

**HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN PERAN ORANG TUA (IBU)
DENGAN PERILAKU PERSONAL HYGIENE SAAT MENSTRUASI
DI SMPN 2 UKUI KABUPATEN PELALAWAN**

Syukrianti Syahda¹, Elmayasari²
Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai
Syukrianti@gmail.com¹
Elmayasari12@gmail.com²

ABSTRACT

Poor personal hygiene behavior during menstruation, and the use of unhealthy sanitary pads are the main causes of reproductive tract infections (ISR). The highest incidence of Reproductive Tract Infection (ISR) in the world occurs in adolescence (35% -42%). Data from the Indonesia Demographic Health Survey (IDHS) in 2017 said that the behavior of adolescent girls in maintaining hygiene during menstruation was still poor, at 63.9%. The purpose of this study was to determine the relationship of knowledge and the role of parents with female teenage personal hygiene during menstruation at SMU 2 Ukui in 2019. This study used analytic design and cross sectional approaches. The population in this study were all female students at SMU 2 Ukui who experienced menstruation, which were 254 people with a sample of 72 people with simple random sampling technique. The measuring instrument used was a questionnaire with research analysis used was univariate analysis and bivariate analysis. The results showed that there is a relationship of knowledge with personal hygiene during menstruation with p value 0.003 ($p < 0.05$) and there is a relationship between the role of parents with personal hygiene during menstruation with p value 0,000 ($p < 0.05$). It is expected that students will further increase their knowledge about the importance of maintaining personal hygiene during menstruation by listening to counseling provided by health workers and parents can provide support and motivation.

Key Word : Knowledge, the role of parents, personal hygiene during menstruation

ABSTRAK

Perilaku *personal hygiene* yang kurang pada saat menstruasi, serta penggunaan pembalut yang tidak sehat merupakan penyebab utama dari penyakit Infeksi Saluran reproduksi (ISR). Angka kejadian Infeksi Saluran Reproduksi (ISR) tertinggi di dunia terjadi pada usia remaja (35%-42%). Data Survei Demografi Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2017 mengatakan perilaku remaja putri dalam menjaga hygiene pada saat menstruasi masih buruk, yaitu 63,9%. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan pengetahuan dan peran orang tua dengan personal hygiene remaja putri saat menstruasi di SMPN 2 Ukui tahun 2019. Penelitian ini menggunakan menggunakan desain *analitik* serta pendekatan *cross sectional*. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh siswi di SMPN 2 Ukui yang mengalami menstruasi yaitu sebanyak 254 orang dengan sampel sebanyak 72 orang dengan teknik *simple random sampling*. Alat ukur yang digunakan adalah kuesioner dengan analisa penelitian yang digunakan adalah analisa univariat dan analisa bivariat. Hasil penelitian didapatkan bahwa ada hubungan pengetahuan dengan personal hygiene saat menstruasi dengan p value 0,003 ($p < 0,05$)

dan ada hubungan peran orang tua dengan personal hygiene saat menstruasi dengan p value 0,000 ($p < 0,05$). Diharapkan kepada siswi untuk lebih meningkatkan pengetahuan tentang pentingnya menjaga personal hygiene saat menstruasi dengan cara mendengarkan penyuluhan yang diberikan petugas kesehatan dan orang tua dapat memberikan dukungan serta motivasi.

Kata Kunci : Pengetahuan, peran orang tua, personal hygiene saat menstruasi

PENDAHULUAN

Dalam kehidupan sehari-hari kebersihan sangat penting dan harus diperhatikan karena kebersihan akan mempengaruhi kesehatan dan psikis seseorang. Kebersihan itu sendiri sangat dipengaruhi oleh nilai individu dan kebiasaan. Jika seseorang sakit biasanya masalah kebersihan kurang diperhatikan. Hal ini terjadi karena kita menganggap masalah kebersihan adalah hal yang biasa, padahal hal tersebut jika dibiarkan terus menerus dapat mempengaruhi kesehatan secara umum (Yuni,2015).

Angka kejadian Infeksi Saluran Reproduksi (ISR) tertinggi di dunia adalah pada usia remaja (35%-42%). Diantara negara-negara di Asia Tenggara, wanita Indonesia lebih rentan mengalami ISR yang dipicu iklim Indonesia yang panas dan lembab (Puspitaningrum, 2012).

Perilaku yang kurang dari perawatan hygiene pada saat menstruasi adalah malas mengganti pembalut menyebabkan bakteri berkembang pada pembalut. Perawatan diri yang baik saat menstruasi seperti penggunaan pembalut yang tepat adalah pembalut tidak boleh dipakai lebih dari enam jam atau pembalut harus diganti sesering mungkin bila sudah penuh oleh darah menstruasi. Personal hygiene yang buruk terutama area genitalia juga menjadi faktor predisposisi terjadinya kanker serviks (Arrikni,2013).

Menurut Survei Demografi Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2017 perilaku remaja putri dalam

menjaga hygiene pada saat menstruasi masih buruk, yaitu 63,9%, penyebabnya karena kurang pengetahuan dan informasi tentang personal hygiene pada saat menstruasi. Salah satu akibat kurangnya pemahaman personal hygiene genitalia adalah terjadinya gangguan kesehatan reproduksi seperti keputihan, Infeksi Saluran Reproduksi (ISR), Penyakit Radang Panggul (PRP) dan kemungkinan terjadi kanker leher rahim (Wakhidah,2014).

Perilaku *personal hygiene* yang kurang pada saat menstruasi, serta penggunaan pembalut yang tidak sehat merupakan penyebab utama dari penyakit Infeksi Saluran reproduksi (ISR). Oleh karena itu kebersihan daerah genitalia harus lebih dijaga karena kuman mudah sekali masuk dan dapat menimbulkan penyakit pada saluran reproduksi dengan adanya keluhan yang dirasakan seperti rasa gatal yang disebabkan oleh jamur candida yang akan tumbuh subur pada saat menstruasi.

Berdasarkan hasil penelitian oleh maharani (2018) dengan judul faktor yang berhubungan dengan perilaku personal hygiene pada saat menstruasi pada Santriwati di MTS Pondok Pesantren Dar El Hikmah pekanbaru bahwa dari 148 responden, yang memiliki perilaku tidak baik pada saat melakukan personal hygiene saat menstruasi sebanyak 79,1% yang berpengetahuan rendah terhadap personal hygiene saat menstruasi sebanyak 58,8% sedangkan yang tidak

memiliki informasi mengenai personal hygiene saat menstruasi sebanyak 64,9%.

Sebagian besar dari masyarakat di Indonesia masih mempercayai mitos-mitos pada saat menstruasi seperti tidak boleh keramas selama menstruasi, tidak boleh memotong kuku dan lain sebagainya. Kurangnya pengetahuan masyarakat menjadikan mereka berpola pikir yang tidak sesuai dengan teori yang sudah ada, yang kemudian berkembang menjadi mitos.

Peran orang tua baik Ayah maupun Ibu dalam pertumbuhan dan perkembangan anak menuju dewasa sangat berpengaruh dan dapat menentukan bagaimana kesehatan anak dimasa yang akan datang. Ibu dapat mengambil peran yang cukup besar daripada Ayah terutama pada perkembangan anak perempuan, karena kesamaan gender dan pengalamannya dimasa lalu. Seperti pada masalah menstruasi dapat dipastikan bahwa Ibu sudah mempunyai pengalaman yang lebih daripada Ayah.

Tindakan personal hygiene saat menstruasi dapat dilakukan dengan cara mengganti pembalut setiap 4 jam sekali atau 3 sampai 4 kali dalam sehari. Setelah mandi atau buang air, membasuh vagina dengan arah kedepan kebelakang anus, vagina dikeringkan dengan tisu atau handuk agar tidak lembab. Pemakaian celana dalam yang baik terbuat dari bahan yang mudah menyerap keringat (Elmart, 2012).

Survei awal yang dilakukan penulis dengan mewawancarai siswi SMP di Kecamatan Ukui Kabupaten Pelalawan, terdapat 2 SMPN terakreditasi yaitu SMPN 1 dan SMPN 2. Di SMPN 1 dengan jumlah remaja putri kelas VII 65 orang diambil sampel 10 remaja putri yang telah menstruasi, 6 diantara mereka tidak mengetahui tentang personal hygiene saat menstruasi sedangkan di SMPN 2 Ukui dari 79

orang remaja putri juga diambil sampel 10 remaja putri yang telah menstruasi 9 diantara mereka tidak mengetahui tentang personal hygiene saat menstruasi, seperti pergantian pembalut, pergantian celana dalam, cara menjaga kebersihan alat genitalia. Remaja putri tidak mengetahui setiap berapa kali harus mengganti pembalut dalam sehari dan pergantian pembalut yang sangat diharuskan seperti saat di sekolah dan pada malam hari. Remaja putri mengganti pembalut hanya dua kali dalam sehari. Padahal pengganti pembalut 3-4 jam sekali merupakan hal yang paling penting dilakukan demi kenyamanan mencegah bau dan infeksi. Salah satu siswi SMPN 2 Ukui datang ke petugas kesehatan mengeluh gatal-gatal diarea lipatan paha dan mengalami keputihan.

Sebagian remaja putri yang diwawancarai mereka yang masih mempercayai mitos yang terkait dengan menstruasi seperti tidak boleh keramas saat menstruasi, tidak boleh potong kuku saat menstruasi saat menstruasi sebaiknya minum-minuman yang bergas agar darah menstruasi cepat berhenti.

Berdasarkan hal diatas penulis tertarik melakukan penelitian yang berjudul tentang **“Hubungan Pengetahuan dan Peran Orang Tua (Ibu) dengan Perilaku Personal Hygiene saat Menstruasi pada Remaja Putri di SMPN 2 Ukui 2019”**.

Tujuan penelitian ini adalah Untuk mengetahui hubungan pengetahuan dan peran orang tua dengan personal hygiene remaja putri saat menstruasi di SMPN 2 Ukui Kabupaten Pelalawan.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian analitik dengan desain *Cross Sectional*. Sampel pada penelitian ini sebanyak 72 orang yang sudah

mengalami menstruasi di SMPN 2 Ukui Kabupaten Pelalawan. Teknik pengambilan sampel secara *simple random sampling*. Analisa data yang digunakan adalah uji *chi square*.

HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Distribusi Responden Berdasarkan Pengetahuan tentang Personal Hygiene Saat Menstruasi di SMPN 2 Ukui Kabupaten Pelalawan

No	Pengetahuan	f	%
1	Kurang	39	54,2
2	Baik	33	45,8
Jumlah		72	100

Tabel 2. Distribusi Responden Berdasarkan Peran Orang Tua Saat Menstruasi di SMPN 2 Ukui Kabupaten Pelalawan

No	Peran orang tua (ibu)	f	%
1	Tidak berperan	44	61,1
2	Berperan	28	38,9
Jumlah		72	100

Tabel 3. Distribusi Responden Berdasarkan Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi di SMPN 2 Ukui Kabupaten Pelalawan

No	Perilaku Personal Hygiene Menstruasi	f	(%)
1	Negatif	41	56,9
2	Positif	31	43,1
Jumlah		72	100

Tabel 4. Hubungan Pengetahuan dengan Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi di SMPN 2 Ukui Kabupaten Pelalawan

Pengetahuan	Perilaku Personal Hygiene Menstruasi				Total	P value	POR	
	Negatif		Positif					
	f	%	f	%	f	%		
Kurang	29	74,4	10	25,6	39	100	0,0	5,0
Baik	12	36,4	21	63,6	33	100	03	
Jumlah	41	56,9	31	43,1	72	100		

Tabel 4. Hubungan Peran Orang Tua dengan Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi di SMPN 2 Ukui Kabupaten Pelalawan

Peran orang tua (ibu)	Perilaku Personal Hygiene Menstruasi				Total	P value	POR	
	Negatif		Positif					
	f	%	f	%	f	%		
Tidak berperan	33	75,0	11	25,0	44	100	0,000	7,5
Berperan	8	28,6	20	71,4	28	100		
Jumlah	41	56,9	31	43,1	72	100		

PEMBAHASAN

Hubungan pengetahuan dengan personal hygiene saat menstruasi

Berdasarkan hasil penelitian dapat dilihat bahwa dari 39 responden yang berpengetahuan kurang tentang personal

hygienemenstruasi, terdapat 10 orang (25,6%) yang perilaku personal hygienenya positif, sedangkan dari 33 responden yang berpengetahuan baik, terdapat 12 responden (36,4%) yang perilaku personal hygienenya negatif.

Berdasarkan *uji statistik* diperoleh p value = 0,003 ($p < 0,05$), dengan demikian secara statistik ada hubungan antara pengetahuan dengan perilaku personal hygiene.

Kemudian dari hasil analisis diperoleh nilai POR = 5, hal ini berarti responden yang berpengetahuan kurang berpeluang 5 kali untuk berperilaku negatif tentang personal hygiene saat menstruasi dibandingkan responden yang berpengetahuan baik.

Menurut hasil penelitian responden yang berpengetahuan kurang tetapi berperilaku positif terhadap personal hygiene saat menstruasi disebabkan karena 2 responden memperoleh informasi dari pengalaman pribadinya, 2 responden dari orang tua dan saudara perempuan, 3 responden dari teman dan 3 orang responden memperoleh informasi dari media elektronik seperti televisi, sedangkan responden yang berpengetahuan baik tetapi berperilaku negatif tentang personal hygiene saat menstruasi disebabkan karena 4 responden sibuk dalam mengerjakan tugas sekolah untuk tidak memiliki waktu luang untuk mengganti pembalut saat menstruasi dan 6 orang responden belum memiliki kesadaran untuk merubah perilaku

Pengetahuan merupakan hasil dari tahu yang terjadi setelah orang melakukan pengindraan terhadap obyek tertentu. Pengindraan terjadi melalui pancaindra manusia, yakni indra penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa, dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui indra pendengaran dan penglihatan (Notoatmodjo, 20014).

Menurut Sukamdinata (2009), ada dua faktor yang mempengaruhi pengetahuan yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal terdiri dari jasmani yaitu faktor dari kesehatan diri individu dan rohani yaitu faktor dari

kesehatan psikis, intelektual, psikomotor, serta kondisi afektif dan kognitif individu. Faktor eksternal meliputi pendidikan, paparan media massa, umur, dan pengalaman (Kartika, 2015).

Faktor internal yang dapat mempengaruhi pada pengetahuan kesehatan reproduksi remaja, salah satunya faktor jasmani, dimana salah satunya kesehatan indera remaja putri yang sehat dapat menunjang dalam meningkat pengetahuannya. Kesehatan indera ini meliputi pendengaran, penglihatan, penciuman dan perabaan. Dengan indera yang sehat, remaja putri mampu mendapatkan secara mudah informasi terkait pengetahuan kesehatan reproduksi. Misalnya ketika remaja mendapat informasi terkait kesehatan reproduksi melalui orang lain, tentunya jika pendengarannya sehat remaja mampu menangkap apa yang dikatakan orang lain dan dapat ditangkap secara benar pengetahuan yang didapatnya tersebut. Faktor kedua dari faktor internal yang dapat mempengaruhi pengetahuan kesehatan reproduksi yaitu faktor rohani. Faktor ini berkaitan dengan faktor psikis remaja (Karika, 2015).

Remaja yang mempunyai kesehatan psikis yang baik dapat menangkap dan mengolah informasi terkait pengetahuan kesehatan reproduksi yang didapatnya menjadi sebuah pengetahuan kesehatan reproduksi untuk dirinya. Sehingga remaja mampu berfikir tentang pentingnya pengetahuan kesehatan reproduksi bagi dirinya. Selain faktor internal, yang mempengaruhi pengetahuan kesehatan reproduksi yaitu faktor eksternal. Faktor eksternal yang dapat mempengaruhi pengetahuan kesehatan reproduksi pada remaja putri, salah satunya media massa baik cetak, elektronik maupun informasi dari masyarakat. Dengan adanya media

massa, remaja lebih terpapar informasi terkait kesehatan reproduksi dan menjadikan remaja memiliki pengetahuan kesehatan reproduksi yang lebih baik dibandingkan remaja putri yang kurang terpapar oleh informasi terkait kesehatan reproduksi dari media massa (Diana, 2016).

Selain media massa, pengalaman juga dapat mempengaruhi pengetahuan kesehatan reproduksi remaja. Pengalaman remaja dalam kehidupan dan perkembangannya mampu memotivasi remaja mencari informasi lebih banyak terkait kesehatan reproduksi. Misalnya pada remaja putri yang mempunyai keluarga dengan penyakit terkait reproduksi, tentunya remaja tersebut akan mencari informasi tentang menjaga kesehatan reproduksinya. Hal tersebut menjadikan remaja mempunyai pengetahuan kesehatan reproduksi yang lebih baik dari remaja lain (Santi, 2016)

Perilaku perineal hygiene merupakan upaya untuk memelihara atau menjaga kebersihan dan kesehatan organ kelamin agar terhindar dari gangguan pada organ kelamin (Satriyandari dan Dewi, 2010). Personal hygiene bermanfaat untuk menjaga kebersihan dan kesehatan reproduksi, mempertahankan pH derajat keasaman vagina normal, yaitu 3,5-4,5 serta mencegah tumbuhnya jamur, bakteri dan protozoa (Manuaba, 2009).

Pengetahuan tentang personal hygiene kewanitaan sangatlah penting untuk diketahui oleh sebagian besar wanita, karena semua wanita perlu merawat alat kelamin dengan baik. Hal ini dikarenakan pengetahuan remaja putri tentang hygiene menstruasi cenderung belum adekuat, terlebih berhubungan dengan genitalia. Penanganan kebersihan diri yang tidak benar dan tidak higienis dapat mengakibatkan tumbuhnya mikroorganisme secara berlebihan dan

pada akhirnya mengganggu fungsi reproduksi (Ariyani, 2009).

Hasil penelitian sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Shanti dan Yuniarti (2014) yang menunjukkan bahwa sebagian besar remaja putri di SMA Negeri 1 Mlati Sleman Yogyakarta yang didapatkan bahwa ada hubungan dengan personal hygiene saat menstruasi dengan p value 0,003.

Hubungan peran orang tua dengan personal hygiene saat menstruasi

Berdasarkan hasil penelitian dapat dilihat bahwa dari 44 responden yang orang tuanya tidak berperan, terdapat 11 responden (25%) yang berperilaku positif dalam personal hygiene menstruasi, sedangkan dari 28 responden yang orang tuanya berperan terdapat 8 responden (28,6%) yang berperilaku negatif tentang personal hygiene menstruasi. Berdasarkan *uji statistik* diperoleh nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$), dengan demikian secara statistik ada hubungan peran orang tua (ibu) dengan perilaku personal hygiene menstruasi.

Kemudian dari hasil analisis diperoleh nilai POR = 7,5 hal ini berarti responden yang orang tuanya tidak berperan berpeluang 7 kali berperilaku negatif tentang personal hygiene saat menstruasi dibandingkan responden yang orang tuanya tidak berperan.

Menurut hasil penelitian responden yang orang tuanya berperan tetapi anaknya berperilaku negatif tentang personal hygiene saat menstruasi disebabkan karena 4 orang kurangnya keingintahuan siswi dalam melakukan perawatan personal hygiene, 7 orang karena kurangnya sarana dan prasarana dalam melakukan personal hygiene saat menstruasi. Sedangkan responden yang orang tuanya tidak berperan tetapi berperilaku positif terhadap personal hygiene saat menstruasi disebabkan

karena 5 responden adanya keinginan untuk mencari informasi dari media massa tentang personal hygiene saat menstruasi dan 3 responden saat menstruasi berusia cukup dewasa (13-15 tahun) sehingga telah mengerti tentang personal hygiene saat menstruasi.

Orang tua adalah komponen keluarga yang terdiri dari ayah, ibu, dan merupakan hasil dari sebuah ikatan perkawinan yang sah yang dapat membentuk sebuah keluarga. Orang tua memiliki tanggung jawab mendidik, mengasuh, dan membimbing anak-anaknya untuk mencapai tahapan tertentu yang menghantarkan anak untuk siap dalam kehidupan bermasyarakat (Arief, 2011).

Tugas orang tua adalah mendidik anaknya sedemikian rupa sehingga anak dapat bertingkah laku baik, dan mereka mau membicarakan masalah-masalah yang berhubungan dengan alat reproduksi. Sikap yang negatif dari orang tua terhadap masalah organ reproduksi mempengaruhi status kesehatan anak terutama masalah kesehatan reproduksi (Wuryani, 2008).

Peran orang tua sangat penting bagi remaja agar kesehatannya dapat terjaga terutama kesehatan organ reproduksi. Peran dan dukungan orang tua merupakan suatu motivasi bagi anaknya untuk hidup sehat, peran dan dukungan yang diberikan oleh orang tua kepada anaknya sangat mempengaruhi status kesehatan anak (Indah, 2015)

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian Sadri (2015) dengan judul hubungan peran orang tua perilaku personal hygiene menstruasi di SMA Negeri 1 Calang Kabupaten Aceh Jaya dengan p value 0,00

KESIMPULAN

1. Terdapat hubungan pengetahuan dengan personal hygiene saat

menstruasi di SMPN 2 Ukui Kabupaten Pelalawan dengan nilai p value = $0,003 \leq 0.05$ dan p value = $0,000 \leq 0.05$.

2. Terdapat hubungan peran orang tua dengan personal hygiene saat menstruasi di SMPN 2 Ukui Kabupaten Pelalawan dengan nilai p value = $0,000 \leq 0.05$

SARAN

1. Bagi Responden

Diharapkan kepada siswi untuk lebih meningkatkan pengetahuan tentang pentingnya menjaga personal hygiene saat menstruasi untuk menjaga terjadinya penyakit yang diakibatkan oleh personal hygiene yang buruk dengan cara mendengarkan penyuluhan yang diberikan petugas kesehatan.

2. Bagi Orang Tua

Diharapkan kepada orang tua untuk memberikan pengetahuan berdasar pengalamannya, memberikan motivasi serta dukungan kepada remaja putrinya dalam hal melakukan personal hygiene saat menstruasi.

3. Bagi Sekolah

Diharapkan pada kepala sekolah dan guru bekerja sama dengan instansi terkait agar mengadakan seminar atau pembekalan materi untuk pelajar tentang KRR (Kesehatan Reproduksi Remaja) karena dari hasil penelitian ini banyak remaja tidak menjaga kebersihan diri dan kebersihan alat kelamin.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Untuk lebih mengembangkan penelitian ini peneliti bisa melakukan penelitian dengan menggunakan variabel yang berbeda seperti sumber informasi, sikap dan lain sebagainya. Selain itu juga dapat dengan

menggunakan metode penelitian yang berbeda.

DAFTAR PUSTAKA

- Arief. 2011. *Tingkat Pengetahuan Remaja Putri tentang Vulva Higiene saat Menstruasi pada Siswi Kelas X SMA Islam Terpadu Al-Masyhur Pati*
- Anhdita. Caya Anolis 2011, *17 Penyakit Wanita yang paling mematikan*, Buana Pustaka Yogyakarta.
- Adrikni Luthfa 2013, *Gambaran siklus menstruasi pada remaja putri dilihat berdasarkan tingkat stres di pondok pesantren kuno putri gamping sleman*. Diakses Senin 7 Juli 2019 pukul 15.00.
- Ariyani. 2009. *Gambaran Perilaku Higiene Menstruasi pada Remaja Putri di Sekolah Dasar Negeri di Wilayah Kerja Puskesmas Pisangan Tahun 2014*. (Skripsi Ilmiah). Jakarta: Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan UIN Syarif Hidayatullah
- BKKBN. 2012. *Pedoman Pengelolaan Bina Keluarga Remaja (BKR)*. Jakarta.
- Diana. 2016. *Hubungan Perilaku Vulva Hygiene dengan Kejadian Keputihan pada Remaja Putri Kelas X di SMU Negeri 2 Ungaran Semarang*. Jurnal Kebidanan dan Keperawatan. Volume 4, Nomor 2, Desember 2008 Hal 59-65.
- Desi 2011, *Hubungan Personal hygiene saat menstruasi dengan tingkat kepercayaan (mitos) di SMPN 1 Muhammadiyah Yogyakarta*. Diakses 10 Juli 2019 pukul 20:00.
- Elmart, F.C.C (2012). *Mahir Menjaga Organ Intim Wanita*. Solo : Medina Solo
- Erna Febriyanti 2017, *Hubungan keluarga dengan perilaku personal hygiene saat menstruasi pada remaja awal*. Fakultas kedokteran Universitas di Ponegoro Semarang. Diakses 24 Agustus 2019 Pukul 20.00
- Farid A, 2016. *Hubungan peran ibu terhadap perilaku higiene Remaja awal yang mengalami menstruasi Di sdn 1 padokan*, Diakses 17 Agustus 2019 pukul 19.00.
- Janiwarti, Bethsaida, dkk. 2011. *Pengantar Psikopatologi untuk Keperawatan*. Cetakan I, Media Group. Jakarta.
- Kartika. 2015. *Gambaran Pengetahuan Remaja Putri tentang Personal Hygiene saat Menstruasi pada Siswi SMA Negeri 1 Sungguminasa Tahun 2016*. DISS, Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar
- Kusmiran, Eny. 2011. *Kesehatan Reproduksi Remaja dan Wanita*. Jakarta : Salemba Medika.
- Maharani 2018, *faktor yang berhubungan dengan personal hygiene pada saat menstruasi satriwati di MTS pondok Pesantren DAR El Hikmah Pekanbaru*. Diakses 6 Agustus 2019 Pukul 15,00.
- Nursalam, (2010). *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan pedoman Skripsi, Tesis dan Intrumen Penelitian keperawatan*. Jakarta : Salemba Medika
- Notoatmodjo, Soekidjo. 2014. *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Cetakan Pertama. Rineka Cipta. Jakarta.
- Praworoharjo, Sarwono. 2011. *Ilmu Kandungan*. Yayasan binapustaka. Jakarta
- Puspitanigrum 2012, *Praktik organ genitalia eksternal pada anak usia 10-14 Tahun yang mengalami Meneache dini di*

- sekolah dasar kota Semarang. *Jurnal Kesehatan Indonesia*. Diakses 5 Juni 2019 pukul 14.00.
- Permatasari, dkk. 2010. *Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Kelas X Tentang Menstruasi dengan Perilaku Personal Hygine saat Menstruasi Di SMKN 02 Bangkalan*. Surabaya
- Rahmawati, 2010. *Hubungan antara sumber informasi dan pengetahuan tentang menstruasi pada siswi SMPN 1 Kebonarum*. Kabupaten Klaten.
- Rahman, Astuti, 2014. *Faktor-faktor yang Berhubungan dengan perilaku personal hygiene pada saat menstruasi di SMP Muhammadiyah 5*. Yogyakarta
- Riskesdas. (2015). *Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS)*. Jakarta: Badan Litbang RI.
- Santi. 2016. *Hubungan antara Pengetahuan dan Perilaku Menjaga Kebersihan Genitalia Eksterna dengan Kejadian Keputihan pada Siswi SMA Negeri 4 Semarang*. (Karya Tulis Ilmiah). Semarang: Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro.
- Sibagariang, Ellya, dkk. 2016. *Kesehatan Reproduksi Wanita*. CV. Trans Info Media. Jakarta
- Suryati. 2012. *Perilaku Kebersihan Remaja saat Menstruasi*. Diakses Senin 16 Juli 2019 pukul: 14.00.
- Sukamdinata. 2009.). *Hubungan Pengetahuan, Sikap, dan Tindakan dengan Personal Hygiene Menstruasi pada Rmaja Putri di SMP Negeri Satap Bukit Asri Kabupaten Buton Tahun 2016*. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Kesehatan Masyarakat*
- Wong, 2017. *Hubungan Pengetahuan Kesehatan Reproduksi dengan Kejadian Iritasi Vagina saat Menstruasi*. Diakses Senin 16 Juli 2019 Pukul 14:00.
- Widyastuti, Yani, dkk. 2009. *Kesehatan Reproduksi*. Fitramaya. Yogyakarta
- Yuni 2015. *Hubungan pengetahuan Remaja putri Usia 14 tahun dengan kecemasan dalam menghadapi perubahan seks sekunder di MTS Finatul Huda Sowan Kidil Jepara*. *Jurnal Kesehatan dan Keperawatan*. Diakses senin 5 Juli 2019 pukul 13,00.