

GAMBARAN TINGKAT PENGETAHUAN MAHASISWI FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN UIN MATARAM TERHADAP MENSTRUASI

Dinatul Aini¹, Candra Eka Puspitasari^{1,2*}

Program Studi Farmasi, Jurusan Ilmu Kesehatan, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Mataram¹

Apotek Pendidikan Universitas Mataram²

*Corresponding Author : candrapuspitasari@unram.ac.id

ABSTRAK

Wanita yang mengalami menstruasi sangat mudah terkena penyakit pada saluran reproduksi karena, kondisi vagina yang lembab menyebabkan kuman lebih mudah untuk berkembang biak. Pengetahuan yang lebih luas terkait menstruasi akan berpengaruh terhadap cara menjaga kebersihan dan mempermudah untuk mempromosikan cara menjaga kesehatan reproduksi ketika dalam masa menstruasi. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat pengetahuan mahasiswa Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Mataram terhadap menstruasi. Penelitian ini merupakan penelitian observasional dengan desain *cross-sectional*. Penelitian ini dilakukan pada bulan Desember 2022 sampai dengan Maret 2023 di Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Mataram. Sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah 99 responden yang diambil dengan teknik *Random Sampling*. Pengambilan data dilakukan secara online, menggunakan kuesioner yang diambil dari penelitian yang berjudul "Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Menstruasi Dengan Perilaku *Higiene* Menstruasi di Pesantren Arrisalah Kota Padang" dengan pertanyaan yang digunakan sebanyak 13 item. Data yang didapatkan dianalisis menggunakan bantuan *Microsoft Excel* dan *Software IBM SPSS 25*. Hasil dari penelitian ini menunjukkan (43,5%) mahasiswa memiliki pengetahuan tinggi, (55,5%) cukup, dan (1%) kurang tentang menstruasi dan setelah di uji secara statistik menunjukkan tidak adanya perbedaan yang signifikan ($p > 0,05$) antara kelompok umur dan kelompok program studi dengan tingkat pengetahuan. Penelitian ini menyatakan bahwa mahasiswa Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Mataram dominan memiliki pengetahuan yang cukup tentang menstruasi yaitu sebesar 55,5%.

Kata kunci : menstruasi, pengetahuan, UIN Mataram

ABSTRACT

Women who menstruate are very susceptible to diseases of the reproductive tract because the moist condition of the vagina makes it easier for germs to reproduce. Wider knowledge regarding menstruation will influence how to maintain cleanliness and make it easier to promote ways to maintain reproductive health during menstruation. The aim of this research was to determine the level of knowledge of students at the Tarbiyah and Teacher Training Faculty of UIN Mataram regarding menstruation. This research is an observational study with a cross-sectional design. This research was conducted from December 2022 to March 2023 at the Faculty of Tarbiyah and Teacher Training, Mataram Islamic University. The sample used in this research was 99 respondents taken using random sampling techniques. Data collection was carried out online, using a questionnaire taken from research entitled "The Relationship between Young Women's Knowledge About Menstruation and Menstrual Hygiene Behavior at the Arrisalah Islamic Boarding School, Padang City" with 13 questions used. The data obtained were analyzed using *Microsoft Excel* and *IBM SPSS 25* software. The results of this study showed that (43.5%) female students had high knowledge, (55.5%) enough, and (1%) less about menstruation and after being tested Statistically, it shows that there is no significant difference ($p > 0.05$) between age groups and study program groups and level of knowledge. This research states that students from the Tarbiyah and Teacher Training Faculty of UIN Mataram predominantly have sufficient knowledge about menstruation, namely 55.5%.

Keywords : menstruation, knowledge, UIN Mataram

PENDAHULUAN

Manajemen kebersihan menstruasi merupakan tata cara menjaga kebersihan dan kesehatan pada saat wanita mengalami menstruasi. Hal tersebut menjadi masalah kesehatan bagi masyarakat khususnya para wanita. Higiene ketika menstruasi dapat dijaga dengan penggunaan pembalut yang tepat dan tetap membersihkan organ reproduksi dengan membersihkannya sebanyak 4-5 kali dalam sehari pada saat menstruasi (Irianti & Tiarahma, 2021). Saat menstruasi pembuluh darah dalam rahim terbuka sehingga dapat memudahkan terkena infeksi (Phonna et al., 2017). Pada tahun 2016 di dunia menunjukkan prevalensi kebersihan yang buruk dengan angka kejadian 78,1 %, sedangkan, prevalensi kebersihan menstruasi di Indonesia sebesar 47, 1%, dan di Nusa Tenggara Barat menunjukkan prevalensi yang buruk dengan angka kejadian 74% khususnya di kalangan SMP (Larasati et al., 2023).

Menstruasi adalah proses dimana keluarnya darah dari rahim melalui vagina yang akan terjadi setiap bulan selama masa subur (Wardani et al., 2021). Remaja umur 10-15 tahun umumnya sudah mengalami menstruasi, pengetahuan yang lebih luas terkait menstruasi akan berpengaruh terhadap cara menjaga kebersihan. Beberapa penelitian mengungkapkan bahwa secara garis besar pengetahuan tentang fisiologi dan kebersihan menstruasi masih relatif sangat kurang pada remaja putri (Fatimah & Nurunnayah, 2022). Akibat kebersihan saat menstruasi diabaikan adalah infeksi keputihan, saluran kemih, kanker serviks dan masalah reproduksi lainnya (Maharani & Andryani, 2018).

Rendahnya tingkat pengetahuan terhadap menstruasi dapat menyebabkan kesehatan yang buruk bagi wanita. Peningkatan pengetahuan tentang menstruasi dan manajemen kebersihan merupakan salah satu tanggung jawab Lembaga Pendidikan. Hal tersebut dapat dilakukan dengan meningkatkan pendidikan dan melatih remaja putri terkait bagaimana cara menjaga kebersihan yang tepat. Berdasarkan riset *Burnet University* tahun 2015 menyatakan di Indonesia, sebanyak 67% remaja putri mengganti pembalut hanya 4-8 jam sekali, dan yang lainnya hanya mengganti pembalut 2 kali sehari. Salah satu penelitian Akademik Kesehatan menyatakan bahwa 31% pernah mengalami gejala RTI (*Reproductive Tract Infection*) yang salah satu penyebabnya adalah penggunaan pembalut yang sudah terkontaminasi darah terlalu lama (Pertiwi et al., 2020).

Salah satu Masalah besar yang dialami oleh wanita yang sedang menstruasi adalah dismenore. Disminore merupakan rasa nyeri yang timbul ketika wanita mengalami menstruasi yang mengakibatkan terganggunya aktivitas kehidupan sehari-hari (Horman et al., 2021). Disminore dibagi menjadi dua yaitu disminore primer dan skunder (Sari, 2019). Disminore primer merupakan rasa nyeri yang tidak berkaitan dengan panggul patologik yang terjadi pada saat umur 20 tahun atau lebih awal setelah terjadi siklus ovulasi (Kojo et al., 2021). Sedangkan, disminore skunder adalah rasa nyeri yang berkaitan dengan panggul patologik dan terjadi pada wanita diatas umur 30 tahun (Tsamara et al., 2020)

Mahasiswa Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Mataram perlu mengetahui tentang manajemen kebersihan menstruasi, sehingga dapat mendidik dan memberikan promosi kesehatan bagi remaja putri. Undang-undang No. 14 Tahun 2005 mengatur bahwa tugas pokok guru adalah mengajar, membimbing, mengrahkan, melatih, menilai, dan mengevaluasi peserta didik pada pendidikan anak usia dini jalur pendidikan dasar, pendidikan formal, dan pendidikan menengah. Sehingga, tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana tingkat pengetahuan mahasiswi Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Mataram terhadap Menstruasi.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian observasional dengan desain *cross-sectional*. Penelitian dilakukan di Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Mataram. Penyebaran kuesioner

dilakukan mulai dari tanggal 22 Desember 2022 sampai dengan 30 Januari 2023 dengan jumlah populasi sebesar 5.595 Mahasiswa/I dan jumlah minimal sampel dihitung dengan rumus Slovin dengan taraf signifikansi 0,9. Sehingga, jumlah sampel yang terlibat pada penelitian berjumlah 99 sampel dengan taraf kepercayaan 90%. Kuesioner yang digunakan pada penelitian sudah mendapatkan izin etik pada Komisi Etik Fakultas Kedokteran Universitas Mataram dengan No. 236/UN18.F7/ETIK/2022.

Pengambilan data dilakukan secara online, menggunakan kuesioner yang diambil dari penelitian yang berjudul “Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Menstruasi Dengan Perilaku Higiene Menstruasi di Pesantren Arrisalah Kota Padang” dengan pertanyaan yang digunakan sebanyak 13 item (Fitri, 2014). Kuesioner tersebut telah divalidasi menggunakan *expert* dengan 6 orang kemudian didapatkan nilai I-CVI 0,98. Nilai I-CVI semakin mendekati 1 menunjukkan kuesioner tersebut memiliki validitas yang tinggi (Hendryadi, 2017). Selanjutnya uji reliabilitas menggunakan sistem IBM SPSS Statistik 25 kepada 30 responden yang terpisah dari responden untuk riset namun memiliki karakteristik yang serupa dengan objek penelitian, hasil yang didapatkan sebesar 0,657, dimana kuesioner tersebut dikatakan reliabel karena hasil uji nilai *alpha cronbach* tidak kurang dari 0,5 (Darsini et al., 2020). Setelah kuesioner dinyatakan *valid* dan reliabel, kemudian kuesioner disebar dan diisi secara online menggunakan *google form* dan data yang diperoleh akan dianalisis secara deskriptif berdasarkan tingkat pengetahuan mahasiswi terhadap menstruasi.

HASIL

Karakteristik responden pada penelitian ini ditampilkan pada tabel 1, yang terdiri dari usia dan program studi.

Tabel 1. Karakteristik Responden Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Mataram (n=99)

Karakteristik	Frekuensi (n)	Presentase (%)	Rata-Rata Pengetahuan (%)	Tingkat	p- value
Umur (Tahun)					
17	1	1,00	76,92 ± 0,00		
18	11	11,12	59,44 ± 11,96		0
19	27	27,27	62,11 ± 11,27		,
20	25	25,25	64,92 ± 13,88		4
21	19	19,20	68,02 ± 13,14		2
22	11	11,12	62,24 ± 10,58		3
23	4	4,04	63,46 ± 3,85		a
24	1	1,00	84,62 ± 0,00		
Program Studi					
PGMI	19	19,20	65,18 ± 10,99		
Pendidikan Agama islam	12	12,12	64,74 ± 10,61		
Tadris IPS-Ekonomi	12	12,12	60,26 ± 9,75		0
Pendidikan guru raudataul Athfal	12	12,12	63,46 ± 11,88		,
Tadris Matematika	11	11,12	67,83 ± 10,22		4
Pendidikan Kimia	10	10,10	66,92 ± 15,83		3
Pendidikan Fisika	9	9,09	62,39 ± 20,15		7
Pendidikan Bahasa Arab	8	8,08	61,54 ± 11,63		b
Tadris IPA-Biologi	5	5,05	63,46 ± 11,88		
Bahasa Inggris	1	1,00	46,15 ± 0,00		

*) Berbeda bermakna ($p > 0,05$)

a) Diuji Menggunakan Uji Mann-Whitney

b) Diuji Menggunakan Uji Kruskal-Wallis

Berdasarkan tabel 1 Jumlah responden pada penelitian ini adalah 99 responden, dimana pada tabel 1 didominasi oleh kelompok usia 19 tahun yaitu 27,27% dan program studi PGMI yaitu sejumlah 19,2%. Selain itu, dapat dilihat perbedaan persentase rata-rata tingkat pengetahuan antara kelompok umur dan program studi namun, tidak menunjukkan perbedaan yang signifikan ($p>0,05$) setelah dilakukan uji statistik. Sehingga data diatas menunjukkan tidak adanya hubungan yang signifikan terkait tingkat pengetahuan menstruasi dengan perbedaan usia dan Program Studi. Karakteristik menstruasi yang dialami mahasiswi berbeda-beda yang ditampilkan pada tabel 2.

Tabel 2. Karakteristik Menstruasi Responden Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Mataram (n=99)

Variabel	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Lama menstruasi		
> 8 hari	11	11,01
3-5 hari	17	17,02
5-8 hari	71	71,07
Menstruasi dalam satu bulan		
1 kali	91	91,09
>1kali	8	8,01
Berapa kali mengganti pembalut		
< 3 kali sehari	44	44,05
> 5 kali sehari	4	4,01
3-5 kali sehari	51	51,05
Pingsan saat menstruasi		
Pernah	5	5,01
Tidak pernah	94	94,09
Fokus belajar saat menstruasi		
Tidak	41	41,04
Ya	58	58,06
Nyeri saat menstruasi		
Ya	63	63,64
Kadang-kadang	33	33,33
Tidak	3	3,03
Kelelahan dan lemah yang dirasakan saat menstruasi		
Ya	31	31,03
Kadang-kadang	43	43,04
Tidak	25	25,03
Pemilihan pengobatan		
Dibiarkan	62	62,06
Kompres hangat	6	6,01
Minum jamu	11	11,01
Minum obat	20	20,02
Jumlah	99	100

Berdasarkan tabel 2 dapat diketahui bahwa lama menstruasi responden sebagian besar 5-8 hari (71,07%). Durasi menstruasi responden 1 kali dalam 1 bulan (91,09%). Sebagian besar penggantian pembalut dilakukan 3-5 kali sehari (51,05%). Responden tidak mengalami pingsan saat menstruasi (94,09%). Dominan responden tetap fokus belajar saat menstruasi (58,06%). Sebagian besar responden mengalami rasa nyeri saat menstruasi (63,64%). Kelelahan dan lemah yang dirasakan saat menstruasi sebagian besar kadang-kadang dialami responden (43,04%). Sebagian besar responden tidak memilih pengobatan apapun ketika menstruasi (62,06%).

Berdasarkan tabel 3 dapat dilihat bahwa sebagian besar responden mengetahui tentang menstruasi mulai dari, pengertian, usia normal, siklus, gangguan, gejala, nyeri, dan akibat dari tidak *higiene* pada saat menstruasi.

Tabel 3. Penjelasan Persentase Respon Responden Survei Dari Tarbiyah dan Fakultas Keguruan UIN Mataram

No	Pertanyaan	Jawaban Benar	Persentase (%)
1	Apa yang dimaksud dengan menstruasi?	83	83,84
2	Secara normal pada usia berapa remaja pertama kali mengalami haid?	89	89,90
3	Apa yang dimaksud dengan siklus menstruasi?	64	64,60
4	Berapakah periode normal siklus menstruasi?	52	52,53
5	Berapa lama durasi normal menstruasi?	97	97,98
6	Gangguan apakah secara fisik yang sering terjadi, secara fisik menjelang menstruasi, kecuali?	21	21,20
7	Apakah penyebab remaja putri mengalami kram sewaktu menstruasi?	9	9,10
8	Ini terjadi sebelum atau selama menstruasi, dan gejalanya meliputi ketidakmampuan bergerak bebas, mati rasa, dan nafsu makan meningkat. Kejadian ini disebut apa?	50	50,50
9	Nyeri yang dirasakan menjelang haid dinamakan?	86	86,90
10	Nyeri haid akan lebih sering dan terasa pada wanita yang mengalami?	16	16,00
11	Perubahan fisik yang terjadi saat seseorang menjadi remaja putri adalah, kecuali?	73	73,74
12	Tidak higiene saat menstruasi dapat mengakibatkan penyakit?	91	91,92
13	Apakah yang didapat jika alat kelamin lembab?	58	58,60

Tabel 4. Distribusi Frekuensi dan Tingkat Pengetahuan Mahasiswi Terhadap Menstruasi

Pengetahuan	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Tinggi	43	43,5
Cukup	55	55,5
Rendah	1	1
Jumlah	99	100

Tabel 4 menunjukkan bahwa 43 orang (43,5%) responden memiliki pengetahuan tinggi, 55 orang (55,5%) memiliki pengetahuan cukup dan satu orang (1%) dari responden memiliki pengetahuan.

PEMBAHASAN

Menstruasi merupakan pendarahan yang dialami secara periodik, kecuali saat mengalami kehamilan (Prayuni et al., 2018). Menstruasi yang dialami wanita dapat menurunkan kualitas hidupnya. Kondisi psikologis dan gaya hidup dapat mempengaruhi siklus menstruasi (Anindita et al., 2016). Gangguan kondisi psikologis dan gaya hidup sering terjadi pada mahasiswi yang berdampak pada siklus menstruasi. Jumlah responden pada penelitian ini adalah 99 responden, dimana pada tabel 1 didominasi oleh kelompok usia 19 tahun yaitu 27,27% dan program studi PGMI yaitu sejumlah 19,2%. Program studi PGMI merupakan program studi yang memiliki mahasiswa dengan jumlah 856 mahasiswa dan didominasi oleh wanita. Hal ini sejalan dengan penelitian Mukhlis (2019) yang menyatakan wanita lebih sabar dan peka dalam mendidik anak atau siswa/i.

Pada tabel 2 menunjukkan lama menstruasi pada mahasiswi relatif memiliki rentang yang berbeda-beda yaitu 3-8 hari. Menurut Marianti (2010) lama normal menstruasi pada wanita adalah 3-7 hari, perbedaan rentang siklus menstruasi biasanya disebabkan oleh faktor umur, gaya hidup, hormon dan pola makan (Fadella & Jamaludin, 2019). Siklus menstruasi yang dialami juga berbeda yaitu dalam waktu dua kali dalam sebulan. Menurut proverawati & Misaroh (2009) normalnya siklus menstruasi pada wanita berkisar 21-35 hari dan terdapat 10-

15% yang memiliki siklus menstruasi 28 hari, siklus menstruasi yang lebih dari satu kali dalam sebulan biasanya disebabkan oleh hormon dan gaya hidup (Prayuni et al., 2018).

Frekuensi penggantian pembalut antar mahasiswi berbeda-beda, dimana frekuensi tertinggi pada pemakaian 3-5 kali sehari yaitu sebanyak 51 orang (51,5%). Berdasarkan pernyataan Elmart (2012), sebaiknya wanita yang mengalami menstruasi mengganti pembalut tiap 4 sampai 6 jam sekali atau minimal 4 kali dalam sehari. Ketika menstruasi vagina menjadi semakin lembab karena sentuhan pembalut dengan kulit vagina yang disertai gumpalan darah sehingga menyebabkan pertumbuhan jamur dan bakteri, oleh sebab itu dibutuhkan penggantian pembalut dengan frekuensi yang baik (Laili & Crusitasari, 2019). Pingsan saat menstruasi juga dialami mahasiswi sejumlah 5 orang (5,1%), hal tersebut merupakan salah satu dari gejala dismenorea (Fatmawati et al., 2016).

Menstruasi juga mempengaruhi aktivitas dalam belajar dimana pada data tabel 2, fokus belajar hanya dirasakan pada 58 orang (58,6%) dari 99 responden dan yang lainnya mengalami tidak fokus belajar ketika menstruasi, hal ini berhubungan dengan rasa nyeri yang dialami responden sejumlah 63 orang (63,64%). Ketika menstruasi responden juga merasa lemah dan lemas sehingga penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Dewi Anggraeni, Lismidiati and Harjanto (2017), hal tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara keluhan yang dialami saat menstruasi dengan kefokuskan dalam belajar. Pengobatan yang dilakukan oleh responden juga beragam yaitu ada yang menggunakan kompres air hangat, konsumsi jamu, konsumsi obat nyeri dan ada juga yang menahan dismenorea saat menstruasi.

Hasil penelitian berdasarkan kuesioner yang disebarakan pada responden (tabel 3) menunjukkan pengetahuan responden terkait menstruasi mulai dari, pengertian, usia normal, siklus, gangguan, gejala, nyeri, dan akibat dari tidak *higiene* pada saat menstruasi. Salah satu pertanyaan yang kurang diketahui oleh responden adalah penyebab rasa kram yang timbul ketika menstruasi dan penyebab nyeri yang lebih hebat pada wanita menstruasi. Kram perut dan nyeri yang dirasakan oleh wanita yang mengalami menstruasi berkaitan satu sama lain. Salah satu penyebab kram perut saat menstruasi adalah pengaruh hormonal, dimana tingginya kadar hormon prostaglandin dan hormon *evasopresin* serta rendahnya hormon progesterone yang menyebabkan rendahnya kram perut saat menstruasi sedangkan, nyeri yang dirasakan pada menstruasi biasanya karena keadaan psikologis (stres) berlebih pada wanita dapat meningkatkan aktivitas saraf, sehingga terjadi peningkatan nyeri saat menstruasi karena adanya kontraksi uterus yang juga dapat menyebabkan kram (Rosvita et al., 2018).

Tingkat pengetahuan responden berdasarkan hasil penelitian yaitu 43 orang (43,5%) responden memiliki pengetahuan tinggi, 55 orang (55,5%) memiliki pengetahuan cukup dan satu orang (1%) dari responden memiliki pengetahuan rendah terhadap menstruasi. Pengukuran tingkat pengetahuan mahasiswi tentang menstruasi ini dianalisis menggunakan pengukuran *Likert Scale* yang dimana menurut Ridwan (2010) dalam buku Rumus dan Analisis Statistika persentase 0-33,3% dikatakan rendah, 33,3%-66,6% dikatakan cukup dan 66,6%-100% dikatakan tinggi (Lindaan et al., 2016). Tingkat pengetahuan tentang menstruasi pada mahasiswi Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Mataram sesuai dengan yang dikatakan Notaadmodjo (2003), dimana faktor-faktor yang dapat mempengaruhi tingkat pengetahuan salah satunya adalah pendidikan, budaya, pengalaman, kepercayaan dan faktor sosial ekonomi (Manurung & Manurung, 2019).

Tingkat pengetahuan seseorang berbanding lurus dengan tingkat pendidikan formal. Dimana, semakin tinggi tingkat pendidikan maka tingkat pengetahuan juga akan semakin meningkat. Kemampuan berpikir dan menyerap informasi juga dipengaruhi oleh tingkat pendidikan (Solehati et al., 2018). Pada penelitian yang dilakukan, setiap responden memiliki tingkat pendidikan yang sama namun, kemampuan setiap orang dalam menangkap informasi berbeda-beda. Perbedaan tersebut dapat dipengaruhi oleh cara belajar dan cara dalam memahami (Sofian, 2023). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan

terhadap Mahasiswi Akedemi Keperawatan TNI AU Jakarta dengan total responden sebanyak 51 orang, dimana sebagian besar responden (58,8%) memiliki pengetahuan yang cukup tentang menstruasi atau disminore (Meylawati & Anggraeni, 2021).

Tingkat pengetahuan yang tinggi tentang menstruasi dialami oleh sebanyak (38,18%) responden dari 99 total responden. Hal ini sejalan dengan rasa ingin tahu yang tinggi sehingga informasi yang didapatkan akan lebih luas (Yunus & Supraba, 2018). Terdapat 1 responden yang memiliki pengetahuan yang rendah hal ini, dapat disebabkan oleh kurangnya motivasi dan kemauan untuk memahami suatu hal (Yunus & Supraba, 2018). Salah satu yang dapat mempengaruhi tingkat pengetahuan adalah usia. Dimana, semakin tinggi usia maka kemampuan untuk menangkap informasi akan lebih cepat (Meylawati & Anggraeni, 2021).

KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang dilakukan dapat disimpulkan bahwa sebagian besar Mahasiswi Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Mataram yaitu 55,5% mempunyai tingkat pengetahuan yang cukup tentang Menstruasi.

UCAPAN TERIMAKASIH

Terima kasih saya ucapkan kepada apt. Candra Eka Puspitasari S.Farm., M.Sc. yang sudah memfasilitasi saya dalam melakukan penelitian ini dan terima kasih juga saya ucapkan kepada Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Mataram atas kerja sama dan kepercayaan yang diberikan kepada saya untuk melakukan penelitian tentang tingkat pengetahuan mahasiswi terkait dengan menstruasi.

DAFTAR PUSTAKA

- Anindita, P., Darwin, E., & Afriwardi, A. (2016). Hubungan Aktivitas Fisik Harian dengan Gangguan Menstruasi pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Andalas. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 5(3), 522–527. <https://doi.org/10.25077/jka.v5i3.570>
- Darsini, Aryani, H. P., & Nia, N. S. (2020). Validitas Dan Reliabilitas Kuesioner Pengetahuan Tentang Covid (SARS-COV-2). *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 13(2), 9.
- Dewi Anggraeni, R., Lismidiati, W., & Harjanto, T. (2017). Hubungan Nyeri Menstruasi dengan Konsentrasi Belajar pada Siswi SMA Negeri di Wilayah Cangkringan Relationship between Menstrual Pain and Student's Learning Concentration in a Public High Schools in the Cangkringan District. *Jurnal Keperawatan Klinis Dan Komunitas*, 1(3), 140–148.
- Fadella, C., & Jamaludin, D. N. (2019). Menstruasi: Pengetahuan Dan Pengalaman Siswa Sd Negeri Prawoto 01. *Journal Of Biology Education*, 2(2), 186–196. <https://doi.org/10.21043/jbe.v2i2.6375>
- Fatimah, S., & Nurunnayah, S. (2022). Pengaruh Media Terhadap Pengetahuan dan Kebersihan Menstruasi: Literature Review. *Jurnal Ilmiah Indonesia*, 7(4), 3862–3867.
- Fatmawati, M., Riyanti, E., & Widjanarko, B. (2016). Perilaku Remaja Puteri Dalam Mengatasi Dismenore (Studi Kasus Pada Siswi Smk Negeri 11 Semarang). *Jurnal Kesehatan Masyarakat (Undip)*, 4(3), 1036–1042. <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/jkm/article/view/13711>
- Fitri, F. M. (2014). *Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Menstruasi Dan Perilaku Higiene Menstruasi Di Pesantren Ar-Risalah Kota Padang ...* [Universitas Esa Unggul]. https://digilib.esaunggul.ac.id/UEU-Undergraduate-undergraduate_2012-31-164/3442
- Hendryadi, H. (2017). Validitas Isi: Tahap Awal Pengembangan Kuesioner. *Jurnal Riset Manajemen Dan Bisnis (JRMB) Fakultas Ekonomi UNIAT*, 2(2), 169–178.

- <https://doi.org/10.36226/jrmb.v2i2.47>
- Horman, N., Manoppo, J., & Meo, L. N. (2021). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Dismenore Primer Pada Remaja Puteri Di Kabupaten Kepulauan Sangehe. *Jurnal Keperawatan*, 9(1), 38. <https://doi.org/10.35790/jkp.v9i1.36767>
- Irianti, D., & Tiarahma, L. (2021). Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Dalam Menjaga Kebersihan Organ Reproduksi Saat Menstruasi. *Jurnal Ilmu Kesehatan Insan Sehat*, 9(1), 20–23. <https://doi.org/10.54004/jikis.v9i1.19>
- Kojo, N. H., Kaunang, T. M. D., & Rattu, A. J. M. (2021). Hubungan Faktor-faktor yang Berperan untuk Terjadinya Dismenore pada Remaja Putri di Era Normal Baru. *E-CliniC*, 9(2), 429. <https://doi.org/10.35790/ecl.v9i2.34433>
- Laili, U., & Crusitasari, E. D. (2019). Pemakaian Pembalut Saat Menstruasi Dengan Kejadian Pruritus Vulva. *Jurnal Kebidanan*, 11(2), 64–71. <https://doi.org/10.36456/embrio.vol11.no2.a2033>
- Larasati, A. M., Puspitasari, C. E., & Saptarina, N. (2023). Upaya Peningkatan Pemahaman Santriwati Dengan Penyuluhan Tentang Menstruasi Di Ponpen Nurul Hakim Kecamatan Kediri Kabupaten Lombok Barat. *Jurnal Abdi Insani*, 10(1), 89–97. <http://abdiinsani.unram.ac.id/index.php/jurnal/article/view/554/327>
- Lindaan, M. P., Rantung, V. V., & Memah, M. Y. (2016). Presepsi Masyarakat Terhadap Pengembangan Industri Rumah Panggung Di Desa Tombasian Atas Kecamatan Kawangkoan Barat Kabupaten Minahasa. *Agri-SosioEkonomi*, 12(2A), 349–362.
- Maharani, R., & Andryani, W. (2018). Faktor Yang Berhubungan dengan Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi pada Santriwati di MTs Pondok Pesantren Dar El Hikmah Kota Pekanbaru. *KESMARS: Jurnal Kesehatan Masyarakat, Manajemen Dan Administrasi Rumah Sakit*, 1(1), 69–77. <https://doi.org/10.31539/kesmars.v1i1.172>
- Manurung, M., & Manurung, M. (2019). Tingkat Kecemasan Dan Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Dismenorea Di Yayasan Parulian 4 Porsea Kabupaten Toba Samosir Tahun 2018. *Jurnal Keperawatan Priority*, 2(1), 55–63. <http://jurnal.unprimdn.ac.id/index.php/jukep/article/view/387>
- Meylawati, L. E., & Anggraeni, F. (2021). Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Dalam Mengatasi Dismenorea Primer Pada Remaja. *Jurnal Wacana Kesehatan*, 6(1), 34–38. <https://doi.org/10.52822/jwk.v6i1.171>
- Mukhlis, A. (2019). Dominasi Guru Perempuan dalam Pendidikan Anak Usia Dini: Persepsi Stakeholder. *Al-Athfal: Jurnal Pendidikan Anak*, 5(2), 117–134. <https://doi.org/10.14421/al-athfal.2019.52-01>
- Pertiwi, M. M., Nawangsari, N. A. F., & Irwanto, I. (2020). Knowledge, Attitude and Practices Towards Menstruation of Midwifery Students in Surabaya. *Indonesian Midwifery and Health Sciences Journal*, 4(2), 179–191. <https://doi.org/10.20473/imhsj.v4i2.2020.179-191>
- Phonna, R., Diba, F., Yuswardi, & Maulina. (2017). Upaya Menjaga Kebersihan Saat Menstruasi Pada Remaja Putri. *Idea Nursing Journal*, IX(14–20).
- Prayuni, E. D., Imandiri, A., & Adianti, M. (2018). Therapy for Irregular Menstruation With Acupuncture and Herbal Pegagan (Centella Asiatica (L.)). *Journal Of Vocational Health Studies*, 2(2), 86–91. <https://doi.org/10.20473/jvhs.v2.i2.2018.86-91>
- Rosvita, N. C., Widajanti, L., & Pangestuti, D. R. (2018). Hubungan Tingkat Konsumsi Kalsium, Magnesium, Status Gizi (IMT/U), dan Aktivitas Fisik Dengan Kram Perut Saat Menstruasi Primer Pada Remaja Putri. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 6(519), 526.
- Sari, M. R. (2019). Gambaran Derajat Dismenorea (Nyeri Haid) dan Upaya Penanganan pada Remaja Putri Usia 13-15 Tahun di SMPN 2 Tembilahan Hulu. *Urnal Kesehatan Husada GemilangJ*, 2(1), 14–21.
- Sofian, M. R. (2023). Psikoedukasi Pentingnya Mengetahui Gaya Belajar Siswa. *Abdi Jurnal*

- Pengabdian Mahasiswa*, 2(1), 1609–1615.
- Solehati, T., Trisyani, M., & Kosasih, C. E. (2018). Gambaran Pengetahuan, Sikap, Dan Keluhan Tentang Menstruasi Diantara Remaja Puteri. *Jurnal Keperawatan Komprehensif (Comprehensive Nursing Journal)*, 4(2), 86–91. <https://doi.org/10.33755/jkk.v4i2.110>
- Tsamara, G., Raharjo, W., & Ardiani Putri, E. (2020). The Relationship Between Lifestyle with The Incident of Primary Dysmenorrhea in Medical Faculty Female Students of Tanjungpura University. *Jurnal Nasional Ilmu Kesehatan (JNIK)*, 2(3), 130–140.
- Wardani, P. K., Fitriana, & Casmi, S. C. (2021). Hubungan Siklus Menstruasi dan Usia Menarche dengan Dismenor Primer pada Siswi Kelas X. *Jurnal Ilmu Kesehatan Indonesia (JIKSI) E-ISSN*, 2(1), 1–10.
- Yunus, E. M., & Supraba, N. P. (2018). Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Kelas Vii Tentang Menstruasi. *Jurnal Kesehatan Poltekkes Kemenkes Ri Pangkalpinang*, 6(2), 50–53. <https://doi.org/10.32922/jkp.v6i2.60>