor Terhadap Organoleptik Nugget," *Conference on Innovation and Application of Science and Technology (CIASTECH 2020)* 2, no. Ciastech (2020): 151–158.

¹¹ Dewi Andariya Ningsih and Eliyawati, "Pengaruh Senam Abdominal Stretching Terhadap Efektifitas Penurunan Nyeri Dismenorhea Primer Pada Remaja Putri Di MA Al-Amiriyah Blokagung Tahun 2018," *J-HESTECH*



KESIMPULAN

Sebagian besar santri remaja putri belum menerapkan personal hygiene yang baik dalam kehidupan sehari-hari dan sebagian besar remaja putri belum paham akan pentingnya menjaga kebersihan daerah kewanitaan

PENGAKUAN/ACKNOWLEDGEMENTS

Terimakasih kepada Fakultas ilmu kesehatan dan Pondok Pesantren Salafiyah Syafi'iyah yang mendanai kegiatan ini. Selain itu kami ucapkan terimakasih kepada seluruh bagian yang ikut serta dalam mensukseskan kegiatan pengabdian masyarakat ini

DAFTAR REFERENSI

- [1] Ardani. "Perilaku Remaja Putri Dalam Perawatan Kebersihan Alat Kelamin Pada Saat Menstruasi Di SMP 3 Pulau Rakyat [Tesis]." Medan: Universitas Sumatera Utara, 2010.
- [2] Dewi Andariya Ningsih. "Partnership Dalam Pelayanan Kebidanan." *Proceeding book* (2015).
- [3] Fitriyah, Nurul, Diah Indriani, and Yuly Sulistyorini. "Riwayat Kesehatan Reproduksi Remaja Santri." *Jurnal Biometrika dan Kependudukan* 2, no. No. 2 (2015): 182–192.
- [4] Hamidiyah, Azizatul, Dewi Andariya Ningsih, and Lia Fitria. "Pengaruh Fortifikasi Kelor Terhadap Organoleptik Nugget." *Conference on Innovation and Application of Science and Technology (CIASTECH 2020)* 2, no. Ciastech (2020): 151–158.
- [5] Mardani, Siti Asiyah, Arifal Aris, and Priyoto. "Hubungan Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Remaja Putri Dengan Perilaku Personal Hygiene Menstruasi Di Desa Kedung Kumpul Kecamatan Sari Rejo Kabupaten Lamongan." *AnZdoc* 03, no. Vii (2010): 52–57.
- [6] Ningsih, Dewi Andariya. "Continuity of Care Kebidanan." *OKSITOSIN: Jurnal Ilmiah Kebidanan* 4, no. 2 (2017): 67–77.
- [7] ———. *Midwifery Women Center Care Pada Masa Nifas Dalam Buku Asuhan Kebidanan Pada Masa Pandemi Covid-19*. Edited by PhD Qorinah Estiningtyas Sakilah Adnani, M.Keb and Diajeng Ragil Pangestuti. Malang: CV Penulis Cerdas Indonesia, 2021. <https://drive.google.com/file/d/18SXFD05VC58S6HNoVTghyHXh8dHROQN/view?usp=sharing>.
- [8] Ningsih, Dewi Andariya, and Eliyawati. "Pengaruh Senam Abdominal Stretching Terhadap Efektifitas Penurunan Nyeri Dismenorea Primer Pada Remaja Putri Di MA Al-Amiriyyah Blokagung Tahun 2018." *J-HESTECH (Journal Of Health Educational Science And Technology)* 1, no. 2 (2018): 87.
- [9] Notoatmodjo. *Ilmu Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta, 2010.
- [10] Rabita. "Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Perawatan Alat Genitalia Di SMA AlAzhar [Tesis]." Medan: Universitas Sumatera Utara, 2010.
- [11] Wakhidah, Ummi, and Wijayanti. "Hubungan Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Infeksi Genetalia Eksterna Dengan Perilaku Vulva Hygiene Kelas Xi Di Man 1 Surakarta." *Jurnal STIKES PKU Muhammadiyah Surakarta* VI, no. 01 (2014): 33–42. <http://ejournal.stikeseub.ac.id/index.php/jkeb/article/view/129>.



HALAMAN INI SENGAJA DIKOSONGKAN