

**Hubungan Pengetahuan tentang Menstruasi dengan Perilaku *Personal Hygiene* Saat Menstruasi: Studi pada Siswi SMP 1 Bojong Kelas VII dan VIII  
Kabupaten Pekalongan**

Khotimatul Khasanah, Kukuh Nurcahyo dan Nuniek Nizmah Fajriyah

Program Studi Ners

STIKES Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan

Agustus, 2015

**ABSTRAK**

Pada remaja putri terjadi perubahan yang umumnya membingungkan terutama tentang menstruasi. Menstruasi adalah proses alamiah yang terjadi pada perempuan sebagai tanda bahwa organ kandungan telah berfungsi matang. Remaja sekarang dengan alat reproduksinya kurang mendapat perhatian karena umur yang relatif muda dan masih dalam status pendidikan sehingga seolah-olah bebas dari kemungkinan menghadapi masalah penyulit dan penyakit dengan alat reproduksinya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara pengetahuan tentang menstruasi dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi: Studi pada siswi SMP 1 Bojong kelas VII dan VIII Kabupaten Pekalongan. Desain penelitian ini menggunakan *deskriptif korelatif*, dengan pendekatan *crosssectional*. Pengambilan sampel menggunakan teknik *cluster sampling*. Jumlah sampel sebanyak 59 responden. Untuk analisis univariat menggunakan distribusi frekuensi, sedang untuk analisis bivariat menggunakan uji *chi square*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar remaja putri berpengetahuan cukup tentang menstruasi dan berperilaku *personal hygiene* buruk. Penelitian ini menemukan adanya hubungan antara pengetahuan tentang menstruasi dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi: studi pada siswi SMP 1 Bojong kelas VII dan VIII Kabupaten Pekalongan didapatkan  $p \text{ value} = 0,001 < \alpha (0,05)$ . Saran bagi petugas kesehatan, penyuluhan tentang pentingnya menjaga dan mengubah perilaku *personal hygiene* menstruasi.

Kata kunci : Pengetahuan Menstruasi, *Personal hygiene* saat Menstruasi.

## ABSTRAK

### **The correlation between menstruation knowledge with *personal hygiene* behavior during menstruation: a study at Bojong Junior High School students, class VII & VIII Pekalongan regency**

Changes in young women are generally confusing especially about menstruation. Menstruation is a natural process that occurs in women as a sign that the gynecologic was mature functioning. Teenagers with reproductive organs receive less attention because of the relatively young age and still in the status of education so that as if free release from complications and disease related to reproductive organs. This study aims to determine the correlation between menstruation knowledge with *personal hygiene* behavior during menstruation: a study at Bojong Junior High School students, class VII & VIII Pekalongan regency. This study design using *descriptive correlative*, with *cross sectional* approach. Using *sampling cluster* technique. The number of samples were 59 respondents. For univariate analysis using distribution of frequency, while for bivariate analysis using *chi square*. Result of this study showed that the majority of young women have knowledge enough about menstruation and badly on *personal hygiene*. This research found that there were between menstruation knowledge with *personal hygiene* behavior during menstruation: a study at Bojong Junior High School students, class VII & VIII Pekalongan regency with  $p\text{ value} = 0,001 < \alpha (0,05)$ . Suggestion for health workers, were health education about the important of maintaining and changing behavior menstrual *personal hygiene*.

**Keywords** : Knowledge of Menstruation, *Personal Hygiene* during Menstruation.

## PENDAHULUAN

Sekitar 1 miliar manusia atau setiap 1 diantara 6 penduduk dunia adalah remaja. Secara etimologi, remaja berarti “tumbuh menjadi dewasa”. Definisi remaja (*adolescence*) menurut organisasi kesehatan dunia (WHO) adalah periode usia antara 10 sampai 19 tahun, sedangkan Perserikatan Bangsa- Bangsa (PBB) menyebut kaum muda (*youth*) untuk usia antara 15 sampai 24 tahun. Sementara menurut *The Health Resources and Services administrations Guidelienes* Amerika Serikat, rentang usia remaja adalah 11-21 tahun dan terbagi menjadi tiga

tahap, yaitu remaja awal (11-14 tahun); remaja menengah (15-17 tahun); dan remaja akhir (18-21 tahun) (Kusmiran 2011, h. 4).

Jumlah penduduk Indonesia tahun 2010 sebanyak 237,66 juta jiwa, 26,67% diantaranya adalah remaja. Besarnya penduduk remaja akan berpengaruh pada pembangunan dari aspek sosial ekonomi maupun demografi baik saat ini maupun dimasa yang akan datang. Penduduk remaja (10-24 tahun) perlu mendapat perhatian yang serius karena remaja termasuk dalam usia sekolah dan mereka sangat beresiko terhadap masalah-masalah

kesehatan reproduksi (Wahyuni 2011, h.1). Masa remaja adalah masa transisi, pertumbuhan, eksplorasi, dan peluang. Sedangkan Kelompok remaja adalah segmen yang besar dan berkembang sebagai bagian dari populasi. Lebih dari separuh populasi dunia adalah penduduk yang berumur kurang dari 25 tahun dan empat per limanya adalah remaja (Djamhoer 2011, hh 318-320).

Remaja dengan alat reproduksinya kurang mendapat perhatian karena umur yang relatif muda dan masih dalam status pendidikan sehingga seolah-olah bebas dari kemungkinan menghadapi masalah penyulit dan penyakit dengan alat reproduksinya (Manuaba 2006, h. 18). Perubahan fisik pada masa remaja juga harus diperhatikan terutama pentingnya menjaga kebersihan diri dan organ reproduksi karena beberapa perubahan fisik dapat mengganggu, seperti bau badan dan timbulnya jerawat. Bau badan disebabkan tumbuhnya bakteri pada bagian tubuh yang lembab. Pada beberapa anak keadaannya mungkin lebih parah dibandingkan anak yang lain, sehingga dapat menimbulkan rasa tidak percaya diri. Keadaan tersebut dapat dihindari atau dikurangi dengan menjaga kebersihan tubuh dan organ reproduksi (Herlanti 2007, h. 29).

Masa remaja secara umum adalah suatu periode yang sehat dalam kehidupan, namun anak remaja sering kurang mendapatkan penerangan, kurang pengalaman, dan kurang nyaman dalam mengakses pelayanan jasa kesehatan reproduksi jika dibandingkan dengan orang dewasa. Oleh karena itu, kondisi ini mungkin akan meningkatkan resiko terjadinya infeksi alat kelamin dan lain lain, konsekuensi kesehatan yang dapat mempengaruhi masa depan yang merupakan bagian dari komunitas beberapa tahun mendatang (Djamhoer 2011, h.318.).

Pada masa remaja juga terjadi perubahan besar yang umumnya membingungkan remaja yang mengalaminya, terutama tentang kematangan seksual atau alat-alat reproduksi yang berkaitan dengan sistem reproduksi seperti pada saat pertama mengalami menstruasi (Widyastuti 2009, h. 11). Menstruasi adalah proses alamiah yang terjadi pada perempuan. Menstruasi merupakan perdarahan yang teratur dari uterus sebagai tanda bahwa organ kandungan telah berfungsi matang (Kusmiran 2011, h.19).

Menstruasi pertama (*menarche*) pada remaja putri biasanya terjadi pada usia 12 sampai dengan 16 tahun. Periode ini akan mengubah perilaku dari berbagai aspek, misalnya masalah fisik dan yang lainnya. Siklus menstruasi normal terjadi setiap 22-35 hari, dengan lamanya menstruasi selama dua sampai tujuh hari (Kusmiran 2012, h.19). Masalah fisik yang mungkin akan timbul dari perubahan perilaku remaja salah satunya adalah kurang pengetahuan dan kurangnya kebersihan diri (*personal hygiene*) sehingga dapat beresiko untuk terjadinya infeksi saluran kemih (ISK). Selain itu kesulitan lain yang timbul adalah proses perawatan diri yaitu pemenuhan *personal* diri saat *menarche* (Proverawati & Misaroh 2009, h.61).

Perilaku remaja mengenai kebersihan diri (*personal hygiene*) sangat kurang karena remaja belum mengetahui masalah *personal hygiene* secara benar dan remaja menganggap perilaku *personal hygiene* itu hal yang biasa serta belum mengetahui dampak negatif dari perilaku *personal hygiene* yang salah. Perilaku itu sendiri merupakan tindakan yang dapat diamati dan mempunyai frekuensi spesifik, durasi dan tujuan baik disadari maupun tidak. Sering tidak disadari bahwa interaksi tersebut amat kompleks sehingga kadang-kadang kita tidak

sempat memikirkan penyebab seseorang menerapkan perilaku tertentu (Wawan & Dewi 2010, h. 48). Sedangkan perilaku kesehatan adalah suatu respon seseorang (organisme) terhadap stimulus yang berkaitan dengan sakit dan penyakit, sistem pelayanan kesehatan, makanan serta lingkungan. Batasan ini mempunyai dua unsur pokok, yakni respons dan stimulus atau perangsangan. Respon atau reaksi manusia, baik bersifat pasif (pengetahuan, persepsi, dan sikap) maupun aktif (tindakan yang nyata atau *practice*). Sedangkan stimulus atau rangsangan disini terdiri empat unsur pokok, yakni sakit & penyakit, sistem pelayanan kesehatan, makanan dan lingkungan (Wawan & Dewi 2010, h. 56).

Perilaku kesehatan mengenai perilaku *personal hygiene* sangat penting dilakukan karena jika tidak diterapkan dengan benar maka akan menimbulkan penyakit saluran reproduksi. Remaja juga berpotensi seksual yang aktif dikarenakan organ kandungan telah berfungsi matang dan mengalami menstruasi. Pada saat menstruasi kebersihan diri harus diperhatikan karena pada saat menstruasi badan terasa kurang segar akibat tubuh memproduksi lebih banyak keringat dan minyak serta cairan tubuh

Desain Penelitian ini bersifat *deskriptif korelatif*. Survei deskriptif dilakukan terhadap sekumpulan objek yang biasanya bertujuan melihat gambaran fenomena yang terjadi didalam suatu populasi tertentu (Notoatmodjo 2010, h.35). Penelitian korelasional mengkaji hubungan antara variabel, peneliti dapat mencari, menjelaskan suatu hubungan, memperkirakan, dan menguji berdasarkan teori yang ada. Sampel perlu mewakili seluruh rentang nilai yang ada. Penelitian korelasional bertujuan mengungkapkan hubungan korelatif antar variabel (Nursalam

lainya (Kusmiran 2011, h.24). Upaya-upaya yang dilakukan ketika menstruasi salah satunya dengan *personal hygiene* yaitu menjaga kebersihan selama masa menstruasi dengan mengganti pembalut minimal dua kali sehari, karena penggantian pembalut dapat mengurangi perkembangbiakan bakteri (Proverawati & Misaroh 2009, h.63). Remaja juga harus tetap mandi dan keramas seperti biasa, karena pada saat menstruasi, jumlah kebutuhan air dalam tubuh lebih banyak dari biasanya. Pada saat menstruasi pembuluh darah rahim sangat mudah terkena infeksi, karena itu kebersihan harus sangat dijaga karena kuman mudah sekali masuk dan dapat menimbulkan penyakit pada saluran reproduksi (Kusmiran 2011, h. 24).

Kebiasaan pemakaian celana yang terlalu ketat juga sebaiknya dihindari, karena hal ini menyebabkan kulit susah bernafas dan akhirnya bisa menyebabkan daerah kewanitaan menjadi lembab dan teriritasi. Begitu juga dengan perilaku pemilihan pembalut wanita. Sebaiknya pilihlah pembalut yang tidak mengandung gel, sebab gel dalam pembalut kebanyakan dapat menyebabkan iritasi dan menyebabkan timbulnya rasa gatal (Wijayanti 2009, h. 43).

2008, h.82). Penelitian ini menggunakan pendekatan *cross sectional* yaitu suatu penelitian untuk mempelajari dinamika korelasi antara faktor-faktor risiko dengan efek, dengan cara pendekatan, observasi atau pengumpulan data sekaligus pada saat yang sama (*point time approach*) (Notoatmodjo 2010, hh. 37-38).

. Untuk mengetahui hubungan pengetahuan tentang menstruasi dan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi: studi pada siswi SMP 1 Bojong Kelas VII dan VIII Kabupaten Pekalongan.

Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *cluster sampling (area sampling)*. Notoatmodjo (2012, h.123) mengatakan bahwa *cluster sampling* merupakan teknik pengambilan sampel yang bukan terdiri dari unit individu, tetapi terdiri dari kelompok atau gugusan. Dalam teknik pengambilan sampel ini dilakukan secara gugus yaitu peneliti tidak mendaftar semua anggota atau unit yang ada di dalam populasi, tetapi cukup mendaftar banyaknya kelompok atau gugus yang ada didalam populasi itu. Kemudian peneliti mengambil sampel sebesar 20% dengan teknik gugus secara random dari total populasi.

Notoatmodjo (2012, h.123) mengatakan bahwa untuk menentukan besarnya sampel dengan cara *Cluster random sampling*. Pengambilan sampel dilakukan secara gugus dengan mengambil 20% dari total kelas di SMP 1 Bojong yang berjumlah 16 kelas dari kelas VII dan VIII. Sampel yang digunakan adalah 3,2 kelas dibulatkan menjadi 3. Kelas yang diambil untuk penelitian dilakukan dengan cara di *random* atau diacak dari keseluruhan kelas VII dan VIII yang berjumlah 16 kelas, kelas yang di ambil yaitu kelas VII sebanyak 1 kelas dan kelas VIII sebanyak 2 kelas. Setelah di random kelas yang muncul adalah kelas VII A, VIII A dan VIII G. Jadi kelas yang diambil adalah kelas VII A, VIII A dan VIII G dengan jumlah sebanyak 59 siswi

Kriteria responden dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a) siswi kelas VII dan VIII yang bersekolah di SMP 1 Bojong Kabupaten Pekalongan.
- b) siswi yang sudah pernah mengalami menstruasi
- c) siswi yang bersedia menjadi responden penelitian.
- d) siswi yang bersedia hadir pada saat penelitian.

## Instrumen Penelitian

Dalam penelitian ini, instrumen yang digunakan berupa lembar kuesioner.

## Uji Validitas dan Reliabilitas

Peneliti melakukan uji validitas dan reabilitas pada variabel pengetahuan dan perilaku personal hygiene menstruasi yang telah dilakukan di SMP 2 Bojong Kabupaten Pekalongan pada kuesioner pengetahuan dengan bantuan komputer program SPSS sebagai berikut : dari 15 pertanyaan yang diujicobakan ada 14 pertanyaan yang memiliki  $r$  hitung  $> 0,444$  dan ada satu pertanyaan yang memiliki  $r$  hitung dibawah 0,444 antara lain pertanyaan nomor 12. Pertanyaan nomor 12 merupakan pertanyaan yang dihilangkan karena tidak valid ( $r$  hitung  $< 0,444$ ) sehingga tidak dapat dipergunakan untuk mengukur pengetahuan tentang menstruasi. Berdasarkan data, delapan pertanyaan yang memiliki  $r$  hitung  $> 0,444$  merupakan pertanyaan yang valid yaitu pertanyaan nomor 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 13, 14, 15. Hasil uji Reliabilitas pada ke 14 pertanyaan variabel pengetahuan diperoleh nilai *Cronbach's Alpha* 0,909, jika dibandingkan dengan konstanta 0,6 maka ke 14 pertanyaan tersebut hubungannya sempurna kuat, dengan kata lain *reliabel* antar pertanyaan sempurna kuat.

Pada variabel perilaku *personal hygiene* saat menstruasi peneliti melakukan uji *reliability* dimana peneliti dari 16 pertanyaan yang diujicobakan ada 15 pertanyaan yang memiliki  $r$  hitung  $> 0,444$  dan ada satu pertanyaan yang memiliki  $r$  hitung dibawah 0,444 antara lain pertanyaan nomor 16. Pertanyaan nomor 16 merupakan pertanyaan yang

dihilangkan karena tidak valid ( $r$  hitung  $< 0,444$ ) sehingga tidak dapat dipergunakan untuk mengukur perilaku saat menstruasi. Berdasarkan data, 15 pertanyaan yang memiliki  $r$  hitung  $> 0,444$  merupakan pertanyaan yang valid yaitu pertanyaan nomor 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15. Hasil uji Reliabilitas pada ke 15 pertanyaan variabel pengetahuan diperoleh nilai *Cronbach's Alpha* 0,922, jika dibandingkan dengan konstanta 0,6 maka ke 15 pertanyaan tersebut hubungannya sempurna kuat, dengan kata lain *reliabel* antar pertanyaan sempurna kuat

#### Teknik Analisa Data

Teknik analisa data yang digunakan peneliti yaitu dengan analisa *univariate* dan *bivariate*.

Analisa *univariate* pengetahuan tentang menstruasi menggunakan uji normalitas terlebih dahulu. Pada penelitian ini untuk mengetahui distribusi data normal atau menggunakan uji *Shapiro Wilk*. Analisa *univariate* perilaku *personal hygiene* saat menstruasi menggunakan rumus mean, dari data mean yang diperoleh digunakan untuk uji normalitas pada penelitian yang telah dilakukan. Pada penelitian ini untuk mengetahui distribusi data normal atau tidak menggunakan uji *Kolmogorov-Smirnov*<sup>2</sup>. Penelitian ini pada analisa *bivariate* menggunakan uji statistik *chi-square* karena distribusi data yang diperoleh normal.

#### HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Penelitian yang telah dilakukan didapatkan hasil bahwa dari 48 responden ada 25 responden (42,4%) mempunyai pengetahuan cukup tentang menstruasi. Perilaku siswi saat menstruasi mempunyai nilai max 57 dan nilai min 37. Nilai mean 48,44,

nilai median 48,00, nilai Std. Deviation sebesar 4,391, sedangkan standar errornya 0,74. Uji normalitas data menggunakan uji *Kolmogorov-Smirnov*<sup>2</sup> dengan hasil sebesar 0.74 ( $> 0.05$ ). Karena distribusi data normal menggunakan uji statistik *Chi-Square*.

Pada uji *Chi-Square* didapatkan *p value* 0,001. Hal ini menunjukkan bahwa nilai *p value* lebih kecil dari  $\alpha$  (0,05), sehingga  $H_a$  gagal ditolak. Maka ada hubungan antara pengetahuan tentang menstruasi dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi siswi SMP 1 Bojong kelas VII dan VIII Kabupaten Pekalongan.

#### Pembahasan

1. Hasil penelitian yang dilakukan di SMP 1 Bojong Kabupaten Pekalongan terhadap 59 responden didapatkan hasil bahwa 18 responden (30,5%) memiliki pengetahuan baik tentang pengetahuan tentang menstruasi, 25 responden (42,4%) memiliki pengetahuan cukup tentang menstruasi dan 16 responden (27,1%) memiliki pengetahuan kurang tentang menstruasi. Penelitian ini menunjukan bahwa pengetahuan tentang menstruasi di SMP 1 Bojong kelas VII dan VIII Kabupaten Pekalongan masih kurang sesuai atau masih rendah dan hanya cukup. Hampir separuh siswi berpengetahuan cukup tentang pembuatan menstruasi dan lebih dari separuh siswi mempunyai praktik buruk dalam pengetahuan tentang menstruasi.
2. Hasil penelitian yang dilakukan di SMP 1 Bojong di Kabupaten Pekalongan terhadap 59 responden didapatkan hasil bahwa 28 responden (47,5%) mempunyai perilaku baik dan 31 responden (52,5%) mempunyai perilaku

buruk. Hal ini menunjukkan bahwa lebih dari separuh siswi di SMP 1 Bojong kelas VII dan VIII Kabupaten Pekalongan mempunyai perilaku *personal hygiene* saat menstruasi yang buruk.

3. Berdasarkan analisis *bivariat* dengan menggunakan uji *Chi-square* terhadap pengetahuan tentang menstruasi dan perilaku *personal hygiene* menstruasi: studi pada sisi SMP 1 Bojong kelas VII dan VIII Kabupaten Pekalongan didapatkan nilai  $p \text{ value} = (0.001)$  dengan demikian pada tingkat kepercayaan sebesar  $95\% \alpha = 5\%$  didapatkan  $p \text{ value} (0.001) < \alpha (0.05)$  sehingga  $H_a$  gagal ditolak. Hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan tentang menstruasi dan perilaku *personal hygiene* menstruasi: studi pada siswi SMP 1 Bojong kelas VII dan VIII Kabupaten Pekalongan.

## KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Berdasarkan hasil penelitian distribusi frekuensi pengetahuan tentang menstruasi siswi SMP 1 Bojong kelas VII dan VIII Kabupaten Pekalongan didapatkan hasil dari keseluruhan 59 responden, 18 responden (30,5%) berpengetahuan baik, 25 responden (61%) berpengetahuan cukup dan 16 responden (27,1%) berpengetahuan kurang.
2. Berdasarkan hasil penelitian distribusi frekuensi perilaku *personal hygiene* saat menstruasi: studi pada siswi SMP 1 Bojong kelas VII dan VIII Kabupaten Pekalongan, didapatkan hasil yang

berperilaku *personal hygiene* saat menstruasi baik sebanyak 28 responden (47,5%) dan berperilaku *personal hygiene* saat menstruasi buruk sebanyak 31 responden (52,5%).

3. ada hubungan antara pengetahuan tentang menstruasi dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi: studi pada siswi SMP 1 Bojong kelas VII dan VIII Kabupaten Pekalongan didapatkan  $p \text{ value} = 0,001 < \alpha (0,05)$

Saran bagi tenaga kesehatan, diharapkan dari penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan pertimbangan bagi tenaga kesehatan untuk memberikan pendidikan tentang perilaku *personal hygiene* saat menstruasi yang baik dan benar.

## ACKNOWLEDGEMENT AND REFERENCES

### Acknowledgement

Terimakasih kepada BAPPEDA kabupaten pekalongan, DINDIK Kabupaten Pekalongan, SMP 1 Bojong Kabupaten Pekalongan, Nunik Nizmah Fajriyah M.Kep., Sp.KMB atas bimbingannya dalam penelitian, Perpustakaan STIKES Muhammadiyah Pekajangan dan Responden yang telah bersedia menjadi responden kami.

### References

1. Arikunto, S 2010, *Manajemen Penelitian*, Rineka Cipta, Jakarta.
2. Andira, D 2010, *Seluk Beluk Kesehatan Reproduksi Wanita*, Aplus Book, Yogyakarta.
3. Asyrina, S 2013, *Hubungan Tingkat Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri Tentang Personal Hygiene dengan Kejadian*

- Keputihan Pada Remaja Putri Kelas XI di SMA N 5 Kota Bukittinggi Tahun 2013*, dilihat pada 02 Desember 2014 <<http://download.portalgaruda.org/article.php?article1>>
4. Damartani, D 2012, *Tingkat Pengetahuan Siswi Kelas XI SMAN 5 Surakarta tentang Pentingnya Meminum Tablet Fe saat Menstruasi*, Diploma III Kebidanan, Kusuma Husada, Surakarta.
  5. Dharma, KK 2011, *Metodologi Penelitian Keperawatan Panduan Melaksanakan dan Menerapkan Hasil Penelitian*, Trans Info Media, Jakarta.
  6. Djamhoer, M dkk 2011, *Bunga Rampai Obstetri Dan Ginekologi Sosial*, PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo, Jakarta.
  7. Dardjowidjojo S, 2005, *Psikolinguistik*, Yayasan Obor Indonesia, Jakarta.
  8. Gayatri 2007, *Buku Pintar Cewek Pintar*, GagasMedia, Jakarta.
  9. Hastono, SP & Sabri L 2010, *Statistik Kesehatan*, PT. Raja Grafindo Persada, Jakarta.
  10. Hendrik 2006, *Problema Haid: Tinjauan Syariat Islam dan Medis*, Tiga Serangkai, Solo.
  11. Herlanti, Y 2007, *Ilmu Pengetahuan Alam (IPA) 6A*, Yudhistira, Jakarta.
  12. Isro'in, L & Andarmoyo, S 2012, *Personal hygiene : Konsep, Proses, dan Aplikasi dalam Praktik Keperawatan*, Graha Ilmu, Yogyakarta.
  13. Imron, Moch & Munif, A 2010, *Metodologi Penelitian Bidang Kesehatan*, Sagung Seto, Jakarta.
  14. Joseph, Hk & Nugroho, M 2010, *Catatan Kuliah Ginekologi dan Obstetri (obsgyn)*, Nuha Medika, Yogyakarta.
  15. Kusmiran, E 2011, *Kesehatan Reproduksi Remaja dan Wanita*, Salemba Medika, Jakarta.
  16. Manuaba et al 2009, *Memahami Kesehatan Reproduksi Wanita*, EGC, Jakarta.
  17. Mubarak et al 2006, *Ilmu Keperawatan Komunitas 2*, Sagung Seto, Jakarta.
  18. Nazir, M 2005, *Metode Penelitian*, Ghalia Indonesia, Bogor Selatan.
  19. Notoadmodjo, S 2012, *Metodologi Penelitian Kesehatan*, Rineka Cipta, Jakarta.
  20. ——— 2005, *Promosi Kesehatan; Teori dan Aplikasi*, Rineka Cipta, Jakarta.
  21. ——— 2010, *Ilmu Perilaku Kesehatan*, Rineka Cipta, Jakarta.
  22. Nursalam 2008, *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*, Salemba Medika, Jakarta.
  23. Panut, K dkk 2007, *Dunia IPA (Ilmu Pengetahuan Alam) 6A*, Yudhistira, Bogor.
  24. Potter, PA & Perry, AG 2005, *Buku Ajar Fundamental Keperawatan: Konsep, Proses, dan Praktik, vol 1*, eds Yulianti, D & Ester M, EGC, Jakarta.
  25. Potter, PA & Perry, AG 2006, *Buku Ajar Fundamental Keperawatan: Konsep, Proses dan Praktik, vol 2*, eds Parulian, P, Monica E & Devi Y, Jakarta.
  26. Proverawati, A & Misaroh, S 2009, *Menarche Menstruasi*



*Pertama Penuh Makna*, Nuha Medika, Yogyakarta.

27. Rasyid, I 2013, *Pengaruh Informasi, Dukungan Keluarga, dan Lingkungan Sekolah Remaja Putri Terhadap Personal Hygiene Pada Saat Menstruasi di SMP Negeri 9 Takengo*, dilihat pada 09 Januari 2015, <<https://id.scribd.com/doc/252746040/ISMAH-RASYID-121010210089>>.
28. Riyanto, A 2009, *Pengolahan dan Analisis Data Kesehatan*, Nuha Medika, Yogyakarta.
29. Salam, B 2008, *Pengantar Filsafat*, Bumi Aksara, Jakarta.
30. Setiadi 2013, *Konsep dan Penulisan Riset Keperawatan*, Edisi 2, Graha Ilmu, Yogyakarta.
31. Soelaryo, TS, Tanuwidjaya, S, & Sukartini, R 2008, 'Epidemiologi Masalah Remaja', *Tumbuh Kembang Anak dan Remaja*, eds. B Moersintowati & Narendra, edk 1, Sagung Seto, Jakarta.
32. Sugiyono 2011, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, Alfabeta Bandung.
33. Syaifuddin 2009, *Fisiologi Tubuh Manusia Untuk Mahasiswa Keperawatan*, Salemba Medika, Jakarta.
34. Wahyuni Dwi & Rahmadewi 2011, *Kajian Profil Penduduk Remaja ( 10 – 24 Tahun )*, Policy Brief , Jakarta Timur.
35. Wawan, A & Dewi, M 2010 , *Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Manusia*, Nuha Medika, Yogyakarta.
36. Widyastuti, Y 2009, *Kesehatan Reproduksi*, Fitramaya, Yogyakarta.
37. Wijayanti, D 2009, *Fakta Penting Seputar Kesehatan Reproduksi Wanita*, Diglosia Media, Yogyakarta.