



**GAMBARAN PENGETAHUAN SISWI TENTANG KEBERSIHAN
ALAT KELAMIN SAAT MENSTRUASI DI MTs. AT-THOSARI
KABUPATEN SEMARANG**

ARTIKEL

Disusun oleh:

AINUR EMA RAHMAWATI

030217A028

**PROGRAM STUDI D IV KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO**

2019

LEMBAR PENGESAHAN

**GAMBARAN PENGETAHUAN SISWI TENTANG KEBERSIHAN ALAT
KELAMIN SAAT MENSTRUASI PADA SISWI DI MTS. AT-THOSARI
KABUPATEN SEMARANG**

Disusun oleh:

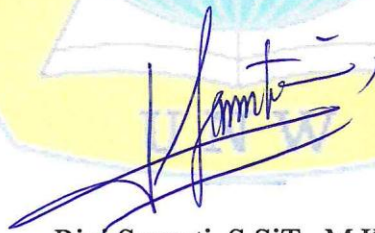
Ainur Ema Rahmawati

030217A028

Telah Disahkan dan Disetujui Oleh Pembimbing Utama Skripsi
Program Studi DIV Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo

Ungaran, Agustus 2019

Pembimbing Utama



Rini Susanti, S,SiT., M.Kes
NIDN. 0621098002

GAMBARAN PENGETAHUAN SISWI TENTANG KEBERSIHAN ALAT KELAMIN SAAT MENSTRUASI PADA SISWI DI MTS. AT-THOSARI KABUPATEN SEMARANG

Ainur Ema Rahmawati*, Hapsari Windayanti, Rini Susanti****

*** Mahasiswa Program Studi D4 Kebidanan Universitas Ngudi Waluyo**

**** Dosen Pembimbing Program Studi D4 Kebidanan Universitas Ngudi Waluyo**

ABSTRAK

Latar Belakang : Kebersihan alat kelamin yang tidak dijaga dengan baik saat menstruasi dapat menimbulkan berbagai penyakit seperti gonore, sifilis, vaginitis, vaginalis, herpes. Berdasarkan studi pendahuluan di MTs. At-Thosari Kabupaten Semarang hasil wawancara 2 siswi mengetahui kebersihan alat kelamin saat menstruasi, kemudian 8 siswi yang tidak mengetahui tentang kebersihan alat kelamin, dari 10 siswi yang diwawancarai mengalami keputihan.

Tujuan : Mengetahui gambaran pengetahuan siswi tentang kebersihan alat kelamin saat menstruasi pada siswi di MTs. At-Thosari Kabupaten Semarang.

Metode : Desain penelitian ini deskriptif dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi penelitian ini siswi tentang kebersihan alat kelamin saat menstruasi di MTs. At-Thosari Kabupaten Semarang dengan jumlah sampel 27 orang, diambil menggunakan metode *total sampling*. Alat pengambilan data menggunakan kuesioner. Analisis data diolah menggunakan rumus distribusi frekuensi.

Hasil : Responden mempunyai pengetahuan tentang kebersihan alat kelamin saat menstruasi sebagian besar kategori cukup (55,6%) pengetahuan tentang pengertian kebersihan alat kelamin saat menstruasi semuanya kategori baik (100,0%), akibat tidak menjaga kebersihan alat kelamin saat menstruasi sebagian besar kategori baik (48,1%), tujuan menjaga kebersihan alat kelamin saat menstruasi sebagian besar kategori baik (85,2%), penatalaksanaan membersihkan alat kelamin saat menstruasi sebagian besar kategori kurang (37,0%), cara membersihkan alat kelamin saat menstruasi sebagian besar kategori cukup (44,4%).

Simpulan : Siswi MTs. At-Thosari Kabupaten Semarang mempunyai pengetahuan tentang kebersihan alat kelamin saat menstruasi sebagian besar kategori cukup (55,6%).

Saran : Sebaiknya siswi meningkatkan pengetahuan kebersihan alat kelamin saat menstruasi dengan aktif menggali informasi melalui tenaga kesehatan, mengikuti seminar berkaitan dengan kesehatan reproduksi tentang kebersihan alat kelamin saat menstruasi.

Kata Kunci : Pengetahuan tentang Kebersihan Alat Kelamin, Menstruasi

DESCRIPTIVE STUDY OF STUDENT KNOWLEDGE ABOUT HYGIENE OF GENITALS DURING MENSTRUATION IN STUDENTS AT MTS. AT-THOSARI SEMARANG REGENCY

ABSTRACT

Background: Hygiene of genitals that do not maintain well during menstruation can cause various diseases such as gonorrhea, syphilis, vaginitis, vaginalis, and herpes. Based on preliminary studies at Mts. At-Thosari Semarang District, the results of the interview two students knew the cleanliness of the genitals during menstruation, then 8 students did not know about the cleanliness of the genitals, 10 students experienced vaginal discharge.

Objective: To examine the description of female students knowledge about genital hygiene during menstruation on female students at MTs. At-Thosari Semarang Regency in 2019.

Method: The design of this study is descriptive with a cross sectional approach. The population of this study was female students about genital hygiene during menstruation on female students at MTs. At-Thosari Semarang Regency with a sample of 27 people, taken using the total sampling method instrument asp. Data collection used questionnaires. Data analysis was processed using the frequency distribution formula.

Results: Respondents had knowledge about genital hygiene during menstruation, most of them were inefficient (55,6%) where knowledge about the understanding of genital hygiene during menstruation were all in good category (100,0%), about the consequences of not keeping genitals clean during menstruation. Mostly is good (48,1%), about the purpose of maintaining cleanliness of genitals during menstruation are mostly good categories (85,2%), about management of cleaning genitals during menstruation most of the categories are less (37,0%), about cleaning management most of the genitals during menstruation are sufficient (44,4%).

Conclusion: MTs students. At-Thosari Semarang Regency has knowledge about the cleanliness of genitals during menstruation, most of the categories are sufficient (55,6%).

Suggestion: Students should improve their knowledge of female genital hygiene during menstruation by actively digging information through health workers, attending seminars related to reproductive health about genital hygiene during menstruation.

Keywords: Knowledge of Genital Hygiene, Menstruation

LATAR BELAKANG

Menstruasi atau datang bulan adalah perdarahan yang terjadi setiap bulan pada wanita usia subur kecuali jika terjadi kehamilan. Darah yang keluar ketika menstruasi merupakan darah akibat peluruhan dinding rahim (endometrium) yang mengalir dari rahim menuju leher rahim, untuk dikeluarkan melalui vagina. Proses alamiah ini terjadi rata-rata sekitar 2 sampai 8 hari (Najmi, 2011). Upaya dalam menjaga kebersihan organ reproduksi dengan cara yaitu membasuh alat kelamin dari arah depan (vagina) ke belakang (anus), mengeringkan vagina dengan handuk bersih atau *tissue*, tidak memakai sabun dalam membersihkan vagina, tidak memakai bedak pada daerah vagina, memotong rambut kemaluan, mencuci tangan dengan sabun sebelum maupun sesudah menyentuh vagina, mengganti celana dalam minimal 2 kali sehari, menggunakan celana dalam berbahan katun, tidak memakai pembalut selama lebih dari 6 jam dan menggunakan pembalut (*sanitary pad*) siap pakai

Perempuan yang sedang menstruasi harus benar-benar menjaga kebersihan tubuhnya, terutama menjaga kebersihan alat kelaminnya secara ekstra karena selama masa menstruasi

kulit menjadi sangat sensitif 73% perempuan merasa gatal-gatal dan perih di vagina. Kebersihan yang tidak dijaga menimbulkan mikroorganisme yang berlebih pada organ reproduksi dan dapat mengganggu fungsi alat kelamin wanita. Remaja masih ada yang merasa kurang nyaman untuk membicarakan tentang masalah menstruasi dalam keluarga, sehingga remaja kurang memiliki pengetahuan yang cukup baik tentang perawatan alat kelamin pada saat menstruasi atau datang bulan (Proverawati, 2009).

Menurut (WHO, 2010) bahwa sekitar 75% perempuan remaja di dunia pasti mengalami keputihan paling tidak sekali seumur hidupnya, dan sebanyak 45% mengalami dua kali atau lebih, sedangkan wanita Eropa yang mengalami keputihan sebesar 25% (Linda, 2014). Kebersihan alat kelamin yang tidak jaga dengan baik saat menstruasi dapat menimbulkan berbagai penyakit seperti gonore, sifilis, vaginitis, vaginalis, herpes. Salah satunya adalah keputihan seperti keluarnya lendir dengan jumlah yang banyak. Selain itu lendir tersebut berwarna putih kekuningan dan memiliki bau yang tidak sedap, gatal, dan panas (Kumalasari, 2012). Menurut Bahari (2012), menyatakan bahwa keputihan atau flour albus adalah kondisi vagina saat mengeluarkan cairan atau lendir menyerupai nanah. Keputihan tidak selamanya merupakan penyakit karena ada juga keputihan yang normal. Oleh sebab itu, keputihan dibagi menjadi dua yaitu keputihan normal dan abnormal. Keputihan sebagai gejala yang sangat sering dialami oleh sebagian besar wanita, gangguan ini merupakan masalah kedua sesudah gangguan haid, keputihan sering kali tidak ditangani dengan serius oleh para remaja padahal keputihan bisa jadi indikasi adanya penyakit hampir semua perempuan pernah mengalami keputihan, keputihan dapat menjadi manifestasi dari sebuah penyakit organ reproduksi (Depkes, 2010).

Berdasarkan data Dinkes tahun 2013 jumlah remaja putri di Kabupaten Semarang yaitu 76.123 jiwa berusia 15-24 tahun. Menurut wiwit (2008) disalah satu SMAN Kabupaten Semarang didapatkan dari 50 siswi yang diwawancarai terdapat 48 (96%) siswi yang mengalami keputihan,. Sebanyak 23 (47,9%) siswi yang mengalami keputihan dikarenakan ketidaktahuan tentang menjaga kebersihan alat kelamin. Kebersihan yang tidak dijaga menimbulkan keputihan. MTs. At-Thosari merupakan salah satu MTs yang terletak dikabupaten semarang, yang memiliki jumlah siswi sebanyak 47 orang dan jumlah siswa sebanyak 69 orang yang berkisar dari 12 sampai 17 tahun. Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti pada tanggal 28 Maret 2019 di MTs. At-Thosari Kabupaten Semarang. Wawancara dilakukan peneliti kepada 10 orang siswi. Hasil wawancara mengenai pengetahuan tentang pengertian, akibat, tujuan, dan cara menjaga kebersihan alat kelamin saat menstruasi, didapatkan 2 orang mengetahui tentang kebersihan alat kelamin saat menstruasi, misalnya usaha menjaga kebersihan vagina dengan membasil bagian-bagian tersebut dengan air bersih baik setelah buang air kecil atau buang air besar. Akibat tidak menjaga kebersihan alat kelamin saat menstruasi adalah terjadi keputihan. Tujuan menjaga kebersihan alat kelamin saat menstruasi adalah menjaga kebersihan tetap terjaga. Cara menjaga kebersihan alat kelamin saat menstruasi yaitu sering mengganti pembalut, menggunakan celana yang cukup longgar dan tidak terlalu ketat agar tidak menyebabkan lecet iritasi pada kulit. Kemudian terdapat 8 siswi yang tidak mengetahui tentang kebersihan alat kelamin. Dari 10 siswi yang diwawancarai mengalami keputihan.

PERUMUSAN MASALAH

Berdasarkan latar belakang diatas dapat dirumuskan masalah penelitian “Bagaimanakah gambaran pengetahuan tentang kebersihan alat kelamin saat menstruasi pada siswi di MTs. At-Thosari Kabupaten Semarang?”.

METODE PENELITIAN

Desain penelitian dalam skripsi adalah deskriptif, dengan metode pendekatan menggunakan *cross sectional*. Penelitian ini telah dilakukan di MTs. At-Thosari Kabupaten Semarang pada tanggal 25 Juli 2019. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswi yang sudah mengalami menstruasi di MTs. At-Thosari Kabupaten Semarang, dengan jumlah sampel 27 siswi. Penelitian ini menggunakan total sampling. Sebelum angket ini digunakan untuk mengumpulkan data, perlu dilakukan uji validitas yaitu uji *expert* yang dilakukan oleh dosen pengampu ibu Ninik Cristina, S.SiT., M.Kes, direvisi pada point pengertian yang tadinya 6 pernyataan menjadi 5 pernyataan dan melengkapi kalimat-kalimat yang masih kurang, point pernyataan tujuan dan akibat diperbaiki kalimat-kalimat yang masih kurang dan dilengkapi, 1 pernyataan dihilangkan pada point pernyataan tujuan, point pernyataan akibat 1 pernyataan yang dihilangkan, pada point pelaksanaan dipindahkan ke point pernyataan tentang cara pelaksanaan, seperti cara pembersihan pembalut sebelum dibuang dan beberapa dilengkapi kalimat-kalimat yang masih kurang, dan pada point pernyataan cara penggunaan pembalut dan menambahkan beberapa pernyataan sesuai dengan teori yang ada pada bab II. Jumlah pernyataan sebelum *uji expert* sebanyak 31 pernyataan, setelah *uji expert* peneliti menambahkan 5 pernyataan sehingga jumlah pernyataan 33 pernyataan.

HASIL PENELITIAN

A. Pengetahuan Remaja tentang Kebersihan Alat Kelamin Saat Menstruasi

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pengetahuan Remaja tentang Kebersihan Alat Kelamin Saat Menstruasi pada Siswi di MTs. At-Thosari Kabupaten Semarang

Pengetahuan	(f)	(%)
Cukup	15	55,6
Baik	12	44,4
Total	27	100,0

Tabel 1 menunjukkan bahwa responden mempunyai pengetahuan tentang kebersihan alat kelamin saat menstruasi sebagian besar kategori cukup yaitu sebanyak 15 responden (55,6%).

B. Pengertian tentang Kebersihan Alat Kelamin Saat Menstruasi

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pengetahuan Responden tentang Pengertian Kebersihan Alat Kelamin Saat Menstruasi

Pengertian	(f)	(%)
Baik	27	100,0
Total	27	100,0

Tabel 2 menunjukkan bahwa responden mempunyai pengetahuan tentang pengertian kebersihan alat kelamin saat menstruasi semuanya kategori baik yaitu sejumlah 27 responden (100,0%).

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Tanggapan Jawaban Responden tentang Pengertian Kebersihan Alat Kelamin Saat Menstruasi pada Siswi

No	Pengertian	Salah		Benar	
		f	%	f	%
1	Kebersihan alat kelamin saat menstruasi merupakan usaha menjaga kebersihan alat kelamin dengan membilas bagian-bagian alat kelamin dengan air bersih	0	0,0	27	100,0
2	Kebersihan alat kelamin saat menstruasi adalah tindakan untuk memelihara kesehatan, kebersihan pada daerah alat	0	0,0	27	100,0

No	Pengertian	Salah		Benar	
		f	%	f	%
3	Kebersihan pada alat kelamin saat menstruasi merupakan usaha untuk menjaga kebersihan	1	3,7	36	96,3
4	Menjaga kebersihan saat buang air kecil atau buang air besar merupakan suatu usaha untuk menjaga kebersihan alat kelamin saat menstruasi	2	7,4	25	92,6
5	Kebersihan alat kelamin saat menstruasi adalah awal dari menjaga kesehatan terutama saat menstruasi	2	7,4	25	92,6

Tabel 3 menunjukkan bahwa responden mempunyai pengetahuan tentang pengertian kebersihan alat kelamin saat menstruasi semuanya kategori baik yaitu menjawab “benar” pada pernyataan kebersihan alat kelamin saat menstruasi merupakan usaha menjaga kebersihan alat kelamin dengan membilas bagian-bagian alat kelamin dengan air bersih sejumlah 27 responden (100,0%) dan kebersihan alat kelamin saat menstruasi adalah tindakan untuk memelihara kesehatan, kebersihan pada daerah alat kelamin sejumlah 27 responden (100,0%).

C. Akibat Tidak Menjaga Kebersihan Alat Kelamin Saat Menstruasi

Tabel 4 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pengetahuan Responden tentang Akibat Tidak Menjaga Kebersihan Alat Kelamin Saat Menstruasi

Akibat tidak menjaga	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Kurang	3	11,1
Cukup	11	40,7
Baik	13	48,1
Total	27	100,0

Tabel 4 menunjukkan bahwa responden mempunyai pengetahuan tentang akibat tidak menjaga kebersihan alat kelamin saat menstruasi sebagian besar responden mempunyai pengetahuan kategori baik yaitu sejumlah 13 responden (48,1%).

Tabel 5 Distribusi Frekuensi Tanggapan Jawaban Responden tentang Akibat Tidak Menjaga Kebersihan Alat Kelamin Saat Menstruasi

No	Akibat tidak menjaga	Salah		Benar	
		f	%	f	%
6	Keputihan dampak jika tidak menjaga kebersihan kelamin saat menstruasi	19	70,4	8	29,6
7	Jarang mengganti pembalut saat menstruasi tidak dapat memicu terjadinya keputihan	9	33,3	18	66,7
8	Akibat tidak menjaga kebersihan alat kelamin saat menstruasi dapat menimbulkan peradangan	2	7,4	25	92,6
9	Jamur dan bakteri merupakan penyebab penyakit yang mudah hinggap pada alat kelamin wanita saat menstruasi	8	29,6	19	70,4
10	Akibat tidak menjaga kebersihan alat kelamin saat menstruasi tidak akan menimbulkan infeksi pada alat kelamin	3	11,1	24	88,9
11	Akibat tidak menjaga kebersihan alat kelamin saat menstruasi dapat menimbulkan kuman masuk	1	3,7	26	96,3
12	Penggunaan pembalut yang kurang baik dapat mengakibatkan berkembangbiakan bakteri yang merugikan	6	22,2	21	77,8

Tabel 5 menunjukkan bahwa responden mempunyai pengetahuan tentang akibat tidak menjaga kebersihan alat kelamin saat menstruasi sebagian besar responden mempunyai pengetahuan kategori baik yaitu menjawab “benar” pada pernyataan akibat tidak menjaga kebersihan alat kelamin saat menstruasi dapat menimbulkan peradangan pada alat kelamin sejumlah 27 responden (92,6%), akibat tidak menjaga kebersihan alat kelamin saat menstruasi dapat menimbulkan kuman masuk pada alat kelamin sejumlah 26 responden (96,3%).

D. Tujuan Menjaga Kebersihan Alat Kelamin Saat Menstruasi

Tabel 6 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pengetahuan Responden tentang Tujuan Menjaga Kebersihan Alat Kelamin Saat Menstruasi pada Siswi di MTs. At-Thosari Kabupaten Semarang

Tujuan	(f)	(%)
Cukup	4	14,8
Baik	23	85,2
Total	27	100,0

Tabel 6 menunjukkan bahwa responden mempunyai pengetahuan tentang tujuan menjaga kebersihan alat kelamin saat menstruasi sebagian besar kategori baik yaitu sejumlah 23 responden (85,2%).

Tabel 7 Distribusi Frekuensi Tanggapan Jawaban Responden tentang tentang Tujuan Menjaga Kebersihan Alat Kelamin Saat Menstruasi pada Siswi di MTs. At-Thosari

No	Tujuan	Salah		Benar	
		f	%	f	%
13	Tujuan menjaga kebersihan alat kelamin saat menstruasi adalah meningkatkan derajat kesehatan seseorang	3	11,1	24	88,9
14	Memperbaiki kebersihan untuk menciptakan keindahan meningkat percaya diri merupakan tujuan dari menjaga kebersihan alat kelamin saat menstruasi	6	22,2	21	77,8
15	Mencegah terjadinya infeksi adalah salah satu upaya dari menjaga kebersihan alat kelamin saat menstruasi	1	3,7	26	96,3
16	Kebersihan selama menstruasi bukan merupakan tujuan pemeliharaan kebersihan dan kesehatan seseorang	6	22,2	21	77,8
17	Membersihkan daerah alat kelamin yang baik ialah tidak membasuh dengan air mengalir	5	18,5	22	81,5

Tabel 7 menunjukkan bahwa responden mempunyai pengetahuan tentang tujuan menjaga kebersihan alat kelamin saat menstruasi sebagian besar kategori baik yaitu menjawab “benar” pada pernyataan tujuan menjaga kebersihan alat kelamin saat menstruasi adalah meningkatkan derajat kesehatan seseorang sejumlah 24 responden (88,9%) dan mencegah terjadinya infeksi adalah salah satu upaya dari menjaga kebersihan alat kelamin saat menstruasi sejumlah 26 responden (96,3%).

E. Penatalaksanaan Membersihkan Alat Kelamin Saat Menstruasi

Tabel 8 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pengetahuan Responden tentang Penatalaksanaan Membersihkan Alat Kelamin Saat Menstruasi pada Siswi di MTs. At-Thosari Kabupaten Semarang

Penatalaksanaan	(f)	(%)
Kurang	10	37,0
Cukup	10	37,0
Baik	7	25,9
Total	27	100,0

Tabel 8 menunjukkan bahwa responden mempunyai pengetahuan tentang penatalaksanaan membersihkan alat kelamin saat menstruasi sebagian besar kategori kurang dan cukup yaitu masing-masing sejumlah 10 responden (37,0%).

Tabel 9 Distribusi Frekuensi Tanggapan Jawaban Responden tentang Penatalaksanaan Membersihkan Alat Kelamin Saat Menstruasi pada Siswi di MTs. At-Thosari Kabupaten Semarang

No	Penatalaksanaan	Salah		Benar	
		f	%	f	%
18	Arah untuk membersihkan alat kelamin dimulai dari belakang kedepan	20	74,1	7	25,9
19	Keseringan menggunakan sabun tidak akan membunuh bakteri baik	12	44,4	15	55,6
20	Keseringan menggunakan sabun khusus dapat memicu berkembangbiaknya bakteri jahat yang dapat menyebabkan infeksi	14	51,8	13	48,1
21	Celana dalam yang baik adalah yang berbahan alami (katun) karena dapat menyerap keringat	4	14,8	23	85,2
22	Gunakan pantyliner sesuai dengan kebutuhan hanya pada saat menstruasi	7	25,9	20	74,1

Tabel 9 menunjukkan bahwa responden mempunyai pengetahuan tentang penatalaksanaan membersihkan alat kelamin saat menstruasi sebagian besar kategori cukup yaitu menjawab benar pada pernyataan celana dalam yang baik adalah yang berbahan alami (katun) karena dapat menyerap keringat sejumlah 23responden (85,2%), gunakan pantyliner sesuai dengan kebutuhan hanya pada saat menstruasi sejumlah 20 responden (74,1%).

F. Cara Membersihkan Alat Kelamin Saat Menstruasi

Tabel 10 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pengetahuan Responden tentang Cara Membersihkan Alat Kelamin Saat Menstruasi pada Siswi

Cara Membersihkan	(f)	(%)
Kurang	4	14,8
Cukup	12	44,4
Baik	11	40,7
Total	27	100,0

Tabel 10 menunjukkan bahwa responden mempunyai pengetahuan tentang responden mempunyai pengetahuan tentang penatalaksanaan membersihkan alat kelamin saat menstruasi sebagian besar sebagian besar sebagian besar kategori cukup yaitu sejumlah 12 responden (44,4%).

Tabel 11 Distribusi Frekuensi Tanggapan Jawaban Responden tentang Penatalaksanaan Membersihkan Alat Kelamin Saat Menstruasi pada Siswi di MTs. At-Thosari Kabupaten Semarang

No	Cara membersihkan	Salah		Benar	
		f	%	f	%
23	Gunakan pantyliner yang berparfum untuk mencegah iritasi	13	48,1	14	51,9
24	Gunakan celana dalam yang longgar saat menstruasi agar tidak menyebabkan iritasi pada kulit	7	25,9	20	74,1
25	Gunakan pembalut yang bersih jika banyak darah yang keluar segera berganti pembalut yang baru	2	7,4	25	92,6
26	Pembalut yang terlalu lama dipakai dapat menjadi	8	29,6	19	70,4

No	Cara membersihkan	Salah		Benar	
		f	%	f	%
27	lembab dan mudah ditumbuhi bakteri dan jamur Mencuci tangan sebelum dan sesudah mengganti pembalut merupakan cara untuk membersihkan alat kelamin saat menstruasi	4	14,8	23	85,2
28	Melakukan kebersihan alat kelamin merupakan tindakan untuk meningkatkan terjadinya infeksi	13	48,1	14	51,9
29	Penggunaan pakaian dalam saat menstruasi yang terkena darah sebaiknya direndam terlebih dahulu dan setelah kering disetrika	9	33,3	18	66,7
30	Penggunaan pembalut saat menstruasi digunakan sesuai ukuran dan mengganti pembalut 4-5kali dalam sehari	4	14,8	23	85,2
31	Menjaga kebersihan alat kelamin saat menstruasi dengan cara membilas bagian-bagian alat kelamin dengan air bersih	27	100,0	0	0,0
32	Penggunaan pembalut sekali pakai sebaiknya dibersihkan terlebih dahulu sebelum dibungkus lalu dibuang ketempat sampah	4	14,8	23	85,2
33	Pembalut sebaiknya tidak direndam memakai sabun ditempat tertutup sebelum dicuci	21	77,8	6	22,2

Tabel 11 menunjukkan bahwa responden mempunyai pengetahuan tentang responden mempunyai pengetahuan tentang penatalaksanaan membersihkan alat kelamin saat menstruasi sebagian besar sebagian besar sebagian besar kategori cukup yaitu menjawab “benar” pada pernyataan gunakan pembalut yang bersih jika banyak darah yang keluar segera berganti pembalut yang baru yaitu sejumlah 25 responden (92,6%), penggunaan pembalut saat menstruasi digunakan sesuai ukuran dan mengganti pembalut 4-5 kali dalam sehari yaitu sejumlah 23 responden (85,2%), penggunaan pembalut sekali pakai sebaiknya dibersihkan terlebih dahulu sebelum dibungkus lalu dibuang ketempat sampah yaitu sejumlah 23 responden (85,2%).

PEMBAHASAN

1. Pengetahuan Remaja tentang Kebersihan Alat Kelamin Saat Menstruasi

Hasil penelitian menunjukkan responden mempunyai pengetahuan tentang kebersihan alat kelamin saat menstruasi kategori cukup yaitu sebanyak 15 responden (55,6%). Pengetahuan tentang kebersihan alat kelamin saat menstruasi kategori cukup ditunjukkan pada indikator akibat tidak menjaga yang mana responden menjawab “benar” pernyataan jamur dan bakteri merupakan penyebab penyakit yang mudah hinggap pada alat kelamin wanita saat menstruasi (70,4%). Responden pada indikator tujuan menjaga kebersihan alat kelamin saat menstruasi juga menjawab “benar” pada pernyataan tujuan dari menjaga kebersihan alat kelamin saat menstruasi diantaranya memperbaiki kebersihan untuk meningkat percaya diri (70,4%).

Remaja mempunyai pengetahuan yang cukup tentang akibat tidak menjaga kebersihan alat kelamin saat menstruasi yaitu jamur dan bakteri merupakan penyebab penyakit yang mudah hinggap pada alat kelamin wanita saat menstruasi. Hal ini sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Manuaba (2009), vagina yang terinfeksi oleh bakteri *Gardnerella vaginalis* akan mengalami peradangan yang dikenal dengan sebutan *vaginitis bakterial*. Infeksi bakteri juga menyebabkan keputihan yang bersifat patologis. Keputihan tersebut ditandai dengan adanya cairan berwarna putih, keruh dan agak abu-abu. Cairan itu agak lengket, berbau amis dan disertai rasa gatal serta panas pada vagina (Bahari, 2012).

Penelitian ini menunjukkan bahwa remaja telah mengetahui cara menjaga kebersihan alat kelamin saat menstruasi diantaranya menggunakan pembalut yang terlalu lama dipakai dapat menjadi lembab dan mudah ditumbuhi bakteri dan jamur (65,6%). Menurut Hermana & Sulistyowati (2009) menyatakan yang perlu diperhatikan oleh remaja saat menstruasi yaitu menggunakan pembalut bersih. Jika banyak darah yang keluar segera berganti pembalut yang baru. Pembalut yang terlalu lama dipakai dapat menjadi lembab dan mudah ditumbuhi bakteri dan jamur. Oleh karena itu, perlu sering berganti pembalut.

Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian dari Damayanti (2014), menunjukkan tingkat pengetahuan remaja putri di SMP Negeri 1 Kretek tentang menstruasi sebagian besar adalah cukup yaitu 30 responden atau 42,9%. Hasil penelitian ini tidak didukung oleh penelitian Pertiwi (2018) juga menunjukkan pengetahuan tentang *menstrual hygiene* siswa SDN 4 Pacarkembang Surabaya sebagian besar kategori kurang (53,3%). Penelitian Damayanti juga menunjukkan sebagian besar responden berumur 13 tahun yaitu 52 responden atau 74,3% lebih banyak dari pada yang berumur 14 tahun yaitu sebanyak 18 responden (25,7%). Hal tersebut menunjukkan bahwa umur menjadi salah satu faktor yang berkontribusi terhadap pengetahuan.

Penelitian ini menunjukkan responden yang mempunyai pengetahuan kategori cukup sebagian besar adalah remaja awal (10-13 tahun) (Kemenkes RI, 2011). Responden yang mempunyai pengetahuan kategori cukup sebanyak 15 orang dimana yang berumur 13 tahun yaitu sebanyak 12 orang (80,0%) lebih banyak dari pada yang berumur 14 tahun yaitu sebanyak 3 orang (20,0%) serta tidak ada yang berumur 12 tahun. Hal tersebut menunjukkan responden yang mempunyai pengetahuan kategori cukup sebagian besar berumur 13 tahun, dimana mereka mempunyai pengetahuan cukup baik tentang *personal hygiene* saat menstruasi.

Menurut Wawan dan Dewi (2011), umur menunjukkan usia individu yang terhitung mulai saat dilahirkan sampai berulang tahun. Menurut Huclok (2011), semakin cukup umur, tingkat kematangan dan kekuatan seseorang lebih matang dalam berfikir sebagai dari pengalaman dan kematangan jiwa. Jean Piaget dengan teorinya menjelaskan seorang anak dapat memulai tahap formalnya pada usia 11 tahun sedangkan anak yang lainnya dapat memulai tahap formalnya pada usia 15 tahun (Suparno, 2011). Responden dalam penelitian ini dapat dikategorikan menjadi usia remaja bila dikaitkan dengan rentang usia oleh UNICEF maupun Badan Pusat Statistik Indonesia.

Karakteristik usia responden dalam penelitian ini ada pada rentang usia 12-14 tahun. Usia ini dapat masuk dalam tahap operasi konkret atau tahap operasi formal. Dalam tahap ini salah satu ciri perkembangan kognitifnya yaitu berupa hipotesis atau asumsi, abstrak, bersifat secara deduksi dan induksi, serta dapat berfikir secara logis dan maupun berdasarkan aspek kemungkinan (Suparno, 2011). Kemampuan membandingkan dan membuat pemikiran secara abstrak serta mampu menarik kesimpulan dari informasi yang didapatkan juga terjadi pada tahap operasi formal. Selain itu tahap ini terjadi perkembangan kemampuan untuk mempertimbangkan konsep bersifat hipotetik dan mereka dapat menggunakan penalaran untuk memecahkan masalah dan mempertimbangkan penyelesaian alternatif (Allen, 2016).

Penelitian Karnita (2014), menunjukkan jumlah responden yang tahu tentang *personal hygiene* organ reproduksi sebanyak 26 orang (60,5%). Penelitian ini juga menunjukkan mereka yang mengetahui tentang *personal hygiene* organ reproduksi adalah kelas VIII (48,8%). Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Iis Lianawati (2012) yang menunjukkan siswa yang berpengetahuan cukup

tentang *personal hygiene* organ reproduksi sebanyak 23,3%. Hasil penelitian ini tidak didukung penelitian dari Pertiwi (2015) yang menunjukkan pengetahuan siswa SDN 4 Pacarkembang Surabaya mengenai kesehatan reproduksi kategori cukup hanya 11 orang dimana sebagian besar berusia 12 tahun (60,0%).

Peneliti juga mendapatkan hasil responden mempunyai pengetahuan tentang kebersihan alat kelamin saat menstruasi kategori baik yaitu sebanyak 12 responden (44,4%). Pengetahuan tentang kebersihan alat kelamin saat menstruasi kategori cukup ditunjukkan pada indikator “pengertian” dimana semua responden menjawab “benar” pada pernyataan kebersihan pada alat kelamin saat menstruasi merupakan usaha untuk menjaga kebersihan (96,3%). Pengetahuan yang baik juga ditemukan pada indikator tujuan menjaga kebersihan alat kelamin dengan menjawab “benar” pada pernyataan mencegah terjadinya infeksi adalah salah satu upaya dari menjaga kebersihan alat kelamin saat menstruasi (96,3%).

Responden mempunyai pengetahuan yang baik tentang pengertian kebersihan pada alat kelamin yaitu kebersihan pada alat kelamin saat menstruasi merupakan usaha untuk menjaga kebersihan. Menurut Natalai (2015), kebersihan alat kelamin saat menstruasi merupakan usaha menjaga kebersihan vagina dengan membilas bagian-bagian tersebut dengan air bersih baik setelah buang air besar. *Hygiene* pada saat menstruasi komponen *personal hygiene* (kebersihan perorangan) yang memegang peranan penting dalam status perilaku kesehatan seseorang termasuk menghindari adanya gangguan pada fungsi alat reproduksi. Pada saat menstruasi pembuluh darah dalam rahim sangat mudah terinfeksi. Oleh karena itu kebersihan alat kelamin harus lebih dijaga karena kuman mudah sekali masuk dan dapat menimbulkan infeksi saluran reproduksi.

Remaja juga mempunyai pengetahuan yang baik tentang tujuan menjaga kebersihan alat kelamin saat menstruasi yaitu salah satu upaya dari menjaga kebersihan alat kelamin saat menstruasi. Menurut Hidayat (2009), menyatakan bahwa tujuan menjaga kebersihan alat kelamin saat menstruasi adalah mencegah terjadinya infeksi pada vulva dan menjaga kebersihan perineum dan vulva. Menurut Natalia (2015), menyatakan tujuan dari perawatan selama menstruasi adalah untuk pemeliharaan kebersihan dan kesehatan individu yang dilakukan selama masa menstruasi sehingga mendapatkan kesehatan fisik dan psikis serta dapat meningkatkan derajat kesehatan seseorang. Berdasarkan teori tersebut diatas maka dapat dikatakan bahwa responden mempunyai pengetahuan yang baik tentang tujuan melakukan *personal hygiene* saat menstruasi dengan menjawab benar bahwa kebersihan alat kelamin saat menstruasi yaitu menjaga kebersihan alat kelamin.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian dari Agiwahyunto (2018) yang menunjukkan tingkat pengetahuan siswi kelas VIII di SMP Negeri 25 Semarang terhadap praktik *vulva hygiene* saat menstruasi dalam kategori baik yaitu sejumlah 72 responden (74,2%). Hasil penelitian ini tidak didukung oleh penelitian dari Indah (2012) yang menunjukkan pengetahuan remaja putri di SMPIT As Salam Pasar Minggu sebagian kategori rendah yaitu sebanyak 68,5%. Penelitian Agiwahyunto juga menunjukkan bahwa sebagian responden berusia 14 tahun yaitu 52 orang (53,6%). Hal tersebut menunjukkan bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi pengetahuan adalah faktor internal adalah umur.

Peneliti ini juga menunjukkan responden yang mempunyai pengetahuan yang baik tentang pengertian kebersihan pada alat kelamin sebanyak 12 orang dimana yang berusia 14 tahun (50,0%), yang berusia 13 tahun sebanyak 5 orang (41,7%) dan yang berusia 12 tahun hanya 1 orang (8,3%). Hal tersebut menunjukkan bahwa remaja yang mempunyai pengetahuan kategori baik tentang pengertian kebersihan pada alat kelamin

saat menstruasi adalah yang berusia 14 tahun. Menurut Wawan dan Dewi (2011), menyatakan usia merupakan umur individu yang terhitung mulai saat dilahirkan sampai berulang tahun. Semakin cukup umur, tingkat kematangan dan kekuatan seseorang lebih matang dalam berfikir dan bekerja. Kepercayaan masyarakat seseorang yang lebih kedewasaannya. Hal ini sebagai dari pengalaman dan kematangan jiwa.

Usia mempengaruhi terhadap daya tangkap dan pola pikir seseorang. Semakin bertambah usia akan semakin berkembang pula daya tangkap dan pola pikirnya, sehingga pengetahuan yang diperolehnya semakin membaik. Pada usia madya, individu akan lebih berperan aktif dalam masyarakat dan kehidupan sosial serta lebih banyak melakukan persiapan demi suksesnya upaya menyesuaikan diri menuju usia tua, selain itu orang usia madya akan lebih banyak menggunakan waktu untuk membaca. Kemampuan intelektual, pemecahan masalah, dan kemampuan verbal dilaporkan hampir tidak ada penurunan pada usia ini. (Huclok, 2009).

Peneliti masih menemukan responden yang menjawab “salah” pada indikator cara membersihkan alat kelamin dimana mereka menjawab tidak menjaga kebersihan alat kelamin saat menstruasi dengan cara membilas bagian-bagian alat kelamin dengan air bersih. Menurut Hermana & Sulistyowati (2009), menjaga kesehatan organ reproduksi pada wanita diawali dengan menjaga kebersihan organewanitaan, untuk menjaga kebersihan vagina, yang perlu dilakukan diantaranya adalah membasuh secara teratur bagian bibir vagina (*vulva*) secara hati-hati menggunakan air bersih.

2. Pengertian tentang Kebersihan Alat Kelamin Saat Menstruasi

Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden mempunyai pengetahuan tentang pengertian kebersihan alat kelamin saat menstruasi semuanya kategori baik yaitu sejumlah 27 responden (100,0%). Hal ini ditunjukkan dengan responden yang menjawab benar bahwa kebersihan alat kelamin saat menstruasi adalah tindakan untuk memelihara kesehatan, kebersihan pada daerah alat kelamin (84,4%). Menurut Notoadmojo (2010), Salah satu faktor yang mempengaruhi pengetahuan adalah faktor internal adalah media massa / informasi.

Informasi yang diperoleh baik dari pendidikan formal maupun nonformal dapat memberikan pengaruh jangka pendek (*immediate impact*) sehingga menghasilkan perubahan atau peningkatan pengetahuan. Majunya teknologi akan tersedia bermacam-macam media massa yang dapat mempengaruhi pengetahuan masyarakat tentang inovasi baru. Sebagai sarana komunikasi, berbagai bentuk media massa seperti televisi, radio, surat kabar, majalah, dan lain-lainnya mempunyai pengaruh besar terhadap pembentukan opini dan kepercayaan orang (Notoadmojo, 2010).

3. Akibat Tidak Menjaga Kebersihan Alat Kelamin Saat Menstruasi

Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden mempunyai pengetahuan tentang akibat tidak menjaga kebersihan alat kelamin saat menstruasi sebagian besar responden mempunyai pengetahuan kategori baik yaitu sejumlah 13 responden (48,1%). Hal ini ditunjukkan dengan responden yang menjawab benar bahwa akibat tidak menjaga kebersihan alat kelamin saat menstruasi dapat menimbulkan kuman masuk pada alat kelamin (81,3%). Menurut Notoadmojo (2010), Salah satu faktor yang mempengaruhi pengetahuan adalah faktor internal adalah pengalaman.

Pengalaman sebagai sumber pengetahuan merupakan suatu cara untuk memperoleh kebenaran pengetahuan dengan cara mengulang kembali pengetahuan yang diperoleh dalam memecahkan masalah yang dihadapi masa lalu. Pengalaman belajar dalam bekerja yang dikembangkan memberikan pengetahuan dan keterampilan profesional serta pengalaman belajar selama bekerja akan dapat mengembangkan kemampuan mengambil keputusan yang merupakan manifestasi dari keterpaduan

menalar secara ilmiah dan etik yang bertolak dari masalah nyata dalam bidang kerjanya (Notoadmojo, 2010).

4. Tujuan Menjaga Kebersihan Alat Kelamin Saat Menstruasi

Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden mempunyai pengetahuan tentang tujuan menjaga kebersihan alat kelamin saat menstruasi sebagian besar kategori baik yaitu sejumlah 23 responden (85,2%). Hal ini ditunjukkan dengan responden yang menjawab benar bahwa mencegah terjadinya infeksi adalah salah satu upaya dari menjaga kebersihan alat kelamin saat menstruasi (81,3%). Menurut Notoadmojo (2010), Salah satu faktor yang mempengaruhi pengetahuan adalah faktor internal adalah media massa / informasi.

Informasi yang diperoleh baik dari pendidikan formal maupun nonformal dapat memberikan pengaruh jangka pendek (*immediate impact*) sehingga menghasilkan perubahan atau peningkatan pengetahuan. Majunya teknologi akan tersedia bermacam-macam media massa yang dapat mempengaruhi pengetahuan masyarakat tentang inovasi baru. Sebagai sarana komunikasi, berbagai bentuk media massa seperti televisi, radio, surat kabar, majalah, dan lain-lainnya mempunyai pengaruh besar terhadap pembentukan opini dan kepercayaan orang (Notoadmojo, 2010).

5. Penatalaksanaan Membersihkan Alat Kelamin Saat Menstruasi

Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden mempunyai pengetahuan tentang penatalaksanaan membersihkan alat kelamin saat menstruasi sebagian besar kategori kurang dan cukup yaitu masing-masing sejumlah 10 responden (37,0%). Hal ini ditunjukkan dengan responden yang menjawab salah bahwa arah untuk membersihkan alat kelamin dimulai dari belakang kedepan (21,9%). Menurut Notoadmojo (2010), Salah satu faktor yang mempengaruhi pengetahuan adalah faktor internal adalah media massa / informasi. Menurut Notoadmojo (2010), Salah satu faktor yang mempengaruhi pengetahuan adalah faktor internal adalah Sosial budaya dan ekonomi.

Kebiasaan dan tradisi yang dilakukan orang-orang tanpa melalui penalaran apakah yang dilakukan baik atau buruk. Dengan demikian seseorang akan bertambah pengetahuannya walaupun tidak melakukan. Status ekonomi seseorang juga akan menentukan tersedianya suatu fasilitas yang diperlukan, untuk kegiatan tertentu, sehingga status sosial ekonomi akan mempengaruhi pengetahuan seseorang (Notoadmojo, 2010).

6. Cara Membersihkan Alat Kelamin Saat Menstruasi

Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden mempunyai pengetahuan tentang responden mempunyai pengetahuan tentang penatalaksanaan membersihkan alat kelamin saat menstruasi sebagian besar sebagian besar kategori cukup yaitu sejumlah 12 responden (44,4%). Hal ini ditunjukkan dengan responden yang menjawab benar bahwa mencuci tangan sebelum dan sesudah mengganti pembalut merupakan cara untuk membersihkan alat kelamin saat menstruasi (71,9%). Menurut Notoadmojo (2010), Salah satu faktor yang mempengaruhi pengetahuan adalah faktor internal adalah lingkungan.

Lingkungan adalah suatu bentuk dari dukungan sosial seperti teman dan keluarga termasuk orang tua. Bentuk dukungan sosial yang dimaksud salah satunya ialah melakukan interaksi, bersosialisasi satu sama lain dengan saling membagikan ilmu terkait berbagai hal terutama mengenai reproduksi yang sehat. Informasi merupakan salah satu dari faktor yang memiliki pengaruh pada seseorang secara langsung maupun tidak langsung. Kian mudah dan sering seseorang menerima serta terpapar oleh sebuah informasi yang didapatkan dari lingkungan terutama orang tua, maka akan kian banyak pula pengetahuan yang diperolehnya (Notoadmojo, 2010).

PENUTUP

Responden mempunyai pengetahuan tentang kebersihan alat kelamin saat menstruasi kategori cukup (55,6%), yaitu tentang pengertian kebersihan alat kelamin saat menstruasi semuanya kategori baik (100,0%), tentang akibat tidak menjaga kebersihan alat kelamin saat menstruasi kategori baik (48,1%), tentang tujuan menjaga kebersihan alat kelamin saat menstruasi kategori baik (85,2%) dan tentang penatalaksanaan membersihkan alat kelamin saat menstruasi kategori cukup (37,0%) dan tentang cara membersihkan alat kelamin saat menstruasi kategori cukup (44,4%).

Sebaiknya siswi Madrasah Tsanawiyah (MTs) AT-Thosari Kabupaten Semarang meningkatkan pengetahuan dengan aktif menggali informasi baik melalui tenaga kesehatan yang berkompeten, mengikuti seminar hingga membaca literatur yang berkaitan dengan kesehatan reproduksi khususnya tentang kebersihan alat kelamin siswi saat menstruasi.

DAFTAR PUSTAKA

- A. Wawan dan M.Dewi. (2011). *Pengetahuan, Sikap, Dan Perilaku Manusia*. Yogyakarta : Nuha Medika
- Agiwahyanto Faik (2018). *Gambaran Tingkat Pengetahuan Praktik Vulva Hygiene Saat Menstruasi pada Siswi kelas VIII SMP Negeri 25 Semarang tahun 2017-2018*. Universitas Dian Nuswantoro Semarang Studi Diploma Tiga Rekam Medik dan Informasi Kesehatan Fakultas Kesehatan
- Anurogo Dito dr. Dan Ari Wulandari. (2011). *Nyeri Haid*. Yogyakarta : C.V ANDI OFFSET
- Arikunto Suharsimi. (2013). *Prosedur Penelitian*. Jakarta : Rineka Cipta
- Bahari Hamid. (2012). *Cara Mudah Atasi Keputihan*. Yogyakarta : Buku Biru
- Bano Rafia, Fatima Abdullah Al Sabhan, (2014). *Study of Knowledge and Practice of University Females Regarding Reproductive Health and Hygiene in Hail, Saudi Arabia*. College of Applied Medical Sciences, University Of Hail Kingdom of Saudi Arabia. <http://www.ijwhr.net>
- Damayanti (2014). *Hubungan Tingkat Pengetahuan Remaja Putri tentang Menstruasi dengan Perilaku Higienis Pada Saat Menstruasi pada Siswi Kelas VII Di Smp Negeri 1 Kretek. Skripsi*. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Jenderal Achmad Yani Program Studi Diploma III Kebidanan Yogyakarta.
- Datta Adrija, dkk (2012), Menstruation and menstrual hygiene among adolescent girls of west Bengal, India : A school based comparative study. Medical College , Kolkata 88, GJMEDPH, Vol.1 (5) September-October 2012. <http://www.gjmedph.org>
- Dinkes Jateng. (2013). *Angka Kejadian Akibat Tidak Menjaga Kebersihan Alat Kelamin Saat Menstruasi*. Semarang
- Hamed A.G, (2015). *The impact of Genital Hygiene Practices on the Occurrence of Vaginal Infection and the Development of a Nursing Fact Sheet as Prevention Massage for Vulnerable Women*. Faculty of Nursing Zagazig University .IOSR journal of Nursng and Helth Science <http://www.iosrjournals.org>
- Handayani, Hani. *Hubungan Pengetahuan, Sikap Dan Perilaku Remaja Putri tentang Kebersihan Organ Genetalia Eksterna Di Madrasah Tsanawiyah Pembangunan*

- Tahun 2011. [Diakses Tanggal 30 Maret 2015]. Didapat dari <https://andigayo.files.wordpress.com/2012/12/hani-handayani.pdf>
- Hennegan et al. (2016). *Schoolgirls' Experience and Appraisal of Menstrual Absorbents in Rural Uganda: a Cross-Sectional Evaluation of Reusable Sanitary Pads*. <http://dx.doi.org/10.1186/s12978-016-0260-7>
- Ika Teresina Pratiwi, Hario Megatsari (2018). *Gambaran tingkat pengetahunana dan Praktik Menstrual Hygiene siswi SDN 4 Pacarkembang Surabaya. Universits Airlangga Fakultas Kesehatan Masyarakat*. [Jurnal Promkes, Diakses Tanggal 2 Desember 2018: 142-154]
- Kaur Rajanbir, dkk (2018), *Menstrual Hygiene, Management, and Waste Dispol: Practices and Challenges Faced by Grils/Women of Developing Countries*. *Juornal of Enviromental anda Public Health* Vol. 2018. Guru Nanak Dev University Amritsar Punjab India, Govt Polytechnic College For Grils Published 20 february 2018. <http://doi.org/10.1155/2018/1730964>.
- Kumalasari Intan dan Iwan Andhyantoro. (2012). *Kesehatan Reproduksi*. Jakarta : Salemba Medika
- Kusmiran Eny. (2014). *Kesehatan Reproduksi Remaja dan Wanita*. Jakarta : Salemba Medika
- Laila Najmi Nur. (2011). *Buku Pintar Menstruasi*. Jogjakarta : Buku Biru
- Leli Indida Indah, (2012). *Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Tentang Perineal Hygiene di SMPIT As Salam Pasar Minggu. Universitas Indonesia Fakultas Ilmu Kesehatan*. [Diakses 2012]
- Lianawati, iis. *Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Siswi Kelas X SMA Islam Terpadu Al-Masyhur Pati*. 2012. [Diakses Tanggal 28 Desember 2014]. Didapat dari : <http://digilib.stikeskusumahusada.ac.id/files/disk1/1/01-gdl-iislianawa-31-1-ktiis-i.pdf>
- Luthfiana, Dewi. *Hubungan Pengetahuan Tentang Personal Hygiene Dengan Perilaku Personal Hygiene Remaja Saat Menstruasi Di Sekolah Menengah Pertama Islam Terpadu Harapan Bunda Pedurungan Semarang 2014*. [Diakses tanggal 30 Maret 2015]. Didapat dari : <http://perpusnwu.web.id/karyailmiah/documents/3633.pdf>
- Millatul Malihah, dkk (2019). *Tingkat Pengetahuan Personal Hygiene Saat Menstruasi antara Siswi Pondok Pesantren dan SMP Negeri di Kabupaten Cirebon. Universitas Islam Bandung Fakultas Kedokteran*. [Jurnal integrasi dan sains, Vol.1 No.1, Diakses 2019]
- Nehulkar P, Holambe V, Thakur N, (2016). *Knowledge, attitude anda practices of adolescent grils regarding menstruation: A community based creeos sectional study. Government Medical College, Letur, Maharashtra india*. Accessed 14 januari 2016, <http://www.statperson.com>
- Notoatmodjo Soekidjo. (2012). *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta
- Nurhayati Tetik, Laila Dian Purwaningroom (2015). *Pengetahuan siswi tentang personal hygiene genitalia saat menstruasi di Madrasah Aliyah Darul Huda. Universitas Muhammadiyah Ponorogo Fakultas Keperawatan*.

- Penelope, dkk. (2016). *Menstrual Hygiene Management Among Adolescent Schoolgirls in Low- and Middle-Income Countries: Research Priorities*. <http://dx.doi.org/10.3402/gha.v9.33032>
- Pertiwi (2018). *Gambaran Tingkat Pengetahuan dan Praktik Menstrual Hygiene Siswi SDN 4 Pacarkembang Surabaya*. *Jurnal Promkes* Vol. 6 No. 2 Desember 2018 : 142 – 154.
- Reena V. Wagh, Aditi J. Upadhye, Jayshree J. Upadhye, (2018), *Menstrual hygiene practices in young girls of urban india*. *International Journal of Reproduction, Contraception, Obstetrics and Gynecology*, Vol. 7. 2018 may : 7(5) : 1897-1902. <http://dx.doi.org/10.18203/2320-1770.ijrcog20181925>.
- Rokade Hemlata G, Anjali P Kumafat, (2016). *Study Of Menstrual Patten And Menstrual Hygiene Practicies Among Adolescent Grils*. *National Journal of Comunity Medicine*, Vol. 7 Date of Publication 31-05-16
- Sapkota D, Sharma D, Budhathoki SS, Khanal VK, Pokharel Hp, (2013). *Knowledge and practices regarding mentruation among scholl going adolescents of rural Nepal*. *Juornal of Kathmandu Medical College*, Vol.2, No.3, Issue 5, Jul-Sept. 2013.
- Sharma et al. (2016). *Menstrual Pattern Among Adolescent Girls of Pokhara Valley: a Cross Sectional Study*. <http://dx.doi.org/10.1186/s12905-016-0354-y>
- Sonowal Pranjal, Kaushik Takuldar, (2019), *Menstrual Hygiene Knoledge anda Practices amongst Adolescent Grils in Urban Slums of Dibrugarh Town-A Cross Sectional Study*. *Assam Medical College, Golore International Journal oh Health Sciences and Research*, Vol.4, Issue 1 January-March 2019. <http://www.gijhsr.com>
- Subhash B. dkk (2011), *Menstrual Hygiene: Knowledge and practice among adolescent school grils of saoner, Nagpur District*. *Journal of Clinical and Diagnostic Research*, 1 October, Vol-5(5): 1027-1033.
- Sugiyono. (2011). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D*. Bandung : ALFABETA, cv.
- Upashe et al. (2015).). *Assessment of Knowledge and Practice of Menstrual Hygiene Among High School Girls in Western Ethiopia*. <http://dx.doi.org/10.1186/s12905-015-0245-7>
- Van Eijik AM, Sivakami M, Thakkar MB, et al. (2016). *Menstrual Hygiene Management Among Adolescent Girls in India: a Systematic Review and Meta-Analysis*. <http://dx.doi.org/10.1136/bmjopen-2015-010290>