

Hubungan Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri tentang Personal Hygiene saat Menstruasi di SMK Kesehatan Keluarga Bunda Jambi

Desy Susanti¹ Ayu Mustika Handayani² Juliana Larasantika³

STIKES Keluarga Bunda Jambi Jl. Sultan Hasanuddin RT. 43 kel. Paal Merah

Email : desisusanti.081282@gmail.com

ABSTRAK

Tindakan untuk memelihara kesehatan dan upaya untuk menjaga kebersihan pada daerah kewanitaan saat menstruasi, perilaku tersebut mencakup menjaga kebersihan genetalia, seperti mencucinya dengan air bersih, mengganti celana dalam, sering mengganti pembalut selama 4 jam sekali, mandi 2 kali sehari. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pengetahuan dan sikap remaja putri tentang personal hygiene saat menstruasi di SMK Kesehatan Keluarga Bunda Jambi. Penelitian ini merupakan penelitian *analitik cross sectional*. Populasi penelitian ini adalah kelas XI di SMK Kesehatan Keluarga Bunda Jambi tahun 2020. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 39 orang yang diambil dengan teknik *accidental sampling*. Penelitian ini dilaksanakan di SMK Kesehatan Keluarga Bunda Jambi pada bulan juni-juli 2020. Data dianalisis secara univariat dan bivariat dengan menggunakan uji *chi square*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki pengetahuan baik sebanyak 23 responden (59%), memiliki sikap positif sebanyak 24 responden (61,5%) dan melakukan personal hygiene sebanyak 24 responden (61,5%). Ada hubungan pengetahuan remaja putri (p value = 0,006) dan sikap remaja putri (p value = 0,037) dengan personal hygiene karena nilai p -value <0,05. Dapat disimpulkan bahwa pengetahuan dan sikap mempengaruhi personal hygiene saat menstruasi. Untuk itu petugas kesehatan perlu meningkatkan pemberian informasi mengenai kesehatan khususnya personal hygiene saat menstruasi.

Kata Kunci : Pengetahuan, Sikap, Personal Hygiene

ABSTRACT

Actions to maintain health and efforts to maintain cleanliness in the female area during menstruation, these behaviors include maintaining genetic hygiene, such as washing them with clean water, changing underwear, frequently changing sanitary napkins for 4 hours, bathing 2 times a day. This study aims to determine the relationship between knowledge and attitudes of young women about personal hygiene during menstruation at the Vocational High School of Mother Health in Jambi. This research is a cross sectional analytic study. The population of this research is class XI at SMK Kesehatan Keluarga Bunda Jambi in 2020. The sample in this study were 39 people who were taken by accidental sampling technique. This research was conducted at the Family Health Vocational School of Mother Jambi in June-July 2020. The data were analyzed univariately and bivariately using the chi square test. The results showed that most respondents had good knowledge as many as 23 respondents (59%), had a positive attitude as many as 24 respondents (61.5%) and performed personal hygiene as many as 24 respondents (61.5%). There is a relationship between knowledge of young women (p value = 0.006) and attitudes of young women (p value = 0.037) with personal hygiene because the p -value <0.05. It can be concluded that knowledge and attitudes affect personal hygiene during menstruation. For this reason, health workers need to improve the provision of information about health, especially personal hygiene during menstruation.

Keywords: Knowledge, Attitude, Personal Hygiene

PENDAHULUAN

Kesehatan reproduksi adalah suatu keadaan sejahteraan fisik, mental dan sosial secara utuh, tidak semata-mata bebas dari penyakit atau kecacatan dalam semua hal yang berkaitan dengan sistem reproduksi, serta fungsi dan prosesnya¹. Masa remaja merupakan usia dimana individu berintegrasi dengan masyarakat dewasa, usia dimana anak tidak lagi merasa dibawah tingkat orang-orang yang lebih tua melainkan berada dalam tingkatan yang sama². Pertumbuhan dan perkembangan pada masa remaja sangat pesat, baik fisik maupun psikologis². Tanda-tanda remaja pada perempuan sudah mulai terjadinya menstruasi, sedangkan pada laki-laki sudah mulai mampu menghasilkan sperma².

Masa remaja disebut juga masa *adolescence* (tumbuh menjadi dewasa)³. Masa remaja ditandai oleh masa pubertas yaitu waktu seorang perempuan mampu mengalami konsepsi yaitu menstruasi/haid pertama, dan adanya mimpi basah pada anak laki-laki³. Pada masa tersebut remaja mengalami perkembangan seksual diantaranya, kematangan organ seksual mulai berfungsi, baik untuk reproduksi (menghasilkan keturunan) maupun rekreasi (mendapat kesenangan)³. Pada masa ini remaja diharapkan remaja mulai memperhatikan kesehatan diri (*personal hygiene*) terutama kesehatan reproduksi³.

Kebersihan merupakan hal yang sangat penting dan harus diperhatikan karena kebersihan akan mempengaruhi kesehatan dan perilaku seseorang, kebersihan perorangan atau *personal hygiene* adalah suatu tindakan untuk memelihara kebersihan dan kesehatan seseorang, untuk menjaga kesejahteraan fisik dan psikis⁴. Dengan pola hidup yang sehat, maka akan didapatkan remaja yang sehat jasmani dan rohani⁴.

Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO) tahun 2010⁵. Angka kejadian infeksi saluran reproduksi (ISR) tertinggi di dunia adalah pada usia remaja (35%-42%) dan dewasa muda (27%-33%)⁵. Angka prevalensi *candidiasis* (25%-50%)⁵. *Bacterial vaginosis* (20-40%) dan *trichomoniasis* (5-15%)⁵. Negara Indonesia memiliki iklim yang panas dan lembab, sehingga wanita Indonesia lebih rentan

mengalami ISR, berdasarkan data statistik di Indonesia tahun 2012 dari 43,3 juta jiwa remaja putri berusia 10-14 tahun berperilaku *hygiene* sangat buruk⁵.

Menurut Badan Pusat Statistik (BPS) *personal hygiene* yang kurang pada saat menstruasi, serta penggunaan pembalut yang tidak sehat merupakan penyebab utama dari penyakit Infeksi Saluran Reproduksi (ISR)⁶. Oleh karena itu kebersihan daerah genitalia harus lebih dijaga karena kuman mudah sekali masuk dan dapat menimbulkan penyakit pada saluran reproduksi⁶.

Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti tertarik untuk mengadakan penelitian dengan judul "Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Tentang Personal Hygiene Saat Menstruasi Di SMK Kesehatan Keluarga Bunda Jambi".

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian *analitik cross sectional*. Populasi adalah keseluruhan objek penelitian. Berdasarkan penelitian ini dapat disimpulkan bahwa populasi yang dimaksud dalam penelitian ini adalah semua remaja putri kelas , XI di SMK kesehatan keluarga bunda jambi berjumlah 39 siswa. Sampel adalah objek yang diteliti dan menganggap sebagian dari jumlah karakteristik yang dimiliki oleh populasi. Sampel dalam penelitian ini adalah remaja putri di SMK Kesehatan Keluarga Bunda Jambi yang berjumlah 39 siswi. Penelitian ini memiliki dua variabel yaitu variabel independen (pengetahuan dan sikap) dan variabel dependen (personal hygiene saat menstruasi). Penelitian ini dilaksanakan di SMK Kesehatan Keluarga Bunda Jambi pada bulan juni-juli 2020.

Data dianalisis secara univariat dan bivariat dengan menggunakan uji *chi square*. dengan menggunakan derajat kepercayaan 95%. Pada penelitian ini didapatkan nilai *p-value* < 0,05 berarti terdapat hubungan antara variabel independen yang artinya terdapat hubungan pengetahuan dan sikap remaja putri tentang personal hygiene saat menstruasi di SMK Kesehatan Keluarga Bunda Jamb. dan apabila nilai *P-Value* > alpha (0,05) maka dinyatakan tidak ada hubungan yang bermakna antara variabel dependen dengan variabel independen.

HASIL PENELITIAN

Hasil analisis dengan tujuan penelitian yaitu untuk mengetahui hubungan pengetahuan dan sikap remaja putri tentang personal hygiene saat menstruasi di SMK Kesehatan Keluarga Bunda Jambi. Maka setelah mengadakan penelitian pada bulan Mei tahun 2020.

Analisis dari penelitian ini dilakukan dengan analisis univariat dan bivariat.

Tabel 1
Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Tentang Personal Hygiene Saat Menstruasi

No	Pengetahuan	f	%
1	Baik	23	59
2	Cukup	13	33.3
3	Kurang	3	7.7
Total		39	100%

Sumber : SPSS2016

Berdasarkan table 1 diketahui bahwa sebanyak 23 responden (59%) mempunyai pengetahuan baik, sebanyak 13 responden (33,3%) mempunyai pengetahuan cukup dan sebanyak 3 responden (7,7%) mempunyai pengetahuan kurang tentang personal hygiene saat menstruasi.

Table 4
Distribusi Frekuensi Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Personal Hygiene Saat Menstruasi Di SMK Kesehatan Keluarga Bunda Jambi

No	Pengetahuan remaja putri	Personal hygiene				N	%	Nilai OR	P-value
		Tidak		Iya					
		n	%	n	%				
1	Kurang	3	100	0	0	3	100		
2	Cukup	6	46.2	7	53.8	13	100	-	0,037
3	Baik	6	26.1	17	73.9	23	100		
Jumlah		15	38.5	24	61.5	39	100		

Sumber : SPSS 2016

Berdasarkan tabel di atas diketahui bahwa diketahui bahwa dari 3 responden dengan pengetahuan kurang sebanyak 3 responden (100%) melakukan personal hygiene. Dari 13 responden dengan pengetahuan baik sebanyak 6 responden (46,2%) tidak melakukan personal hygiene dan sebanyak 7 responden (53,8%) melakukan personal hygiene. Sedangkan dari 23 responden dengan pengetahuan baik sebanyak 6 responden (26,1%) tidak melakukan personal

Table 2
Gambaran Sikap Remaja Putri Tentang Personal Hygiene Saat Menstruasi

No	Sikap	f	%
1	Positif	24	61.5
2	Negatif	15	38.5
Total		39	100%

Sumber : SPSS 2016

Berdasarkan table 2 diketahui bahwa sebanyak 24 responden (61,5%) mempunyai sikap positif dan sebanyak 15 responden (38,5%) mempunyai sikap negatif.

Table 3
Gambaran Personal Hygiene Saat Menstruasi

No	Personal Hygiene	f	%
1	Iya	24	61.5
2	Tidak	15	38.5
Total		39	100%

Sumber : SPSS 2016

Berdasarkan table 3 diketahui bahwa sebanyak 24 responden (61,5%) melakukan personal hygiene dan sebanyak 15 responden (38,5%) tidak melakukan personal hygiene.

hygiene dan sebanyak 17 responden (73,9%) melakukan personal hygiene.

Setelah dianalisis dengan menggunakan uji statistik *chi-square* ternyata ditetapkan nilai $p = 0,037$ ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan pengetahuan remaja putri tentang personal hygiene saat menstruasi di SMK kesehatan keluarga bunda jambi. Dari hasil uji chi square tersebut diketahui nilai OR tidak dapat dihitung karena tidak menggunakan tabel 2x2.

Table 5
Distribusi Frekuensi Hubungan Sikap Remaja Putri Tentang Personal Hygiene Saat Menstruasi Di SMK Kesehatan Keluarga Bunda Jambi

No	Sikap remaja putri	Personal hygiene				Nilai OR	P-value
		Tidak		Iya			
		n	%	n	%		
1	Negatif	10	66.7	5	33.3	15	100
2	Positif	5	20.8	19	79.2	24	100
	Jumlah	15	38.5	24	61.5	39	100

Sumber : SPSS 2016

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa dari 15 responden dengan sikap negatif sebanyak 10 responden (66,7%) tidak melakukan personal hygiene dan sebanyak 5 responden (33,3%) melakukan personal hygiene sedangkan dari 24 responden dengan sikap positif sebanyak 5 responden (20,8%) tidak melakukan personal hygiene dan sebanyak 19 responden (78,2%) melakukan personal hygiene.

Setelah dianalisis dengan menggunakan uji statistik *chi-square* ternyata ditetapkan nilai $p = 0,006$ ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan sikap remaja putri tentang personal hygiene saat menstruasi di SMK kesehatan keluarga bunda jambi. Dari hasil uji chi square tersebut diketahui nilai OR = 7,600, dimana < 1 sikap memiliki peluang risiko 7,600 kali terhadap personal hygiene saat menstruasi.

PEMBAHASAN

Gambaran pengetahuan remaja putri tentang personal hygiene saat menstruasi di smk kesehatan keluarga bunda jambi

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa sebanyak 23 responden (59%) mempunyai pengetahuan baik, sebanyak 13 responden (33,3%) mempunyai pengetahuan cukup dan sebanyak 3 responden (7,7%) mempunyai pengetahuan kurang tentang personal hygiene.

Menurut teori bahwa pengetahuan merupakan hasil dari tahu untuk terbentuknya tindakan seseorang yang mencakup kemampuan kognitif, efektif dan psikomotorik⁷. Pengetahuan yang dilihat dari kemampuan kognitif seseorang mencakup kemampuan untuk mengetahui, memahami, mengaplikasi, menganalisis, dan mengevaluasi suatu hal⁷. Dan untuk tingkatan tahu diukur dengan cara menyebutkan, menguraikan,

mendefinisikan dan menyatakan⁷. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui pendidikan, pengalaman, sendiri maupun pengalaman yang didapat dari orang lain, sehingga pengetahuan sangat penting untuk membentuk perilaku seseorang⁷.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Guspita Risqi dengan judul penelitian gambaran tingkat pengetahuan remaja tentang perubahan fisik pubertas pada siswi-siswi sekolah dasar kelas VI di kecamatan puring kabupaten kebumen tahun 2011, hasil penelitian menunjukkan bahwa gambaran pengetahuan remaja tentang perubahan pubertas presentasi terbesar adalah dengan pengetahuan kurang (56,1%)⁸.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden dalam kategori baik, sedangkan sebagian kecil responden memiliki pengetahuan dalam kategori cukup dan kurang untuk itu, perlu dilakukan beberapa upaya untuk meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang personal hygiene saat menstruasi dengan melakukan penyuluhan kesehatan serta brosur-brosur mengenai personal hygiene saat menstruasi sehingga remaja putri yang belum terpapar informasi, mendapatkan wawasan dan pengetahuan baru mengenai personal hygien saat menstruasi sedangkan remaja lainnya dapat menambah pengetahuan yang telah dimiliki.

Gambaran Sikap Remaja Putri Tentang Personal Hygiene Saat Menstruasi Di SMK Kesehatan Keluarga Bunda Jambi

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa sebanyak 24 responden (61,5%) mempunyai sikap positif dan sebanyak 15 responden (38,5%) mempunyai sikap negatif.

Menurut teori sikap adalah juga respon tertutup seseorang terhadap stimulasi atau objek tertentu, yang sudah melibatkan faktor

pendapat dan emosi yang bersangkutan senang tidak senang⁷. Jadi jelas disini dikatakan bahwa sikap itu suatu sindroma atau kumpulan gejala dalam merespon stimulasi atau objek, sehingga sikap itu melibatkan pikiran, perasaan, perhatian, dan gejala kejiwaan yang lain⁷.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sri Wahyuni yaitu sebagian besar responden memiliki sikap positif sebanyak 24 responden (71%) dan sebagian kecil memiliki sikap negatif sebanyak 10 responden (29%)⁹.

Hasil penelitian diatas menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki sikap yang positif terhadap personal hygiene, sedangkan sebagian kecil responden masih memiliki sikap negatif. Untuk itu perlu dilakukan beberapa upaya untuk meningkatkan sikap responden terhadap personal hygiene saat menstruasi dengan mengadakan penyuluhan serta memberikan informasi kepada remaja putri untuk meningkatkan sikap negatif menjadi positif yaitu dengan menambahkan wawasan serta pengetahuan remaja tentang personal hygiene saat menstruasi.

Gambaran Personal Hygiene Saat Menstruasi Di SMK Kesehatan Keluarga Bunda Jambi

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa sebanyak 24 responden (61,5%) melakukan personal hygiene dan sebanyak 15 responden (38,5%) tidak melakukan personal hygiene.

Personal hygiene adalah usaha yang dilakukan oleh individu untuk menjaga kebersihan pribadinya agar terhindar dari penyakitnya¹. Personal hygiene atau kebersihan perseorangan perlu diimplementasikan atau diaplikasikan pada diri pribadi serta keluarga agar terhindar dari penyakit atau produktifitas diri kita¹.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sri Wahyuni, yang menunjukkan bahwa responden yang melakukan personal hygiene benar sebanyak 23 responden (45,1%) dan yang melakukan personal hygiene salah sebanyak 28 orang responden (54,9%) yang mendominasi pada kategori ini adalah responden yang melakukan personal hygiene yang salah saat menstruasi⁹.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden telah

melakukan personal hygiene, sedangkan sebagian kecil responden tidak melakukan personal hygiene. Untuk itu, perlu dilakukan beberapa upaya yang dapat dilakukan untuk mencegah terjadinya infeksi yang disebabkan karena tidak melakukan personal hygiene, dengan memberikan informasi sejak dini pada saat melakukan penyuluhan, serta mencari informasi seputar personal hygiene saat menstruasi.

Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Personal Hygiene Saat Menstruasi Di SMK Kesehatan Keluarga Bunda Jambi

Hasil uji statistik *chi-square* ternyata ditetapkan nilai $p = 0,037$ ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan pengetahuan remaja putri tentang personal hygiene saat menstruasi di smk kesehatan keluarga bunda jambi.

Pengetahuan merupakan hal yang penting, pengetahuan bisa didapatkan karena pengalaman terdahulu atau informasi yang didapatkan dari orang lain⁷. Jika pengetahuan yang dimiliki tidak mencukupi maka akan berakibat tidak baik untuk kesehatan⁷. Personal hygiene memerlukan pengetahuan yang cukup saat menstruasi untuk mencapai tingkat kesembuhan yang baik serta terhindar dari infeksi yang menyebabkan kematian⁷.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sri Wahyuni yang menunjukkan tingkat signifikansi atau p-value sebesar 0,001, nilai tersebut secara statistik bermakna ($p < 0,005$), hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan antara pengetahuan remaja putri tentang personal hygiene saat menstruasi⁹.

Hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara pengetahuan dengan personal hygiene saat menstruasi. Hal ini terlihat dari sebagian besar responden dengan pengetahuan baik melakukan personal hygiene, sebaliknya sebagian kecil responden dengan pengetahuan kurang tidak melakukan personal hygiene.

Oleh karena itu, dapat dilakukan beberapa upaya untuk meningkatkan pengetahuan personal hygiene hendaknya dilakukan dengan pemberian informasi melalui brosur, spanduk dan pendidikan kesehatan tentang personal hygiene saat menstruasi, menjelaskan dengan menggunakan bahasa yang mudah dimengerti agar remaja putri dapat memahami dengan baik dan juga dengan

cara memberikan brosur, leaflet dan melakukan diskusi bersama remaja putri. Selain itu diharapkan remaja putri untuk aktif mencari informasi tentang personal hygiene saat menstruasi agar menambah pengetahuan remaja putri yang kurang baik. Jika hanya pasif saja, maka akan berdampak kurang baik pada tingkat pengetahuan mereka. Bagi remaja putri yang telah mempunyai pengetahuan yang baik, harus selalu dipertahankan dan diingat materi-materi mengenai personal hygiene saat menstruasi yang telah diberikan sebelumnya.

Hubungan Sikap Remaja Putri Tentang Personal Hygiene Saat Menstruasi Di SMK Kesehatan Keluarga Bunda Jambi

Hasil uji statistik *chi square* ternyata ditetapkan nilai $p = 0,006$ ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan sikap remaja putri tentang personal hygiene saat menstruasi di SMK kesehatan keluarga bunda jambi.

Menurut teori sikap remaja putri tentang personal hygiene yang baik mempunyai pengaruh besar terhadap peningkatan status kesehatan genetalia, sedangkan sikap remaja putri yang kurang baik dapat menyebabkan kegagalan dalam peningkatan status kesehatan genetalia⁷.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sri Wahyuni yang menunjukkan hasil analisis dengan menggunakan uji *chi square* didapatkan nilai p -value sebesar $0,03 < \alpha$ $0,05$ dapat diketahui bahwa hipotesa yaitu H_0 ditolak yang berarti terdapat hubungan sikap remaja putri dengan personal hygiene saat menstruasi⁹. Hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara sikap remaja putri dengan personal hygiene saat menstruasi⁹.

Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan antara sikap remaja putri tentang personal hygiene saat menstruasi. Hal ini terlihat bahwa sebagian besar responden dengan sikap positif melakukan personal hygiene. Sebaliknya beberapa responden dengan sikap negatif tidak melakukan personal hygiene.

Oleh karena itu upaya yang harus dilakukan untuk membentuk sikap responden yang positif adalah dengan meningkatkan

pengetahuan sebagai dasar seseorang dalam bersikap, belajar dari pengalaman sebelumnya, serta bimbingan, pantauan dan konseling dari petugas kesehatan dari remaja untuk bersikap positif dalam personal hygiene saat menstruasi.

KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan didapatkan hasil bahwa sebagai besar responden memiliki pengetahuan baik sebanyak 23 responden (59%), sebagian besar responden memiliki sikap positif sebanyak 24 responden (61,5%), sebagian besar responden melakukan personal hygiene sebanyak 24 responden (61,5%) dan terdapat hubungan sikap remaja putri tentang personal hygiene dengan p -value $0,006 < 0,05$ dengan nilai $OR = 7,600$, dimana > 1 artinya sikap memiliki peluang risiko 7,600 kali terhadap personal hygiene. Terdapat hubungan pengetahuan remaja putri tentang personal hygiene dengan p -value $0,037 < 0,05$ dengan nilai OR tidak dapat dihitung karena tidak menggunakan tabel 2×2 .

SARAN

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai landasan untuk penelitian sejenis selanjutnya yang berkaitan dengan personal hygiene saat menstruasi dan sebagai bahan masukan dalam memberikan informasi kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan responden dalam mendukung pemberian imunisasi dasar

DAFTAR PUSTAKA

1. Ayu Mirna 2013. Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Perilaku Kesehatan Reproduksi Pada Remaja Putri Di Sma 5 Banda Aceh . KTI. Banda Aceh: Program Studi DIII Kebidanan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan U'budiyah. 2013. Diakses Tanggal 19 Maret 2020
2. Proverawati 2010. Menarche; Menstruasi Pertama Penuh Makna. Yogyakarta: Nuha Medika
3. Mareta, Budi, Siti. (2012). Jurnal Kebidanan. Hubungan Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Personal Higiene Dengan Tindakan

- Pencegahan Keputihan di SMA Negri 9 Semarang.
4. Novita Dan Fransisca 2011. Promosi Kesehatan Dalam Pelayanan Kebidanan. Jakarta Selatan: Selemba Medika.
 5. WHO. The World Health Report. 2010. Safer Future: Global Public Health Security in the 21st Century [Internet]. World Health Organization. 2010 [cited 2018 Feb 15]. Available from: <http://www.who.int/whr/2010/en/index.html>
 6. Departemen Kesehatan Republik Indonesia. (2014). Hygiene Tenaga Penjamah. Jakarta:Departemen Kesehatan Republik Indonesia;
 7. Notoadmojo, 2010. Promosi Kesehatan Dan Ilmu Perilaku.
 8. Guspita Risqi .(2011). "gambaran Tingkat Pengetahuan Remaja Tentang Perubahan Fisik Pubertas Pada Siswi-Siswi Sekolah Dasar Kelas VI di Kecamatan Puring Kabupaten Kebumen".
 9. Sri Wahyuni. (2015). Hubungan sikap dan pengetahuan remaja putri tentang personal hygiene saat menstruasi. Jurnal Mahasiswa PSPD FK Universitas Tanjungpura, 3(1).