

Hubungan *Personal Hygiene* Genitalia dengan Kejadian Keputihan

Husna

Prodi. DIII Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Dharmas Indonesia;
husna290189@gmail.com

ABSTRACT

Vaginal discharge often occurs in women, including teenagers. Teenagers who do not maintain the cleanliness of the genital area are at risk of experiencing genital problems such as vaginal discharge. The purpose of this study was to determine the relationship of personal genital hygiene with the incidence of vaginal discharge in female students of Aliyah Pondok Pesantren Ulul Albab Koto Baru, Dharmasraya Regency. While the method used in this research is using the analytical survey method and using cross-sectional. The sampling method is using a total sampling of 44 respondents. The results obtained using the chi-square test obtained p-value = 0.034 < 0.05. There is a significant relationship between genital personal hygiene and the incidence of vaginal discharge.

Keywords: *personal hygiene; genitalia; leucorrhoea.*

ABSTRAK

Keputihan sering terjadi pada wanita termasuk remaja. Remaja yang kurang menjaga kebersihan area kewanitaan berisiko mengalami masalah genitalia seperti keputihan. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan personal hygiene genitalia dengan kejadian keputihan pada siswi Aliyah Pondok Pesantren Ulul Albab Koto Baru Kabupaten Dharmasraya. Sedangkan metode yang digunakan dalam Penelitian ini yaitu menggunakan metode survey analitik dan menggunakan cross sectional. Cara pengambilan sample yaitu menggunakan total sampling sebanyak 44 responden. Didapatkan hasil penelitian dengan menggunakan uji chi-square diperoleh nilai p-value = 0,034 < 0,05. Ada hubungan yang bermakna antara personal hygiene Genitalia dengan kejadian keputihan.

Kata kunci: personal hygiene; genitalia; keputihan.

PENDAHULUAN

Latar Belakang

Normalnya keputihan dapat terjadi pada setiap perempuan yang masih mengalami haid/ menstruasi. Penyebab keputihan pada wanita bisa terjadi karena badan yang letih, terjadi alergi pada pakaian dalam, alergi pada makanan bisa juga sebagian dari gejala premenstrual. Penderita keputihan kadang tidak mau mengutarakan keadaan penyakitnya sehingga tidak datang berobat dan membiarkannya sampai gejalanya lebih parah atau mengobati dengan cara yang kurang benar (Pudiastuti & Ratna Dewi, 2010)

Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO) menyebutkan, angka prevalensi tahun 2006, 25% - 50% candidiasis, 20%–40% bacterial vaginosis dan 5%–15% trichomoniasis. Penyebab utama keputihan patologis ialah infeksi (jamur, kuman, parasit dan virus). Menurut *World Health Organization* (WHO) masa remaja merupakan salah satu masa peralihan atau perubahan dimana terjadi masa kanak-kanak ke masa dewasa, seperti berubahnya bentuk fisik, mental serta identitas usia dewasa, serta perubahan sosial ekonomi, karena dimasa ini remaja, mengalami kenaikan yang masimal atau puncaknya pada remaja serta remaja juga mengalami fase ketidakstabilan emosi. Sehingga perubahan yang terjadi dengan cepat, dan yang paling penting yang berkaitan dengan organ reproduksi. (Aulia, 2012).

Sedangkan menurut *World Health Organization* (WHO) yaitu kasus sehatnya perempuan secara reproduksi telah mencapai angka 33% dari jumlah keseluruhan beban penyakit yang dialami oleh para perempuan di dunia, dan salah satunya adalah keputihan, dan tiga perempuan di dunia juga pernah ada mengalami keputihan sedikitnya terjadi satu kali dalam kehidupannya (Bahari, 2012).

Berdasarkan hasil penelitian Kesehatan reproduksi pada wanita di Indonesia terlihat data bahwa 75% perempuan mengalami/menderita keputihan sedikitnya satu kali dalam kehidupannya, sedangkan 45% dari bagannya bisa mengalami keputihan sejumlah dua kali bisa juga lebih, penyebab lain dari keputihan pada wanita yaitu menggunakan celana yang tidak longgar atau ketat yang terbuat dari bahan yang tidak menyerap atau sintesis (Pribakti, 2012).

Berdasarkan laporan data statistik di Indonesia pada tahun 2012 didapatkan dari 43,3 juta jiwa remaja berusia 15-24 tahun di Indonesia memiliki tingkah laku yang tidak sehat, karena disebabkan oleh pengaruh lingkungan. Terdapat sebanyak 23 juta remaja di Indonesia atau 83,3% pernah melakukan hubungan seksual, hal ini termasuk penyebab dari kejadian keputihan pada remaja. Tingkah laku remaja terkait hubungan seksual diperoleh data yang dilakukan oleh laki-laki sebanyak 80%, sedangkan pada perempuan sebanyak 70% dan 20% mempunyai lebih dari satu pasangan.

Perempuan di Eropa yang mengalami keputihan hanya didapat 25% saja. Sedangkan jumlah ini sangat jauh berbeda dengan yang terjadi di Indonesia, di mana persentase perempuan Indonesia yang pernah mengalami keputihan sangat besar. Sekitar 75% dari 118 juta perempuan di Indonesia pernah menderita kejadian keputihan dalam kehidupannya, paling tidak satu kali. Di Indonesia perempuan yang mengalami keputihan disebabkan keadaan cuaca di Indonesia yang lembab, berbeda dengan cuaca kering yang ada di Eropa sehingga perempuan di Eropa tidaklah mudah terinfeksi jamur yang mengakibatkan keputihan (Hurlock, 2011).

Menurut informasi tentang kesehatan remaja dalam Survei Kesehatan Reproduksi Remaja Indonesia (SKRRI) pada tahun 2010 menyatakan bahwasanya perempuan yang lebih rentan dapat mengalami kejadian keputihan yaitu perempuan yang berumur 15 hingga 24 tahun. Tanda dan gejala keputihan juga disertai rasa gatal, bau tidak sedap ini sering terjadi pada remaja putri yaitu kurun waktu setahun terakhir menunjukkan remaja tersebut cukup banyak mengalaminya sebesar 31,8%. Ini memperlihatkan perempuan pada usia remaja dapat mengalami kejadian keputihan yang patologis. Namun kejadian kasus keputihan inilah harus dengan cepat ditanggapi dan dilakukan penanganan, sebab apabila tidak dilakukan penanganan dengan cepat dan dalam waktu dekat akan mudah terjadi komplikasi seperti terjadinya kemandulan atau infertilitas, peradangan penyakit pada panggul dan penyakit seksual yang menular seperti klamidia. Oleh sebab itu kejadian keputihan disebut sebagai masalah kesehatan pada reproduksi yang sering terjadi pada remaja (Kusmiran, 2011).

Data provinsi Sumatera Barat terdapat jumlah penduduk remaja usia >15 tahun terdapat jumlah laki-laki 806,562 dan perempuan terdapat 774,753, jadi total remaja di provinsi Sumatera Barat 1.581.315. Pencegahan yang dapat dilakukan adalah menjaga kebersihan pada alat genitalia, serta selalu mencuci pada daerah kewanitaan menggunakan sabun kewanitaan baik saat melakukan buang air kecil maupun besar, serta pakai dalam yang berbahan katun, dan jangan pakai dalaman yang ketat. Kemudian lakukan *personal hygiene* secara tepat dan benar mulai dari area depan dilanjutkan hingga kebelakang supaya kotoran yang terdapat dari anus tidak sampai ke vagina. Tidak menggunakan sabun yang tercampur parfum, usahakan bagian kewanitaan agar tetap kering dan tidak lembab karena mampu meminimilisir pertumbuhan bakteri ataupun jamur, oleh karena itu selalu dilakukan pengeringan daerah kewanitaan dengan menggunakan tisu ataupun handuk yang bersih (Salika, 2010).

Berdasarkan survei awal yang peneliti lakukan di pondok pesantren Ulul Albab Koto Baru, pada tanggal 11 Januari 2018 melalui wawancara kepada 10 siswi, didapatkan 3 siswi yang mengeringkan alat reproduksi genitalia setelah membuang air kecil, 7 siswi yang tidak melakukan pengeringan alat genitalia setelah membuang air kecil. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan peneliti maka dapat disimpulkan bahwa masih kurangnya pemahaman siswi tentang pentingnya melakukan *personal hygiene*. Sehingga tenaga kesehatan perlu melakukan kerja sama dengan instansi kesehatan dan sekolah mengadakan kegiatan sosialisasi agar dapat meningkatkan atau pemahaman pengetahuan remaja putri tentang pentingnya melakukan *personal hygiene* supaya terhindar dari keputihan.

Berdasarkan paparan di atas maka penulis tertarik melakukan penelitian dengan judul “Hubungan *personal hygiene*, genitalia dengan kejadian keputihan di Pondok Pesantren Ulul Albab Koto Baru”.

Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui adakah keterkaitan *personal hygiene* genitalia dengan kejadian keputihan pada siswi Aliyah Pondok Pesantren Ulul Albab Koto Baru Kabupaten Dharmasraya.

METODE

Penelitian ini memakai metode *cross sectional* yaitu design penelitian yang mencari hubungan antara variabel independen yaitu *personal hygiene* dengan variabel dependen yaitu keputihan. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Juli 2018. Sedangkan tempat penelitian ini dilaksanakan di Pondok Pesantren Ulul Albab Koto Baru Kabupaten Dharmasraya. Populasi penelitian merupakan keseluruhan responden penelitian yang akan diteliti (Notoadmodjo, 2012). Yang sebagai populasi pada penelitian ini merupakan semua remaja putri Aliyah kelas X, XI & XII Pondok Pesantren Ulul Albab Koto Baru Dharmasraya. Jumlah populasi pada penelitian ini merupakan 44 responden. Sampel merupakan sebagian yang dari populasi yang diteliti (Notoadmodjo, 2012) Variabel atau subjek dalam penelitian adalah hal yang dapat diukur atau ciri yang dimiliki oleh anggota-anggota suatu kelompok yang berbeda dengan yang dimiliki oleh kelompok yang lain (Notoadmodjo, 2012). Variabel independen merupakan variabel yang memengaruhi variabel dependen. Dalam penelitian ini *personal hygiene*

genitalia pada siswi sebagai variabel bebas. Variabel dependen variabel akibat dari variabel independen dalam penelitian ini kejadian keputihan.

HASIL

Analisis Univariat

Tabel 1. Distribusi frekuensi *personal hygiene* genitalia

<i>Personal Hygiene</i> Genitalia	F	%
Melakukan	14	31,8
Tidak melakukan	30	68,2
Jumlah	44	100,0

Berdasarkan data pada tabel 1 dapat disimpulkan sebagian besar siswi Aliyah Pondok Pesantren Ulul Albab Koto Baru Dharmasraya yang tidak melakukan *personal hygiene* sebanyak 30 responden (68,2%).

Tabel 2. Distribusi frekuensi kejadian keputihan

Kejadian Keputihan	F	%
Terjadi	30	68,2
Tidak terjadi	14	31,8
Jumlah	44	100,0

Berdasarkan data pada tabel 2 dapat disimpulkan terdapat sebagian besar siswi Aliyah Pondok Pesantren Ulul Albab Koto Baru Dharmasraya mengalami keputihan sebanyak 30 responden (68,2%).

Analisis Bivariat

Tabel 3. Hubungan *personal hygiene* genitalia dengan kejadian keputihan

<i>Personal Hygiene</i> Genitalia	Kejadian Keputihan				Total		<i>p-value</i>
	Ya		Tidak		F	%	
	F	%	F	%	F	%	
Ya	6	42,9	8	57,1	30	100	0,034
Tidak	23	76,7	7	23,3	14	100	
Jumlah	29	65,9	15	34,1	44	100	

Berdasarkan data tabel 3 dapat dilihat bahwa kejadian keputihan terjadi hampir seluruhnya pada kelompok siswi yang tidak melakukan *personal hygiene* Genitalia sebanyak 23 (76,7 %). Adapun hasil uji *chi square* diperoleh nilai *p-value* = 0,034 < 0,05 artinya ada hubungan yang bermakna antara *personal hygiene* Genitalia dengan kejadian keputihan.

PEMBAHASAN

Menurut data yang diperoleh pada tabel 1 menunjukkan bahwa hasil responden siswi Aliyah Pondok Pesantren Ulul Albab Koto Baru Dharmasraya sebagian besar yang tidak melakukan *personal hygiene* Genitalia sebanyak 30 orang (68,2%). Kegiatan melakukan atau merawat diri atau disebut juga dengan *personal hygiene* pada alat kemaluan yang dimaksud sebagai bentuk melakukan perawatan diri pada organ reproduksi bagian eksterna antara lain bagian *mons veneris* yang terletak di bagian depan simpisis pubis. Bagian yang terlihat besar yang membentuk daerah vulva disebut juga labia mayora, labia bagian minora yang merupakan bagian dua lipatan berukuran kecil diantara atas bagian labia mayora, klitoris merupakan arean seperti sebuah jaringan erektil yang mirip dengan penis laki-laki, kemudian ada juga bagian yang terkait di area sekitar seperti bagian uretra, bagian vagina, bagian perineum, dan bagian anus. *Vulva hygiene* merupakan tindakan keperawatan pada pasien yang tidak mampu membersihkan vulva sendiri. Tujuannya untuk mencegah terjadinya infeksi pada vulva dan menjaga kebersihan vulva (Hidayat, 2012).

Bagi perempuan sangatlah penting untuk melakukan proses perawatan organ reproduksi, hal ini juga penting untuk dilakukan oleh seorang laki-laki. Jika tidak dirawat dengan baik/benar, maka dapat menyebabkan dalam berbagai macam dampak atau akibat yang dapat merugikan, misalnya penyakit yang dapat menular dari daerah seksual atau disingkat dengan PMS, terjadi infeksi, serta terjadinya penyakit lain. Upaya memelihara, merawat dan mencegah untuk organ reproduksi perempuan dan laki-laki dapat dilakukan menurut tuntutan agama, budaya, maupun medis dan disesuaikan berdasarkan jenis kelamin, tetapi ada juga yang bersifat umum. Upaya memelihara, merawat dan mencegah dapat dilakukan dengan cara: tidak memasukkan benda asing ke dalam vagina, menggunakan celana dalam yang menyerap keringat, menggunakan celana yang longgar, pemakaian pembilas vagina secukupnya, mengganti pakaian dalam seperti celana dalam sesuai kebutuhan, membersihkan daerah kewanitaan atau genitalia dengan dimulai dari area depan sampai ke area belakang, mencukur area kewanitaan. Apabila area kewanitaan tidak dibersihkan secara rutin dan benar akan menimbulkan ketidaknyamanan dan dapat menyebabkan kejadian keputihan. Keputihan juga bisa timbul karena pengobatan hormonal, celana yang tidak menyerap keringat, dan penyakit menular seksual. Keputihan abnormal berwarna putih, hijau, atau kuning, berbau, sangat gatal, atau disertai nyeri perut bagian bawah. Apabila menggunakan *closet* umum siramlah terlebih dahulu tempat duduk *closet* dan keringkan menggunakan tisu toilet (Wulandari, 2011).

Menurut data penelitian yang dilakukan seperti yang ditampilkan pada tabel 2 diketahui bahwa sebagian responden dari siswi Aliyah Pondok Pesantren Ulul Albab Koto Baru Dharmasraya sebagian besar yang terjadi keputihan sebanyak 30 orang (68,2%). Keputihan atau disebut juga dengan *flour albus* merupakan bentuk kejadian yang ditandai dengan keluarnya cairan berwarna keputihan di daerah kemaluan dan data menyebabkan basah pada celana dalam. Sumber penyebab paling banyak dari kejadian keputihan adalah terjadinya infeksi, baik daerah vagina (vaginitis) ataupun di leher rahim (*cervicitis*) sedangkan pada perempuan yang berumur di atas 45 tahun biasanya dikarenakan oleh penurunan kadar hormone estrogen yang biasanya diperoleh pada masa siklus kehidupan perempuan pada tahap klimakterium dan *menopause*. Keputihan sering dialami wanita pada masa produktif (berusia 20-45 tahun) dan tidak sering dialami pada masa puberitas. Kejadian keputihan bisa menyebabkan rasa gatal pada daerah kewanitaan dan mampu mengganggu serta menurunkan kenikmatan dan menimbulkan rasa ketidaknyamanan saat berhubungan seks (Wijayanti, 2009).

Pada kondisi yang fisiologis, alat reproduksi pada organ vagina dapat mengeluarkan cairan seperti lender dengan jumlah sedikit. Lendir yang dimaksud dikeluarkan oleh kelenjar tubuh yang ada dalam servik (leher rahim) dan berfungsi untuk tetap menjaga agar dinding bagian vagina tetap basah. Cairan lender yang dikeluarkan secara fisiologis berfungsi untuk melindungi atau disebut juga dengan pelubrikan (pelicin). Keputihan yang dikatakan tidak normal atau patologis adalah bila keasamannya lebih dari lima. (Elmart, 2012).

Kondisi yang dimaksudkan bukan disebut sebagai keputihan akan tetapi merupakan hal yang fisiologis. Karena tidak dijumpai rasa panas, rasa gatal, terjadi iritasi ataupun tidak adanya lesi yang tidak normal pada daerah vagina. Dan pada pemeriksaan tidak didapatkan kuman pathogen, parasit, jamur maupun sel ganas. Lendir tersebut difungsikan untuk mengontrol benda asing yang tidak diharapkan kehadirannya oleh tubuh perempuan tersebut. Lendir berfungsi sebagai pelubrikan pada waktu bersenggama serta menjaga agar kedua dinding vagina tidak melekat satu sama lain, keputihan normal bisa dialami setiap wanita. Penyebab keputihan atau gejala dari pre menstruasi bisa dilihat dari adanya tubuh yang merasa lelah, letih, tubuh terdapat alergi baik dari pakaian atau dari bahan makanan yang dikonsumsi (Pudiastuti & Ratna Dewi, 2010).

Berdasarkan data penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan atau keterkaitan yang bermakna antara personal hygiene area Genitalia dengan terjadinya keputihan yaitu hampir seluruhnya terjadi pada kelompok siswi yang melakukan *personal haygine* Genitalia yaitu 24 (80,0%). Sedangkan pada hasil uji statistik dengan menggunakan *chi square* didapatkan angka *p-value* = 0,034 < 0,05 artinya ada hubungan yang bermakna antara *personal hygiene* Genitalia dengan kejadian keputihan.

Untuk mencegah adanya kekambuhan keputihan yang disebabkan karena pengobatan yang kurang pas sehingga menjadi kambuh dan terjadi infeksi ulang dengan berhubungan badan secara seksual. Oleh karena itu, untuk mencegah kekambuhan dilakukan dengan meningkatkan tindakan perilaku hidup bersih melalui *personal hygiene*, program pengobatan yang intensif terhadap penyakit infeksi sebagai penyebab keputihan dengan dosis yang tepat dan sesuai, pengobatan terhadap partner seks juga diperlukan walaupun tidak menunjukkan gejala apa-apa terutama pada kasus *trichomonas* dan *candidiasis* (Pudiastuti & Ratna Dewi, 2010).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Setyaningrum didapat bahwa hasil penelitian hubungan *personal hygiene* organ reproduksi dengan kejadian keputihan pada remaja siswi SMK N 1 Sumber yang telah dilakukan terhadap 30 responden, menunjukkan bahwa sebagian besar remaja mengalami keputihan ringan 17 orang (56,6%) dan keputihan sedang 13 orang (43,3%). Didukung dengan hasil analisis kontingensi diperoleh nilai X^2 hitung 6,121 > X^2 tabel 5,991 dan *p-value* 0,047 < 0,05 artinya hipotesis alternatif diterima dan hipotesis nol ditolak. Hal ini dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara *personal hygiene* organ reproduksi dengan kejadian keputihan pada remaja siswi SMK N 1 Sumber Kecamatan Rembang (Setyaningrum, 2017). Begitupun dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti di Pondok Pesantren Ulul Albab Koto Baru Kabupaten

Dharmasraya dapat disimpulkan bahwa menjaga kebersihan alat Genitalia sangat berpengaruh pada kejadian keputihan. Organ reproduksi teruama daerah kewanitaan dapat dengan mudah terkena jamur dan kutu yang bisa menjadikan tubuh merasa tidak nyaman jikalau tidak dilakukan proses rawatan dan pemerlihaaran kesehatan dengan tepat dan benar. Melakukan proses merawat area kewanitaan dengan cara yang tidak tepat seperti membilas dengan air yang kotor, menggunakan cuci bilas ditambah cairan pemersih kewanitaan yang berlebihan, menggunakan celana yang tidak longgar dan tidak dapat menyerap keringat dapat menimbulkan kejadian penyakit seperti penyakit menular seksual. Sedangkan Penelitian yang dilakukan oleh Handayani, (2017), maka didapat hasil lebih dari 54, 3% atau sampai 91,4 % siswa memiliki pengetahuan yang kurang tentang personal hygiene. Sedangkan berdasarkan Hasil penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Aristha, (2013) di Desa Gumelar Kecamatan Balung Jember, yang menyatakan tidak ada hubungan pengetahuan dengan kejadian keputihan, dengan p value > 0.05, pengetahuan baik 74% dan pengetahuan buruk 26%.

Wanita yang menderita keputihan sebaiknya memperhatikan terkait penggunaan pakaian dalam yang terbuat tidak dari bahan nylon karna dapat menimbulkan rasa tidak nyaman seperti panas tidak menyerap dan terjadi lembab di daerah kewanitaan baik area vulva atau vagina, menjaga kewanitaan dengan melakukan pembersihan dengan meningkatkan *personal hygiene*, tidak menggunakan bedak tabur yang memicu menimbulkan iritasi.

KESIMPULAN

Menurut data peneliti yang telah didapatkan berkaitan dengan adanya keterkaitan antara *personal hygiene* Genitalia dengan terjadinya keputihan pada siswi Aliyah Pondok Pesantren Ulul Albab Koto Baru Kabupaten Dharmasraya maka dapat disimpulkan bahwa: Sebagian besar siswi tidak melakukan *personal hygiene* dengan baik; Sebagian besar siswi mengalami keputihan. Ada hubungan yang bermakna antara *personal hygiene* genitalia dengan kejadian keputihan pada siswi Aliyah Pondok Pesantren Ulul Albab Koto Baru Kabupaten Dharmasraya.

REKOMENDASI

Bagi responden, diharapkan siswi Aliyah Pondok Pesantren Ulul Albab Koto Baru Kabupaten Dharmasraya dapat lebih meningkatkan *personal hygiene* genitalia untuk menghindari berbagai penyakit salah satunya yaitu keputihan. Bagi tempat penelitian, diharapkan pihak Pondok Pesantren Ulul Albab Koto Baru Kabupaten Dharmasraya untuk lebih memperhatikan kebersihan air dan tempat penampungan air santri untuk lebih meningkatkan kesehatan para santri. Bagi institusi, penelitian diharapkan dapat dijadikan referensi bagi peneliti yang akan datang dan dapat sebagai pendukung teori tentang *personal hygiene* genitalia dengan kejadian keputihan. Bagi penelitian selanjutnya agar mengembangkan penelitian ini dengan memperbanyak ruang lingkup seperti remaja, dan ibu hamil agar generalisasi penelitian semakin luas.

DAFTAR PUSTAKA

- Aristha. (2013). Hubungan tingkat pengetahuan, sikap dan perilaku mengenai mandi dan kasus dengan kejadian keputihan pada remaja putri yang tinggal di sekitar sungai Bedadung Desa Gumelar Kecamatan Balung Jember. *Journal Kesehatan*.
- Aulia. (2012). *Serangan Penyakit-Penyakit Khas Wanita Paling Sering Terjadi*. Yogyakarta: Buku Biru.
- Bahari. (2012). *Cara Mudah Atasi Keputihan*. Yogyakarta: Nuhamedika.
- Elmart. (2012). *Mahir Menjaga Organ Intim Wanita*. Solo: Tinta Medina.
- Handayani. (2017). Faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku personal hygiene remaja putri dalam penanganan dan pencegahan keputihan pada siswi SMK Negeri 11 Semarang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Universitas Ponegoro, Vol 5(3)*.
- Hidayat, A. (2012). *Riset Keperawatan dan Teknik Penulisan Ilmiah*. Jakarta: Salemba Medika.
- Hurlock. (2011). *Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Tentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- Kusmiran, E. (2011). *Kesehatan Reproduksi Remaja dan Wanita*. Jakarta: Salemba Medika.
- Notoadmodjo, S. (2012). *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta: PT. Rinekaacipta.
- Pribakti. (2012). *Tips dan Merawat Organ Intim*. Jakarta: Mariyam.
- Pudiasuti & Ratna Dewi. (2010). *Pentingnya Menjaga Organ Kewanitaan*. Jakarta: Indeks.
- Salika. (2010). *Serba Serbi Kesehatan Perempuan*. Jakarta: Citra Pustaka.
- Setyaningrum, Y. I. dan V. N. (2017). Hubungan personal hygiene organ reproduksi dengan kejadian keputihan pada remaja siswi SMK N 1 Sumber Kecamatan Sumber Kabupaten Rembang. *University Research Colloquium Universitas Muhammadiyah Magelang*.
- Wijayanti. (2009). *Fakta Penting Seputar Kesehatan Keproduksi Wanita*. Jogjakarta: book marks.
- Wulandari. (2011). *Cara Jitu Mengatasi Nyeri Haid*. Yogyakarta: ANDI.