

# Pengaruh Metode Biblioterapi terhadap Pengetahuan Remaja tentang *Hygiene* Menstruasi di SMP Negeri 2 Mayang Kabupaten Jember

## *(The Effect of Bibliotherapy Method toward knowledge of Adolescents at SMP Negeri 2 Mayang Jember District)*

Irma Yanti Hidayah, Ratna Sari Hardiani, Mulia Hakam  
Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Jember  
Jl. Kalimantan No. 37 Kampus Tegal Boto Jember Telp./Fax. (0331) 323450  
email: irmayanti\_1993@yahoo.com

### **Abstract**

*Adolescent is one of the period human development that is very important. In this case so many instances life and change that will matter with a teenager will determine the quality of life in adulthood. Reproductive health problems happened in adolescents largely caused by infection that can happen because a lack of maintenance adolescent to instrument reproduction. Hygiene menstruation is the hygiene individuals with a crucial role in behavior health a woman hygiene a particularly when menstrual reproduction. The purpose of this research is analyst influence method of bibliotherapy toward knowledge of adolescents about hygiene menstruation at SMP Negeri 2 Mayang Districts of Jember. Design used is quasi experimental with nonequivalent control group design. The sampling method used is cluster sampling with sample students as many as thirty students. The analyzed used Mann Whitney. Pre test results showed 76,7% sufficient knowledge at twenty three students and 3,4 % (one students) good knowledge. The post test on fifteen students intervention's group 80% (twelve students) good knowledge and 20% (three students) sufficient knowledge, while in the control group because not given method bibliotherapy 100 % sufficient knowledge. The researcher suggest the school to do bibliotherapy method to increase knowledge about hygiene menstruation students.*

**Keywords:** *bibliotherapy, hygiene menstruation, adolescent*

### **Abstrak**

Masa remaja merupakan salah satu periode dari perkembangan manusia yang sangat penting. Pada masa ini banyak sekali kejadian hidup dan perubahan yang akan terjadi pada diri seorang remaja yang akan menentukan kualitas hidupnya di masa dewasa. Masalah kesehatan reproduksi yang terjadi pada remaja sebagian besar disebabkan oleh infeksi yang dapat terjadi karena kurangnya perawatan remaja terhadap alat reproduksi. *Hygiene* menstruasi adalah komponen *hygiene* perorangan yang memegang peranan penting dalam perilaku kesehatan seorang perempuan khususnya kebersihan alat reproduksinya saat menstruasi. Tujuan dari penelitian ini yaitu Menganalisa pengaruh metode biblioterapi terhadap pengetahuan remaja tentang *hygiene* menstruasi di SMP Negeri 2 Mayang Kabupaten Jember. Desain yang digunakan adalah *Quasi Experimental* dengan rancangan *nonequivalent control group design*. Teknik sampling menggunakan *cluster sampling* dengan jumlah sampel penelitian sebanyak 30 siswa. Analisis yang digunakan yaitu uji *Mann Whitney*. Hasil *pre test* didapatkan 76,7% memiliki pengetahuan cukup yakni 23 siswa dan 3,4% (1 siswa) berpengetahuan baik. Hasil *post test* pada 15 siswa kelompok intervensi yaitu 80% (12) siswa berpengetahuan baik dan 20% (3 siswa) berpengetahuan cukup, sedangkan pada kelompok kontrol karena tidak diberikan metode biblioterapi sehingga 100% pengetahuan cukup. Peneliti berharap pihak sekolah juga menerapkan metode biblioterapi ini untuk meningkatkan pengetahuan tentang *hygiene* menstruasi siswa.

**Kata Kunci:** *biblioterapi, hygiene menstruasi, remaja*

## Pendahuluan

*Hygiene* menstruasi adalah komponen *hygiene* perorangan yang memegang peranan penting dalam perilaku kesehatan seorang perempuan khususnya kebersihan alat reproduksinya saat menstruasi. Perawatan pada alat reproduksi sangat penting karena beresiko terhadap adanya infeksi [1].

Angka kejadian infeksi saluran reproduksi (ISR) tertinggi di dunia adalah pada usia remaja (35%-42%) dan dewasa remaja (27%-33%). Prevalensi ISR pada remaja di dunia tahun 2006 yaitu: kandidiasis (25%-50%), vaginosis bakterial (20%-40%), dan trikomoniasis (5%-15%). Diantara negara-negara di Asia Tenggara, wanita Indonesia lebih rentan mengalami ISR yang dipicu iklim Indonesia yang panas dan lembab [2]. Jumlah kasus ISR di Jawa Timur seperti kandidiasis dan servisititis yang terjadi pada remaja putri sebanyak 86,5% ditemukan di Surabaya dan Malang. Penyebab tertinggi dari kasus tersebut adalah jamur *candida albican* sebanyak 77% yang berkembangbiak dengan kelembapan tinggi seperti pada saat menstruasi [3].

Menurut Dinas Kesehatan menyatakan bahwa pada Bulan Januari hingga Maret tercatat masalah kesehatan reproduksi remaja di Jember yang terbanyak adalah gangguan menstruasi yaitu 70,1% dengan jumlah 128 kasus [4].

Berdasarkan studi pendahuluan yang telah peneliti lakukan di SMP Negeri 2 Mayang didapatkan bahwa 8 dari 10 responden mengatakan tidak tahu cara menjaga kebersihan saat menstruasi, 6 diantaranya merasa nyeri saat menstruasi dan tidak tahu cara menanganinya, 4 diantaranya pernah mengalami keputihan dan terasa gatal di genetalia luar, 8 diantara mereka tidak tahu frekuensi penggantian pembalut yang benar, hal tersebut disebabkan karena sedikitnya informasi ataupun pelajaran disekolah tentang *hygiene* menstruasi.

Hasil penelitian Ariyani tentang aspek biopsikososial *hygiene* menstruasi siswi SMP di Jakarta tahun 2009 bahwa remaja putri yang memiliki perilaku menjaga kebersihan genetalia saat menstruasi yang baik hanya 17,4% [5]. Hal tersebut bisa terjadi karena tingkat pengetahuan yang kurang yang disebabkan oleh beberapa hal diantaranya, yaitu penyampaian informasi yang kurang tepat atau kurang lengkap, sumber informasi yang salah, dan penyampaian informasi yang berlebihan sehingga menimbulkan sikap diskriminasi dikalangan remaja tentang menstruasi [6].

Alat reproduksi yang lembab dan basah, maka keasaman akan meningkat yang memudahkan pertumbuhan jamur [3]. Perempuan yang memiliki riwayat ISR mempunyai dampak buruk untuk masa depannya seperti: kemandulan, kanker leher rahim, dan kehamilan di luar kandungan [7].

Beberapa cara untuk menambah informasi tentang kesehatan reproduksi remaja yaitu dengan pendidikan di sekolah, bertukar cerita dengan teman, bercerita kepada orang tua, serta melalui bahan bacaan untuk membantu seseorang dalam menambah informasi. Penggunaan buku dalam proses terapeutik dan suportif disebut biblioterapi [8]. Oleh karena itu, biblioterapi menjadi salah satu solusi efektif untuk menyampaikan *health education* pada remaja perempuan.

Metode biblioterapi dapat digunakan untuk membentuk konsep diri yang positif, memotivasi remaja, serta melihat berbagai pilihan dalam menyelesaikan masalah [9]. Cerita dalam biblioterapi dapat memberikan dampak efektif karena biblioterapi memiliki isi cerita yang spesifik, sesuai dengan tingkat karakteristik subyek, memiliki kandungan nilai belajar yang tinggi sehingga mampu menjadi salah satu bentuk intervensi yang memiliki kekuatan mengubah.

## Metode Penelitian

Desain penelitian adalah penelitian *quasi eksperimental* dengan rancangan *nonequivalent control group design*. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh siswi perempuan kelas VII di SMPN 2 Mayang Kabupaten Jember. Teknik sampling menggunakan *cluster sampling* dengan jumlah sampel penelitian sebanyak 30 siswa. Analisis yang digunakan yaitu uji *Mann Whitney*. Pengambilan data dalam penelitian ini dilaksanakan di SMPN 2 Mayang Kabupaten Jember pada tanggal 12 Desember 2015 selama 90 menit. Data penelitian diambil menggunakan kuesioner dengan cara mengumpulkan perwakilan kelas sebanyak 6 siswi per kelas dengan jumlah total 30 siswi. Pengisian kuesioner dilakukan didampingi peneliti dengan memperhatikan etika penelitian, meliputi prinsip manfaat, prinsip menghargai hak asasi manusia dan prinsip keadilan.

## Hasil Penelitian

Hasil penelitian ditampilkan dalam bentuk narasi dan tabel. Data hasil penelitian dibedakan menjadi dua, yaitu data umum dan data khusus. Data umum berisi tentang hasil analisis univariat dari karakteristik siswa yaitu usia, usia menarche, pendidikan ibu, dan pekerjaan ibu. Data khusus terdiri dari variabel penelitian yaitu pengetahuan remaja sebelum diberikan metode biblioterapi, pengetahuan remaja setelah diberikan metode biblioterapi, perbedaan pengetahuan antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol.

## Karakteristik Remaja

Tabel 1. Distribusi frekuensi karakteristik siswa di SMP Negeri 2 Mayang Kabupaten Jember (n=30)

Karakteristik Siswa	Kelompok Intervensi		Kelompok Kontrol	
	f	(%)	f	(%)
Usia Siswa				
a. 12 <sup>th</sup>	7	46.7	4	26.7
b. 13 <sup>th</sup>	8	53.3	11	73.3
Total	15	100.0	15	100.0
Usia Menstruasi Pertama				
a. Belum Menstruasi	4	26.7	3	20.0
b. 11 <sup>th</sup>	4	26.7	2	13.3
c. 12 <sup>th</sup>	6	40.0	9	60.0
d. 13 <sup>th</sup>	1	6.7	1	6.7
Total	15	100.0	15	100.0
Pendidikan Ibu				
a. SD	10	66.7	8	53.3
b. SMP	5	33.3	4	26.7
c. SMA	-	-	3	20.0
Total	15	100.0	15	100.0
Pekerjaan Ibu				
a. IRT	9	60.0	14	93.3
b. Wiraswasta	2	13.3	-	-
c. Buruh	3	20.0	1	6.7
d. Petani	1	6.7	-	-
Total	15	100.0	15	100.0

Berdasarkan tabel distribusi usia pada penelitian ini sebagian besar berusia 13 tahun yaitu 53,3% dari kelompok intervensi dan kelompok kontrol 73,3%. Distribusi usia menstruasi pertama pada kelompok intervensi yaitu sebagian besar pada usia 12 tahun dengan persentase 40% dan yang belum mengalami menstruasi 26,7%, sedangkan pada kelompok kontrol sebagian besar juga mengalami menstruasi pertama pada usia 12 tahun dengan persentase 60% dan belum mengalami menstruasi 20%. Distribusi pendidikan ibu pada

kelompok intervensi sebagian besar pendidikannya SD yaitu 66.7%, dan sebagian kecil pendidikannya SMP yaitu 33.3%, pada kelompok kontrol sebagian besar berpendidikan SD 53.3% dan sebagian kecil pendidikan SMA 20%. Distribusi pekerjaan ibu pada kelompok Intervensi sebagian besar IRT yaitu 60% dan sebagian kecil sebagai petani (6.7%) sedangkan pada kelompok kontrol sebagian besar sebagai IRT (93.3%) dan sebagian kecil sebagai wiraswasta (6.7%).

## Pengetahuan Remaja

Tabel 2. Distribusi frekuensi pengetahuan siswa sebelum diberikan metode biblioterapi di SMP Negeri 2 Mayang (n=30)

Pengetahuan Tentang Menstruasi	Kelompok Intervensi	Kelompok Kontrol	Kelompok Intervensi		Kelompok Kontrol	
			f	(%)	f	(%)
a. Kurang	5	33.3	1	6.7		
b. Cukup	9	60.0	14	93.3		
c. Baik	1	6.7	-	-		
Jumlah	15	100.0	15	100		

Tabel 2 menunjukkan bahwa pengetahuan 15 siswa kelompok intervensi tentang *hygiene* menstruasi pada siswa SMP Negeri 2 Mayang Kabupaten Jember sebelum diberikan metode biblioterapi tentang *hygiene* menstruasi sebagian besar memiliki pengetahuan cukup yaitu 9 siswa (60%) dan sebagian kecil pengetahuan baik yaitu 1 siswa (6.7%), pengetahuan 15 siswa kelompok kontrol tentang *hygiene* menstruasi sebagian besar berpengetahuan cukup 14 siswa yaitu 93.3% dan berpengetahuan kurang 1 siswa (6.7%)

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Pengetahuan siswa setelah diberikan metode biblioterapi di SMP Negeri 2 Mayang (n=30)

Pengeahuan Tentang Menstruasi	Kelompok Intervensi	Kelompok Kontrol	Kelompok Intervensi		Kelompok Kontrol	
			f	(%)	f	(%)
a. Kurang	-	-	-	-		
b. Cukup	3	20.0	15	100.0		
c. Baik	12	80.0	-	-		
Jumlah	15	100.0	15	100.0		

Tabel 3. menunjukkan bahwa pengetahuan tentang *hygiene* menstruasi 30 siswa (kelompok intervensi dan kelompok kontrol) di SMP Negeri 2 Mayang Kabupaten Jember setelah diberikan metode biblioterapi pada kelompok intervensi sebagian besar pengetahuannya meningkat baik yaitu sebanyak 80% dan sisanya berpengetahuan cukup, hasil *post test* pada kelompok kontrol

yang tidak diberikan metode biblioterapi tentang *hygiene* menstruasi seluruhnya berpengetahuan cukup.

Tabel 4. Hasil Uji *Wilcoxon Signed Rank Test* variabel pengetahuan tentang *hygiene* menstruasi (n:30)

Metode Biblioterapi tentang <i>Hygiene</i> Menstruasi	Pengetahuan Siswa Tentang <i>Hygiene</i> Menstruasi						Total n (%)	p valu e
	Kurang		Cukup		Baik			
	f	(%)	f	(%)	f	(%)		
Kelompok Intervensi								
<i>Pretest</i>	5	33.3	9	60.0	1	6.7	1	10
<i>Posttest</i>	-	-	3	20.0	1	80.0	1	10
								0.001
Kelompok Kontrol								
<i>Pretest</i>	1	6.7	1	93.3	-	-	1	10
<i>Posttest</i>	-	-	1	10.0	-	-	1	10
								0.317

Tabel 5. Hasil Uji *Mann Whitney* variabel pengetahuan tentang *hygiene* menstruasi (n:30)

Metode Biblioterapi tentang <i>Hygiene</i> Menstruasi	Pengetahuan Siswa Tentang <i>Hygiene</i> Menstruasi						Total n (%)	p valu e
	Kurang		Cukup		Baik			
	f	%	f	%	f	%		
Kelompok Intervensi								
<i>Pretest</i>	5	33.3	9	60.0	1	6.7	15	100
<i>Posttest</i>	-	-	3	20.0	12	80.0	15	100
Kelompok Kontrol								
<i>Pretest</i>	1	6.7	1	93.3	-	-	15	100
<i>Posttest</i>	-	-	1	10.0	-	-	15	100

## Pembahasan

### Karakteristik Siswa SMP Negeri 2 Mayang Kabupaten Jember

Berdasarkan tabel karakteristik usia siswa menyatakan bahwa pada pada kelompok intervensi sebagian besar berusia 13 tahun yaitu sebanyak 8 siswa dan 7 siswa berusia 12 tahun, pada kelompok kontrol sebagian besar berusia 13 tahun yaitu sebanyak 11 siswa dan yang berusia 12 tahun 4 siswa. Usia 10 -14 tahun merupakan remaja tahap awal, pada masa ini remaja mulai berpikir konkret [10]. Pada masa remaja terjadi perubahan fisik dan perkembangan psikologis pada remaja yang meliputi perkembangan psikososial, emosi, dan perkembangan kecerdasan [11]. Tahapan perkembangan kognitif menurut Piaget pada usia 11 tahun hingga dewasa merupakan operasi mental tingkat tinggi dan remaja sudah dapat berhubungan dengan peristiwa hipotesis atau abstrak [12]. Usia merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi praktik *hygiene* menstruasi dan remaja memiliki peran penting dan berpartisipasi dalam kesehatan yang berkaitan dengan perawatan diri khususnya pada kesehatan reproduksi.

Berdasarkan tabel karakteristik usia menstruasi pertama sebagian besar mereka mengalami menstruasi pada usia 12 tahun yakni 6 siswa pada kelompok intervensi 9 siswa pada kelompok kontrol dan ada yang hingga saat ini belum mengalami menstruasi yaitu 4 siswa dikelompok intervensi dan 3 siswa dikelompok kontrol. Menstruasi pertama biasanya terjadi pada rentang usia 10 sampai 16 tahun atau pada masa awal remaja ditengah usia pubertas sebelum memasuki masa reproduksi [13]. Pengalaman menstruasi merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi pengetahuan, penyebab seseorang berperilaku salah satunya disebabkan karena adanya pemikiran dan perasaan dalam diri seseorang yang terbentuk dari pengetahuan yang dapat diperoleh dari pengalaman pribadi seperti pengalaman saat menstruasi.

Berdasarkan tabel karakteristik pendidikan ibu dan pekerjaan ibu didapatkan sebagian besar pendidikan SD dan sebagian besar pekerjaan sebagai ibu rumah tangga. Pendidikan dan pekerjaan ibu juga mempengaruhi tingkat pengetahuan siswa yakni faktor lingkungan, lingkungan disebut juga sebagai sumber-sumber belajar karena dengan lingkungan tersebut memungkinkan kita berubah dari tidak tahu menjadi tahu, dari

tidak mengerti menjadi mengerti [14]. Salah satu faktor yang mempengaruhi praktik *hygiene* menstruasi yaitu sumber informasi, Ibu atau orang tua merupakan sumber informasi yang dapat memberikan pengaruh terhadap perilaku *hygiene* menstruasi masing-masing individu.

### **Pengetahuan Remaja Tentang *Hygiene* Menstruasi Sebelum Diberikan Metode Biblioterapi Pada Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol**

Menurut Bloom dalam Stanhope dan Lancaster menjelaskan bahwa ranah pengetahuan terdiri dari ranah kognitif, afektif dan psikomotor [15]. Pengetahuan tentang *hygiene* menstruasi pada siswa SMP Negeri 2 Mayang sebelum diberikan metode biblioterapi tentang *hygiene* menstruasi dapat diketahui pada tabel 2 sebagian besar memiliki pengetahuan cukup yakni 23 siswa dan 1 siswa berpengetahuan baik dimungkinkan karena siswa belum pernah mendapatkan informasi ataupun pelajaran mengenai menstruasi maupun *hygiene* menstruasi.

Usia siswa yang sebagian besar masih berusia 13 tahun (19 siswa) yang merupakan tahap awal remaja dan mulai berpikir konkret dan abstrak, sebagian besar siswa mengalami menstruasi pada usia 12 tahun yaitu 15 siswa bahkan ada beberapa siswa yang belum mengalami menstruasi hingga saat ini sehingga pengalamannya pun juga terbatas, hasil *pre test* pada siswa yang belum mengalami menstruasi juga lebih rendah dari hasil siswa yang sudah mengalami menstruasi, hal ini karena dipengaruhi oleh pengalaman siswa. Dilihat dari tingkat pendidikan ibu dan pekerjaan ibu siswa yaitu sebagian besar pendidikan ibu adalah SD dan sebagian besar pekerjaan ibu adalah ibu rumah tangga, karena ibu merupakan salah satu sumber informasi dan pekerjaan ibu juga mempengaruhi pengetahuan dan pengalaman ibu sehingga akan mempengaruhi juga kepada pengetahuan dan perilaku remajanya.

Pengetahuan merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi praktik *hygiene* menstruasi, pengetahuan tentang pentingnya *hygiene* dan praktiknya bagi kesehatan individu dapat dijaga dengan baik bila seseorang memiliki tingkat pengetahuan yang baik [16]. Faktor-faktor yang mempengaruhi praktik *hygiene* menstruasi diantaranya yaitu umur, usia menarche, pengetahuan, sikap, sumber informasi, sarana kebersihan dan kesehatan.

### **Pengetahuan Remaja Tentang *Hygiene* Menstruasi Setelah Diberikan Metode Biblioterapi Pada Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol**

Pendidikan kesehatan merupakan suatu kegiatan dalam rangka upaya promotif dan preventif dengan melakukan penyebaran informasi dan meningkatkan motivasi seseorang untuk berperilaku sehat [17]. Pendidikan kesehatan yang telah dilakukan di SMP Negeri 2 Mayang Kabupaten Jember mampu meningkatkan pengetahuan siswa yang tercantum pada tabel 3. Hasil yang didapatkan oleh peneliti yaitu 12 siswa berpengetahuan baik dan 3 siswa berpengetahuan cukup setelah diberikan metode biblioterapi pada kelompok intervensi, siswa yang masih berpengetahuan cukup kemungkinan kurang berkonsentrasi saat diberikan metode biblioterapi atau saat mengerjakan kuesioner karena selain siswa baru menyelesaikan ujian akhir semester, mereka menunggu nilai hasil ujiannya serta bersamaan dengan kegiatan *class meeting* sehingga suasana di luar kelas ramai. Pada kelompok kontrol meskipun tidak diberikan metode biblioterapi terdapat satu siswa yang mengalami peningkatan dari hasil *pre test*, setelah diberikan *pre test* kelompok kontrol di ajak ke ruang yang lain untuk menunggu kelompok intervensi selesai diberi metode biblioterapi setelah itu baru kelompok intervensi dan kelompok kontrol diberikan *post test* bersama, dari 15 siswa kelompok kontrol hanya 1 siswa yang mengalami peningkatan dari pengetahuan kurang menjadi pengetahuan cukup, hal itu dimungkinkan karena siswa tersebut bertanya kepada temannya saat kelompok siswa di pisahkan ke ruang yang lain.

Pengetahuan siswa yang masih cukup tentang *hygiene* menstruasi diketahui dari indikator yang diukur yakni tahu, paham, aplikasi, analisis, sintesis, dan evaluasi. Pengetahuan siswa yang masih kurang yaitu pada indikator evaluasi. Pengetahuan siswa yang cukup dikarenakan kurangnya konsentrasi saat membaca bahan bacaan yang diberikan oleh peneliti dan kurang berkonsentrasi saat sesi diskusi, karena pada sesi diskusi beberapa siswa mencoba menjelaskan satu per satu isi dari bahan bacaan yang diberikan hingga lengkap. Apabila saat itu siswa tidak dapat berkonsentrasi maka informasi atau pengetahuan siswa yang diterima pun tidak maksimal seperti teman-

temannya yang antusias untuk membaca dan mengutarakan pendapat saat sesi diskusi.

### **Pengaruh Metode Biblioterapi terhadap Pengetahuan Remaja Tentang *Hygiene* Menstruasi Pada Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol**

Hasil akhir dari penelitian ini dapat diketahui dari tabel yang menyatakan bahwa hasil dari uji dengan menggunakan uji beda *Mann Whitney* yang menghasilkan *p value* (0,000), hasil tersebut menunjukkan bahwa *p value* <  $\alpha$  (0,05). Hasil tersebut menyatakan bahwa ada pengaruh metode biblioterapi terhadap pengetahuan remaja tentang *hygiene* menstruasi.

Pengetahuan siswa kelas VII SMP Negeri 2 Mayang sebelum diberikan metode biblioterapi tentang *hygiene* menstruasi pada kelompok intervensi sebagian besar memiliki pengetahuan cukup sebanyak 9 siswa, berpengetahuan kurang 5 siswa, dan 1 siswa berpengetahuan baik. Pengetahuan siswa SMP Negeri 2 Mayang kelompok intervensi sesudah diberikan metode biblioterapi sebagian besar berpengetahuan baik yakni sebanyak 12 siswa dan yang berpengetahuan cukup 3 siswa. Kelompok kontrol karena tidak mendapatkan metode biblioterapi sehingga pengetahuan seluruhnya adalah cukup.

Biblioterapi merupakan suatu upaya mengatasi masalah melalui media buku. Penggunaan terapi pustaka sebagai salah satu alternatif terapi dalam menangani berbagai permasalahan pada remaja perlu dipertimbangkan [18]. Hal ini disebabkan karena biblioterapi dapat merangsang remaja untuk berfikir, mudah, murah, dan dapat dilakukan kapan saja serta melibatkan kemandirian dan partisipasi remaja sendiri secara penuh sehingga efektivitas hasilnya cukup baik [19]. Metode biblioterapi sangat efektif diberikan pada usia remaja khususnya bagi remaja yang sulit untuk mengungkapkan masalahnya secara verbal kepada orang lain karena takut ataupun malu, selain caranya yang mudah untuk dilakukan, metode ini juga murah dan bisa dilakukan kapan saja.

### **Simpulan dan Saran**

Berdasarkan penelitian ini terdapat pengaruh metode biblioterapi terhadap pengetahuan remaja tentang *hygiene* menstruasi di SMP Negeri 2 Mayang. Hal tersebut didukung dengan hasil uji statistik yaitu diperoleh nilai *p value* = 0,000, maka *p value* <  $\alpha \leq 0,05$ .

Saran yang bisa direkomendasikan yaitu pengetahuan siswa yang meningkat tentang *hygiene* menstruasi diharapkan dapat menerapkan *hygiene* menstruasi setiap harinya untuk bisa menjadikan *hygiene* menstruasi sebagai kebiasaan dan siswa bisa menyalurkan informasi manfaat menjaga *hygiene* menstruasi kepada teman-teman dan keluarganya.

### **Daftar Pustaka**

- [1] Ester M, Yulianti D, Parulian I. Buku ajar fundamental keperawatan: konsep, proses dan praktik edisi 4. Jakarta. EGC; 2005.
- [2] Puspitaningrum D. Praktik perawatan organ genitalia eksternal pada anak usia 10-11 tahun yang mengalami menarche dini di SD Kota Semarang. Jurnal Kebidanan Universitas Muhammadiyah Semarang; 2010.
- [3] Kasdu D. Solusi problem wanita dewasa. Jakarta. Puspa Sehat; 2008.
- [4] Rizka I. Pengaruh peer education terhadap sikap manajemen higiene menstruasi pada santriwati remaja di Pondok Pesantren Al-Qodiri. Jember; 2013.
- [5] Kissanti. Buku pintar wanita; kesehatan dan kecantikan. Jakarta. Araska Printika; 2008.
- [6] Sarwono S. Sosiologi kesehatan, beberapa konsep beserta aplikasinya. Yogyakarta. Gajah Mada University Press; 2006.
- [7] Rahayu, Aminoto, Madkhan. Efektivitas penyuluhan peer group dengan penyuluhan oleh petugas kesehatan terhadap tingkat pengetahuan tentang menarche. Jurnal Ilmiah Kesehatan Keperawatan; 2011.
- [8] Donna LW, dkk. Buku ajar keperawatan pediatrik edisi 4. Jakarta. EGC; 2003.
- [9] Roselina A Shukry. Bibliotherapy atool for primary prevention program with children and adolescents. Jurnal Antidadah Malaysia; 2006.
- [10] Bobak, Lowdermilk, Jensen. Buku ajar keperawatan maternitas. Jakarta. EGC; 2005.
- [11] Diyan dan Asmuji. Buku ajar keperawatan: upaya promotif dan preventif dalam menurunkan angka kematian ibu dan bayi. Yogyakarta. Ar-Ruzz Media; 2014.

- [12] Yusuf, Syamsu. Psikologi perkembangan anak dan remaja. Bandung: PT.Remaja Rosdakarya; 2014.
- [13] Icemi dan Wahyu. Buku ajar keperawatan maternitas. Yogyakarta: Nuha Medika; 2013.
- [14] Meliono, dkk. Pengetahuan dalam MPKT modul 1. Jakarta. Lembaga Penerbitan FEUI; 2007.
- [15] Stanhope M and Lancaster J. Foundations of Nursing in the Community. USA: Mosby, Inc; 2006.
- [16] Yosefina. Hubungan pengetahuan, sikap dan sumber informasi tentang menstruasi dengan pemahaman mengenai menstruasi pada remaja putri. Semarang; 2005.
- [17] Faisalado Candra W. Keperawatan komunitas dengan pendekatan praktis. Yogyakarta: Nuha Medika; 2014.
- [18] Setyoadi dan Kushariyadi, Terapi modalitas keperawatan pada klien psikogeriatrik. Jakarta. Salemba Medika; 2011.