

DOI: <http://dx.doi.org/10.33846/2trik9310>**Pengetahuan Remaja Kelas VII Tentang *Personal Hygiene* Saat Menstruasi di SMPN 31 Kota Bekasi Tahun 2018****Nessi Meilan**

Jurusan Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Jakarta III; nessimeilandongoran@gmail.com (koresponden)

Desy Rizka Wanti

Jurusan Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Jakarta III

ABSTRACT

Personal hygiene during menstruation is an action to maintain health and hygiene in the female area during menstruation to avoid bacteria that can cause infection. The purpose of this study was to obtain a description of the knowledge of adolescents of class VII about personal hygiene during menstruation. This type of research is descriptive conducted at SMPN 31 Bekasi City in March to April 2018. The population size is 196 adolescents and the sample size is 66 adolescents, which were selected using purposive sampling technique. Data were collected through filling out questionnaires, then analyzed descriptively. The results of this study illustrate that the majority of adolescents have knowledge in both categories (59.1%). It is recommended to adolescents to be able to increase knowledge about reproductive health by finding information from reliable sources.

Keywords: knowledge; teenager; behavior

ABSTRAK

Personal hygiene pada saat menstruasi adalah tindakan untuk memelihara kesehatan dan kebersihan pada daerah kewanitaan pada saat menstruasi agar terhindar dari bakteri yang dapat menyebabkan infeksi. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran pengetahuan remaja kelas VII tentang *personal hygiene* pada saat menstruasi. Jenis penelitian ini adalah deskriptif yang dilakukan di SMPN 31 Kota Bekasi pada bulan Maret sampai dengan April 2018. Ukuran populasi adalah 196 remaja dan ukuran sampel adalah 66 remaja, yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Data dikumpulkan melalui pengisian kuesioner, lalu dianalisis secara deskriptif. Hasil penelitian ini menggambarkan bahwa sebagian besar remaja memiliki pengetahuan dalam kategori baik (59.1%). Disarankan kepada remaja untuk dapat meningkatkan pengetahuan mengenai kesehatan reproduksi dengan mencari informasi dari sumber yang terpercaya.

Kata Kunci : pengetahuan; remaja; perilaku

PENDAHULUAN

Menurut WHO (2007)⁽¹⁾, angka kejadian infeksi saluran reproduksi (ISR) tertinggi di dunia adalah pada usia remaja (35%-42%) dan dewasa muda (27%-33%). Prevalensi ISR pada remaja di dunia tahun 2006 yaitu: *kandidiasis* (25%-50%), *vaginosis bakterial* (20%-40%), dan *trikomonirosis* (5%-15%), infeksi organisme ini dapat menyebabkan gejala seperti pruritus vulva, iritasi, inflamasi, sekresi vaginal dan rasa perih. Di Asia Tenggara, wanita Indonesia lebih rentan mengalami ISR yang dipicu oleh iklim Indonesia yang panas dan lembab. Timbulnya infeksi vagina dapat disebabkan oleh kondisi stres, kelelahan, kurang gizi, kebersihan kurang, pendidikan yang rendah, ekonomi yang rendah dan kawin muda. Akibatnya, timbul masalah yang sangat mengganggu, seperti berubahnya warna cairan menjadi kekuningan hingga kehijauan, jumlahnya banyak dan berbau serta menimbulkan rasa gatal didaerah sekitar vagina. Akibat lebih lanjut jika terus menerus bisa menyebabkan penyakit keganasan seperti kanker serviks.

Remaja yang sudah mengalami menstruasi, perlu menjaga kesehatan diri atau *personal hygiene*. Remaja tersebut perlu mendapatkan pengetahuan tentang kebersihan alat reproduksi saat menstruasi yang dapat menyebabkan ISR. Menurut Indrawati (2012)⁽²⁾, pengetahuan remaja tentang perawatan daerah kewanitaan masih rendah disebabkan karena rendahnya kesadaran tentang pentingnya menjaga kebersihan organ reproduksi dan berpengaruh pada perilaku remaja yang akibatnya dapat terjadi masalah pada daerah kewanitaan. Pengetahuan yang kurang terkait menjaga kebersihan saat menstruasi dapat berdampak pada kesehatan, pendidikan, maupun psikososial.⁽³⁾

Pengetahuan yang baik, akan menunjukkan perilaku kesehatan yang baik pula. Pengetahuan yaitu hasil dari tahu dan ini terjadi setelah seseorang melakukan pengindraan terhadap suatu objek tertentu. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga. Pendidikan adalah proses untuk mempelajari dan meningkatkan ilmu yang diperoleh, pendidikan yang lebih tinggi secara otomatis akan berbanding lurus dengan pengetahuan yang dimiliki. Menurut Arikunto (2013)⁽⁴⁾, kategori pendidikan dikategorikan menjadi pendidikan rendah (SD-SMP) dan pendidikan tinggi (SMA-PT). Menurut Wawan & Dewi (2010)⁽⁵⁾ bahwa pengetahuan sangat erat hubungannya dengan pendidikan, dimana diharapkan bahwa dengan pendidikan yang tinggi maka orang tersebut akan semakin luas pula pengetahuannya. Semakin banyak informasi yang didapat semakin banyak pula pengetahuan yang didapat tentang kesehatan. Pendidikan yang tinggi dapat menambah wawasan dan dapat meningkatkan pengetahuan seseorang. Seseorang yang berpendidikan rendah dapat mempersempit wawasan, sehingga dapat mempengaruhi pengetahuannya. Namun perlu ditekankan bahwa seseorang yang berpendidikan rendah tidak berarti mutlak berpengetahuan rendah.

Informasi yang didapat oleh seseorang dapat mempengaruhi pengetahuan yang dimilikinya. Semakin banyak informasi yang didapat semakin banyak pula pengetahuan yang didapat.⁽⁶⁾ Informasi akan memberikan pengaruh pada pengetahuan seseorang. Meskipun seseorang memiliki pendidikan yang rendah tetapi jika ia mendapatkan informasi yang baik dari berbagai media misalnya TV, radio, surat kabar, majalah, guru, teman sebaya atau orang tua maka hal itu akan dapat meningkatkan pengetahuan seseorang.

Status ekonomi dapat menentukan tersedianya suatu fasilitas yang diperlukan untuk kegiatan tertentu, sehingga status social ekonomi dapat mempengaruhi pengetahuan seseorang.⁽⁶⁾ Berdasarkan penggolongannya, Badan Pusat Statistik (2014)⁽⁷⁾ membedakan pendapatan menjadi 4 golongan adalah: golongan pendapatan sangat tinggi, adalah jika pendapatan rata-rata lebih dari Rp. 3.500.000,00 per bulan, golongan pendapatan tinggi adalah jika pendapatan rata-rata antara Rp. 2.500.000,00 – s/d Rp. 3.500.000,00 per bulan, golongan pendapatan sedang adalah jika pendapatan rata-rata antara Rp. 1.500.000,00 s/d Rp. 2.500.000,00 per bulan, dan golongan pendapatan rendah adalah jika pendapatan rata-rata 1.500.000,00 per bulan.

Perilaku adalah semua kegiatan atau aktivitas manusia, baik yang dapat diamati langsung atau tidak dapat diamati secara langsung oleh pihak luar.⁽⁶⁾ Pengetahuan merupakan faktor yang penting dalam menentukan perilaku seseorang, karena dari pengetahuan dapat menimbulkan perubahan kebiasaan masyarakat dan persepsi masyarakat. Meningkatnya pengetahuan seseorang dapat merubah persepsi seseorang dan merubah perilaku seseorang dari yang negatif menjadi yang positif, selain itu pengetahuan dapat menimbulkan kepercayaan.⁽⁵⁾

Personal hygiene saat menstruasi adalah tindakan untuk memelihara kesehatan dan kebersihan pada daerah kewanitaan pada saat menstruasi agar terhindar dari bakteri yang menyebabkan infeksi. Tujuan dari perawatan selama menstruasi adalah untuk pemeliharaan kebersihan dan kesehatan individu yang dilakukan selama masa menstruasi sehingga mendapatkan kesejahteraan fisik dan psikis serta dapat meningkatkan derajat kesehatan seseorang. Tujuan dilakukan *personal hygiene* adalah meningkatkan derajat kesehatan seseorang, memelihara kebersihan diri seseorang, memperbaiki *personal hygiene* yang kurang, mencegah suatu penyakit, meningkatkan rasa percaya diri, dan menciptakan keindahan.

Berdasarkan hasil penelitian terdahulu tentang pengetahuan remaja putri tentang *personal hygiene* saat menstruasi yang dilakukan penelitian Lianawati (2012)⁽⁹⁾, masih rendahnya (23,33%) pengetahuan remaja tentang *personal hygiene* saat menstruasi, maka penulis merumuskan masalah, “Bagaimana Gambaran Pengetahuan Remaja Kelas VII tentang *Personal Hygiene* Saat Menstruasi di SMPN 31 Kota Bekasi tahun 2018. Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui gambaran pengetahuan remaja kelas VII tentang *personal hygiene* saat menstruasi di SMPN 31 Kota Bekasi Tahun 2018.

METODE

Jenis penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif. Penelitian ini dilakukan di SMPN 31 Kota Bekasi yang terletak di Perumahan Taman Rahayu Regency, Jl. Pangkalan No. 8, Desa Ciketing Udik, Kelurahan Bantargebang, Kota Bekasi, Jawa Barat 17153. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Maret sampai dengan April 2018. Populasi penelitian adalah siswi kelas VII di SMPN 31 Kota Bekasi, dengan ukuran populasi 196 orang. Ukuran sampel dalam penelitian ini adalah 66 orang dengan kriteria inklusi yaitu: remaja kelas VII yang bersekolah di SMPN 31 Kota Bekasi dan remaja kelas VII yang sudah mengalami menstruasi. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *purposive sampling* yaitu berdasarkan pertimbangan tertentu yang dibuat oleh peneliti sendiri, berdasarkan ciri atau sifat dari populasi yang sudah diketahui sebelumnya.⁽⁶⁾ Cara pengambilan data dalam penelitian ini adalah dengan data primer melalui pegisian kuesioner yang dibuat oleh peneliti dengan *skala Guttman* dan diisi langsung oleh remaja putri. Data dianalisis secara deskriptif.

HASIL

Hasil penelitian mengenai pengetahuan remaja tentang *personal hygiene* saat menstruasi menunjukkan bahwa dari 66 responden sebagian besar remaja memiliki pengetahuan yang kurang yaitu 59.1% dan sebagian remaja memiliki pengetahuan baik sebesar 40.9%.

Tabel 1. Distribusi tingkat pengetahuan remaja kelas VII tentang *personal hygiene* saat menstruasi di SMPN 31 Kota Bekasi Tahun 2018 (n=66)

Pengetahuan	f	%
Baik	27	40.9
Kurang	39	59.1
Jumlah	66	100

Tabel 2 Distribusi pendidikan orang tua, penghasilan orang tua, keterpaparan informasi dan perilaku *hygiene* remaja di SMPN 31 Kota Bekasi Tahun 2018 (n=66)

No	Kategori	f	%
1	Pendidikan Orang Tua		
	• Pendidikan Tinggi (SMA-PT)	42	63.6
	• Pendidikan Rendah (SD-SMP)	24	36.4
	Total	66	100
2	Penghasilan Orang Tua		
	• > UMR	50	75.8
	• < UMR	16	24.2
	Total	66	100
3	Keterpaparan Informasi		
	• Pernah	60	90.9
	• Tidak Pernah	6	9.1
	Total	66	100
4	Perilaku <i>Hygiene</i> Remaja		
	• Baik	38	57.6
	• Kurang	28	42.4
	Total	66	100

Tabel 2 menggambarkan bahwa sebagian besar pendidikan orang tua remaja adalah pendidikan tinggi (SMA-PT) yaitu sebesar 63.6%, sedangkan penghasilan orang tua rata-rata diatas UMR sebesar 75.8%. Untuk keterpaparan informasi, sebagian besar remaja pernah terpapar informasi tentang *personal hygiene* saat menstruasi sebesar 90.9%. Berdasarkan perilaku *hygiene* remaja, sebagian besar remaja memiliki perilaku *hygiene* baik sebesar 57.6%.

Tabel 3. Distribusi tingkat pengetahuan remaja kelas VII tentang *personal hygiene* saat menstruasi berdasarkan pendidikan orang tua di SMPN 31 Kota Bekasi tahun 2018 (n=66)

No	Pendidikan orang tua	Tingkat pengetahuan					
		Baik		Kurang		Σ	%
		f	%	f	%		
1	Pendidikan Tinggi (SMA-PT)	16	38.1	26	61.9	42	100
2	Pendidikan Rendah (SD-SMP)	11	45.8	13	54.2	24	100
	Total	27	40.9	39	59.1	66	100

Penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar pendidikan orang tua remaja berpendidikan tinggi (SMA-PT) memiliki pengetahuan kurang sebesar 61.9 %.

Tabel 4. Distribusi pengetahuan remaja kelas VII tentang *personal hygiene* saat menstruasi berdasarkan penghasilan orang tua di SMPN 31 Kota Bekasi tahun 2018 (n=66)

No	Penghasilan orang tua	Tingkat pengetahuan					
		Baik		Kurang		Σ	%
		f	%	f	%		
1	≥ UMR	22	44	28	56	50	100
2	< UMR	5	31.2	11	68.8	16	100
	Total	27	40.9	39	59.1	66	100

Hasil penelitian menunjukkan bahwa orang tua remaja rata-rata berpenghasilan di atas UMR memiliki pengetahuan yang baik sebesar 44%.

Tabel 5. Distribusi pengetahuan remaja kelas VII tentang *personal hygiene* saat menstruasi berdasarkan keterpaparan informasi di SMPN 31 Kota Bekasi tahun 2018 (n=66)

No	Keterpaparan informasi	Tingkat pengetahuan					
		Baik		Kurang		Σ	%
		f	%	f	%		
1	Pernah	25	41.7	35	58.3	60	100
2	Tidak pernah	2	33.3	4	66.7	6	100
	Total	27	40.9	39	59.1	66	100

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar remaja yang pernah terpapar informasi memiliki pengetahuan baik sebesar 41.7%.

Tabel 6. Distribusi pengetahuan remaja kelas VII tentang *personal hygiene* saat menstruasi berdasarkan perilaku *hygiene* remaja di SMPN 31 Kota Bekasi tahun 2018 (n=66)

No	Perilaku <i>hygiene</i> remaja	Tingkat pengetahuan					
		Baik		Kurang		Σ	%
		f	%	f	%		
1	Baik	25	65.8	13	34.2	38	100
2	Kurang	2	7.1	26	92.9	28	100
	Total	27	40.9	39	59.1	66	100

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar remaja berperilaku *hygiene* baik memiliki pengetahuan yang baik sebesar 65.8%.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian mengenai pengetahuan remaja tentang *personal hygiene* saat menstruasi menunjukkan bahwa dari 66 responden sebagian besar remaja memiliki pengetahuan yang kurang. Hasil penelitian ini berbeda dengan penelitian terdahulu yang telah dilakukan oleh Lianawati (2012)⁽⁸⁾ yang berjudul Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang *Personal Hygiene* Saat Menstruasi Pada Siswi Kelas X SMA Islam Terpadu Al-Masyhur Pati didapatkan bahwa dari 35 responden yang memiliki pengetahuan kurang 10 % dan pengetahuan baik 23,33%. Menurut Notoatmodjo (2012)⁽⁶⁾, pengetahuan yaitu hasil dari tahu dan ini terjadi setelah seseorang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga. Ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi pengetahuan, yaitu: pendidikan, media massa/informasi, budaya, ekonomi, lingkungan, pengalaman, umur, dan pekerjaan. Apabila status ekonomi baik, tingkat pendidikan akan tinggi dan diiringi oleh peningkatan pengetahuan.

Sebagian besar pendidikan orang tua remaja berpendidikan tinggi (SMA-PT), sedangkan penghasilan orang tua rata-rata di atas UMR. Untuk keterpaparan informasi, sebagian besar remaja pernah terpapar informasi tentang *personal hygiene* saat menstruasi. Berdasarkan perilaku *hygiene* remaja, sebagian besar remaja memiliki perilaku *hygiene* baik sebesar 57.6%.

Penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar pendidikan orang tua remaja berpendidikan tinggi (SMA-PT) memiliki pengetahuan kurang sebesar 61,9 %. Hal ini tidak jauh berbeda dengan penelitian Indah (2012)⁽⁹⁾ yang mengatakan bahwa mayoritas pengetahuan rendah terdapat pada orang tua responden dengan pendidikan Perguruan Tinggi 35,19%, sedangkan pengetahuan yang tinggi terdapat pada orang tua responden dengan pendidikan perguruan tinggi 9,26%. Menurut penulis, pengetahuan yang kurang pada remaja dengan tingkat pendidikan orang tua di SMA dan Perguruan Tinggi patut dipertanyakan. Hal ini dapat disebabkan karena orang tua kurang menyadari pentingnya memberikan informasi dan pengetahuan kepada remaja. Motivasi yang kurang dalam keluarga untuk memberikan informasi bisa disebabkan karena kesibukan dalam pekerjaan orang tua, karena semakin tinggi pendidikan seseorang semakin pula kesulitan pekerjaan yang dihadapinya. Interaksi yang kurang dilakukan oleh orang tua dapat mempengaruhi seseorang dalam berfikir dan berperilaku, sehingga pengetahuan yang diterima remaja dari orang tua kurang maksimal.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa orang tua remaja rata-rata berpenghasilan di atas UMR memiliki pengetahuan yang baik sebesar 44%. Menurut penulis, orang tua yang mampu secara finansial dapat mendukung dan memfasilitasi anaknya dalam melakukan *personal hygiene*. Menurut Notoatmodjo (2012)⁽⁶⁾, status ekonomi dapat menentukan tersedianya suatu fasilitas yang diperlukan untuk kegiatan tertentu, sehingga status ekonomi dapat mempengaruhi pengetahuan seseorang. Menurut Roper (2002) dalam Rahman (2014)⁽¹⁰⁾, untuk melakukan *personal hygiene* yang baik membutuhkan sarana dan prasarana yang memadai, seperti kamar mandi, peralatan dan perlengkapan mandi yang cukup (misalnya seperti shampoo, sikat gigi, sabun, dan lain-lain). Semua perlengkapan tersebut membutuhkan biaya, dengan kata lain sumber keuangan individu dapat berpengaruh kepada kemampuan seseorang untuk mendapatkan *personal hygiene* yang baik. Namun menurut sebagian remaja, penghasilan orang tua yang lebih tidak mempengaruhi mereka dalam *personal hygiene* saat menstruasi.

Ada tidaknya informasi tentang kesehatan berpengaruh terhadap perubahan perilaku seseorang.⁽⁶⁾ Jika seseorang terpapar informasi secara terus-menerus maka kemungkinan orang tersebut akan paham secara benar mengenai informasi tersebut. Keterpaparan informasi yang dimaksud dalam penelitian ini adalah apakah responden pernah atau tidak pernah mendapat informasi tentang *personal hygiene*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar remaja yang pernah terpapar informasi memiliki pengetahuan baik sebesar 41,7%. Adanya informasi yang didapatkan oleh remaja dapat menentukan bagaimana pengetahuan remaja mengenai *personal hygiene* saat menstruasi. Semakin banyak informasi yang diberikan dengan jelas dan terpercaya akan meningkatkan pengetahuan. Hasil penelitian ini berbeda dengan penelitian Indah (2012)⁽⁹⁾ yang mengatakan pengetahuan tinggi di dapatkan dari informasi yang diperoleh teman sebesar 20%. Pengetahuan baik yang diperoleh remaja dapat disebabkan oleh pendidikan orangtua remaja yang berpendidikan tinggi (SMA-PT). Banyaknya informasi yang diterima remaja dari orang tua dapat mempengaruhi persentase informasi yang diterima remaja. Remaja yang banyak menerima informasi dari orang tua dan teman dapat menambah pengalaman dan pengetahuan yang dimilikinya. Hal ini menggambarkan secara tidak langsung tingkat pendidikan orang tua dan interaksi yang terus menerus dalam keluarga akan mempengaruhi pengetahuan remaja dalam hal kesehatan.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar remaja berperilaku *hygiene* baik memiliki pengetahuan yang baik sebesar 65,8%. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Rahman (2014)⁽¹⁰⁾, mengatakan bahwa sebagian besar siswi berperilaku *hygiene* baik memiliki pengetahuan yang baik sebesar 66,7%. Hal tersebut menunjukkan bahwa remaja yang berpengetahuan baik akan cenderung melakukan praktik *hygiene* yang sempurna. Remaja yang memiliki pengetahuan baik tentang *personal hygiene* akan mengerti bahwa mereka harus menjaga kebersihan area genitalia saat menstruasi. Perilaku *personal hygiene* yang baik meliputi membersihkan daerah kewanitaan menggunakan air bersih, membersihkan daerah vagina dari depan ke belakang, mengeringkan daerah kewanitaan dengan tissue atau kain bersih dan kering, segera mengganti pakaian dalam jika dirasa kotor, selalu mengganti pakaian dalam sehabis mandi. Pemakaian pakaian dalam sebaiknya dari bahan katun sehingga dapat menyerap keringat dan membiarkan kulit bernafas. Selain itu hindari menggunakan pakaian dalam yang terlalu ketat karena selain gerah juga bisa menyebabkan peredaran darah tidak lancar, sehingga kulit susah bernafas, lembab dan teriritasi. Menurut Wawan & Dewi (2010)⁽⁵⁾, pengetahuan merupakan faktor penting dalam menentukan perilaku seseorang, karena dari pengetahuan dapat menimbulkan perubahan kebiasaan dan persepsi masyarakat. Meningkatnya pengetahuan seseorang dapat merubah persepsi seseorang dan merubah perilaku seseorang dari yang negatif menjadi yang positif.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat ditarik simpulan bahwa tingkat pengetahuan remaja kelas VII tentang *personal hygiene* saat menstruasi di SMPN 31 Kota Bekasi Tahun 2018 yaitu: tingkat pengetahuan remaja

mengenai *personal hygiene* saat menstruasi sebagian besar memiliki pengetahuan kurang sebesar 59.1% dan sebesar 40.9% memiliki pengetahuan baik, sebagian besar orang tua remaja berpendidikan tinggi (SMA-PT) memiliki pengetahuan kurang sebesar 61.9%, orang tua remaja yang berpenghasilan diatas UMR memiliki pengetahuan yang baik sebesar 44%, remaja yang pernah terpapar informasi sebagian besar memiliki pengetahuan yang baik sebesar 41.7% dan remaja dengan perilaku *hygiene* baik memiliki pengetahuan yang baik sebesar 65.8%.

DAFTAR PUSTAKA

1. WHO. The World Health Report 2007-A Safer Future: Global Public Health Security in the 21st Century [Internet]. World Health Organization. 2007 [cited 2018 Feb 15]. Available from: <http://www.who.int/whr/2007/en/index.html>
2. Indrawati K. Upaya Meningkatkan Pengetahuan Tentang Kebersihan Organ Reproduksi Siswi Kelas VIII SMPN 10 Surabaya Melalui Metode Tutor Sebaya. E-Jurnal Dinas Pendidikan Kota Surabaya. 2012.
3. UNICEF. Menstrual Hygiene Management in Indonesia Understanding Practices, Determinants, and Impacts Among Adolescent School Girls [Internet]. Burnet. 2015 [cited 2018 Feb 15]. Available from: https://www.burnet.edu.au/system/asset/file/2034/2015_Menstrual_hygiene_management_Indonesia_FIN_AL_REPORT_February_2015_low_res.pdf
4. Arikunto S. Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik. Jakarta: Rineka Cipta; 2013.
5. Wawan A, Dewi M. Teori Pengukuran Pengetahuan Sikap dan Perilaku Manusia. Yogyakarta: Nuha Medika; 2010.
6. Notoatmodjo S. Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta; 2012.
7. BPS Jateng. Penduduk Berumur 10 tahun ke atas menurut golongan umur dan jenis kelamin tahun 2014 (Ribuan Orang) [Internet]. Badan Pusat Statistik Jawa Tengah. 2014 [cited 2018 Feb 15]. Available from: <https://jateng.bps.go.id/linkTableStatis/view/id/1039>
8. Lianawati I. Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Personal Hygiene Saat Menstruasi pada Siswi Kelas X SMA Islam Terpadu Al-Masyhur Pati Tahun 2012. Surakarta: STIKes Kusuma Husada; 2012.
9. Indah I. Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Tentang Perineal Hygiene di SMPIT As Salam Pasar Minggu. Jakarta: Universitas Indonesia; 2012.
10. Rahman N. Faktor yang berhubungan dengan perilaku personal hygiene saat menstruasi di SMP Muhammadiyah 5 Yogyakarta tahun 2014. Program studi bidang pendidik Jenjang DIV; 2014.