



HUBUNGAN ANTARA GANGGUAN POLA TIDUR DENGAN FLOUR ALBUS (KEPUTIHAN) PADA REMAJA

*Aries Abiyoga¹, Gathut Pringgotomo², Nurul Azizah³

Program Studi S-1 Keperawatan STIKES Wiyata Husada Samarinda

E-mail : ariesabiyoga@rocketmail.com

ABSTRAK

Flour Albus adalah cairan vagina yang abnormal pada wanita. Tepung Albus yang disebabkan oleh infeksi biasanya disertai dengan rasa gatal di vagina dan di sekitar bibir luar vagina, sering disertai dengan bau busuk dan menyebabkan rasa sakit saat buang air kecil atau hubungan seksual. Dampak Tepung Albus yang tidak tertangani dan terus-menerus mengganggu fungsi organ reproduksi wanita dengan terjadinya penyakit menular seksual (STD) yang terjadi pada wanita muda. Faktor yang mempengaruhi terjadinya Tepung Albus banyak macamnya, salah satunya adalah kurang tidur yang membuat hormon dalam tubuh tidak seimbang. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara gangguan pola tidur dengan tepung albus pada wanita muda. Desain penelitian adalah pendekatan cross sectional. Sampel penelitian ini adalah 60 responden dengan teknik pengambilan sampel acak sederhana. Hasil penelitian adalah tes Kolmogorov-Smirnov, ada 58 responden (96,7%) mengalami gangguan pola tidur dengan kategori yang sering dan kadang-kadang dan 42 responden (70%) mengalami Flour Albus tidak normal. Diindikasikan bahwa nilai $p < 0,000$ ($< 0,05$). Kesimpulan penelitian ini ada hubungan antara gangguan pola tidur dengan tepung albus. Dalam menyarankan kepada responden agar memperhatikan dan meningkatkan kesadaran tentang pola tidur yang baik.

Kata kunci: Flour Albus, gangguan pola tidur

*Corresponding Author :

Aries Abiyoga
Program Studi S-1 Keperawatan
STIKES Wiyata Husada Samarinda, Indonesia
Email : ariesabiyoga@rocketmail.com



PENDAHULUAN

Kesehatan reproduksi diartikan sebagai suatu kondisi yang menjamin bahwa fungsi reproduksi, khususnya proses reproduksi dapat berlangsung dalam keadaan sejahtera fisik, mental maupun sosial dan bukan sekedar terbebas dari penyakit atau gangguan fungsi alat reproduksi. Kesehatan reproduksi merupakan unsur terpenting dalam kesehatan umum, baik pada perempuan ataupun pada laki-laki, kesehatan reproduksi juga dapat mempengaruhi kesehatan bayi, anak, remaja dan orang yang berusia diluar masa reproduksi (Janah, 2013).

Menurut *World Health Organisation* (WHO) masalah kesehatan reproduksi perempuan yang buruk telah mencapai 33% dari jumlah total beban penyakit yang diderita para perempuan di dunia salah satunya adalah keputihan (Putranto, 2016 dalam Wawan, 2017).

Menurut data dari dinas kesehatan Kabupaten Tanah bumbu (2017), menunjukkan bahwa remaja putri usia 10-20 tahun berjumlah 18.641 orang remaja putri yang beresiko mengalami keputihan.

Wanita Keputihan merupakan sekresi vaginal abnormal pada wanita.Keputihan yang disebabkan oleh infeksi biasanya disertai rasa gatal di dalam vagina dan di sekitar bibir vagina bagian luar, kerap pula

disertai bau busuk, dan menimbulkan rasa nyeri sewaktu berkemih atau bersenggama.Keputihan kerap dianggap sebagai masalah kewanitaan yang biasa-biasa saja dan sering dialami oleh wanita.Jika memperhatikan, keputihan terjadi ketika merasa lelah atau stress.Keputihan dapat dianggap sebagai salah satu alarm tubuh, terutama untuk masalah reproduksi (Nurhasanah, 2009 dalam Miesna, 2013).

Dampak dari Keputihan yang tidak ditangani dan berlangsung terus-menerus akan mengganggu fungsi organ reproduksi wanita dengan terjadinya penyakit menular seksual (PMS) khususnya pada remaja tidak dapat diabaikan begitu saja, akibat yang sering terjadi adalah penyulit ataupun penjaralan penyakit pada organ tubuh lainnya seperti terjadi penyakit *gonore* dan *sifilis*. Infeksi PMS terutama *gonore* dan infeksi klamidia pada alat reproduksi perempuan dapat mengakibatkan kemandulan, PMS dapat mempermudah penularan *human immunodeficiency syndrome* (HIV/AIDS) dari seseorang ke orang lain (Septiani dan ervina, 2015).

Hasil penelitian di perkotaan dari dr. Prita Muliarini SpOG, meningkatnya gaya hidup yang terdiri dari gaya berpakaian, bekerja, kebiasaan terhadap kebersihan lingkungan (sanitasi) dan pemakaian obat-obatan berpengaruh besar terhadap

*Corresponding Author :

Aries Abiyoga
Program Studi S-1 Keperawatan
STIKES Wiyata Husada Samarinda, Indonesia
Email : ariesabiyoga@rocketmail.com

keseimbangan ekosistem vagina yang seringkali mempengaruhi prevalensi keputihan sebesar 76%, padahal faktanya keputihan tidak normal bisa memicu kanker serviks (Sylvia, 2010 dalam Sholikah, 2012).

Prevalensi dan estimasi jumlah penderita penyakit kanker pada penduduk semua umur menurut Provinsi tahun 2013 mengatakan bahwa pada Provinsi Kalimantan selatan menempati terbanyak kedua dari Provinsi Kalimantan lainnya, dengan jumlah 6.145 orang dengan diagnosa dokter 1,6% (Infodatin, 2015).

Menurut data yang diperoleh dari Dinas Kesehatan Kabupaten Tanah Bumbu pada tahun 2017 dari bulan Januari sampai dengan bulan Maret didapatkan jumlah penderita yang mengalami kanker leher rahim (kanker serviks) sebanyak 74 orang penderita yang mengalami kanker serviks (Dinkes, 2017).

Keputihan tidak selalu merugikan, jika keputihan ini wajar dan tidak menunjukkan bahaya lain. Sebenarnya, cairan yang disebut keputihan ini berfungsi sebagai sistem pelindung alami saat terjadi gesekan di dinding vagina saat melakukan hubungan seksual. Keputihan ini merupakan salah satu mekanisme pertahanan tubuh dari bakteri yang menjaga kadar keasaman pH wanita. Cairan ini selalu berada di dalam alat genital tersebut (Iswati, 2010 dalam Anna, 2013).

Faktor-faktor yang memengaruhi terjadinya keputihan bermacam-macam, keputihan dapat disebabkan oleh adanya infeksi (kuman, jamur, parasite, virus) gangguan hormonal akibat mati haid, adanya kanker atau keganasan pada alat kelamin,

kurangnya perilaku dalam menjaga kebersihan organ genital, dan kurangnya waktu tidur yang membuat hormon dalam tubuh tidak seimbang (Rozanah, 2012 dalam Yanie, 2013).

Gangguan pola tidur adalah kondisi yang jika tidak terobati secara umum akan menyebabkan gangguan tidur malam yang mengakibatkan munculnya salah satu dari 3 masalah berikut : Insomnia adalah gerakan atau sensasi abnormal dikala tidur malam atau ketika terjaga ditengah malam atau rasa mengantuk berlebih disiang hari (Emilia, 2008 dalam Widodo 2015).

Gangguan pola tidur dinilai dari gangguan dalam jumlah, kualitas, atau waktu tidur. Prevalensi gangguan pola tidur banyak ditemukan pada remaja sebesar 73,4% di Indonesia. Gangguan pola tidur pada remaja menyebabkan gangguan konsentrasi, gangguan regulasi *mood* dan perilaku, serta gangguan kognitif. Kekurangan tidur mempengaruhi fungsi otak terutama pada fungsi pemecahan masalah yang kompleks (Pavoven et al, 2010 dalam Purwanti 2014).

Dari hasil studi pendahuluan Madrasah Aliyah Darul Azhar Simpang Empat Kabupaten Tanah Bumbu yang mengalami Keputihan sebanyak 12 orang siswi dari 16 orang siswi yang menjadi responden di dapatkan (100%) siswi mengalami keputihan pada saat sebelum dan sesudah menstruasi, 12 siswi yang mengalami keputihan, 6 orang mengatakan mengalami keputihan dengan cairan yang keluar pada vagina dalam jumlah banyak, terasa gatal, dan berwarna kekuningan, 3 orang yang mengalami keputihan dengan cairan yang berjumlah banyak, 2

orang mengatakan saat keputihan merasa gatal, dan 1 orang mengatakan mengalami keputihan yang berbau amis, 4 siswi yang mengalami keputihan berwarna bening, dan tidak merasakan ada keluhan dari keputihan yang dialaminya. Pada 12 orang siswi yang mengalami keputihan terdapat 6 orang mengatakan bahwa mengalami keputihan yang disebabkan oleh gangguan pola tidur salah satunya Insomnia karena kelelahan dan pemakaian gadget secara berlebihan, 2 orang siswi mengalami keputihan yang disebabkan stress (banyak pikiran) dan 4 orang siswi lainnya tidak tahu apa penyebab dari keputihan.

Berdasarkan dengan permasalahan diatas, maka peneliti tertarik untuk meneliti tentang “ Hubungan Antara Gangguan Pola Tidur dengan *Flour albus* (Keputihan) pada remaja putri kelas X dan XI di Madrasah Aliyah DarulAzhar SimpangEmpat Kabupaten TanahBumbu 2017 “.

METODE PENELITIAN

Rancangan penelitian ini menggunakan pendekatan *cross sectional* yang bertujuan untuk mengetahui adanya hubungan antara gangguan pola tidur dengan *Flour Albus* (keputihan) pada remaja putri.

Populasi dalam penelitian ini adalah Pada penelitian ini populasi yang digunakan sebagai subjek atau responden adalah semua siswi kelas X dan XI yang berjumlah 151 orang dan jumlah sampel sebanyak 60 orang sebagai responden.

Instrumen yang digunakan pada penelitian ini menggunakan kuesioner.

HASIL PENELITIAN

1. Gangguan Pola Tidur

Distribusi hasil penelitian mengenai gangguan pola tidur pada remaja putri kelas X dan XI di Madrasah Aliyah Darul Azhar.

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Gangguan Pola Tidur

No	Gangguan Pola Tidur	Jumlah	Presentase (%)
1	Tidak	2	3,3
2	Kadang-Kadang	37	61,7
3	Sering	21	35
Total		60	100

Berdasarkan tabel 5.2 dapat diketahui bahwa sebagian besar responden (61,7%) mempunyai gangguan pola tidur dengan kategori kadang-kadang, hampir setengah responden (35%) mempunyai gangguan pola tidur dengan kategori sering dan sebagian kecil responden (3,3%) mempunyai gangguan pola tidur dengan kategori tidak.

2. Flour Albus

Distribusi hasil penelitian mengenai *flour albus* pada remaja putri kelas X dan XI di Madrasah Aliyah Darul Azhar.

Tabel 2 Distribusi Frekuensi *Flour Albus*

No	<i>Flour Albus</i>	Jumlah	Presentase (%)
1	Normal	18	30
2	Tidak Normal	42	70
Total		60	100

Berdasarkan tabel 2 dapat diketahui bahwa sebagian besar responden (70%) mempunyai *flour albus* yang tidak normal dan hampir setengah responden (30%) yang mempunyai *flour albus* yang normal.

3. Hubungan antara Gangguan pola tidur dengan *Flour Albus* (Keputihan) pada

remaja putri kelas X dan XI di Madrasah Aliyah Darul Azhar Simpang Empat Kabupaten Tanah-Bumbu 2017.

Hasil uji *Kolmogorov-Smirnov Test* dari data penelitian tentang Gangguan pola tidur dengan *Flour Albus* (Keputihan) pada remaja putri kelas X dan XI di Madrasah Aliyah Darul Azhar Simpang Empat Kabupaten TanahBumbu 2017, didapatkan hasil sebagai berikut :

Tabel 3 Gangguan pola tidur dengan *Flour Albus* (Keputihan) pada remaja putri kelas X dan XI di Madrasah Aliyah Darul Azhar.

Gangguan Pola Tidur	<i>Flour Albus</i>				Total	Nilai P value
	Tidak Normal		Normal			
	N	%	N	%		
Tidak	1	2,4	1	5,6	2	0,00
Kadang-kadang	2	57,	1	72	37	0
Sering	4	1	3			
	1	40,	4	22	21	
	7	5				
Total	4	100	1	10	60	
	2		8	0		

Berdasarkan Tabel 3 diketahui bahwa dari 42 responden yang mempunyai *flour albus* tidak normal, sebagian besar responden (57,1%) memiliki gangguan pola tidur dengan kategori kadang-kadang, hampir setengah responden (40,5%) yang memiliki gangguan pola tidur kategori sering dan sebagian kecil responden (2,4%) memiliki gangguan pola tidur dengan kategori tidak. Sedangkan dari 18 responden yang mempunyai *flour albus* normal, sebagian besar responden (72%) memiliki gangguan pola tidur dengan kategori kadang-kadang, sebagian kecil responden (22%)

memiliki gangguan pola tidur dengan kategori sering dan sebagian kecil responden (5,6%) memiliki gangguan pola tidur dengan kategori tidak.

Dari hasil uji *Kolmogorov-Smirnov Test*, diperoleh nilai *p value* sebesar 0,000 karena $p\ value \leq (0,05)$ sehingga H_0 ditolak. Hal ini berarti dapat diketahui bahwa ada hubungan antara gangguan pola tidur dengan *Flour Albus* (Keputihan) pada remaja putri kelas X dan XI di Madrasah Aliyah Darul Azhar.

DISKUSI

1. Identifikasi Gangguan Pola Tidur pada remaja putri kelas X dan XI di Madrasah Aliyah Darul Azhar Kecamatan Simpang Empat Kabupaten TanahBumbu 2017

Data dari hasil penelitian tentang gangguan pola tidur pada responden di Madrasah Aliyah Darul Azhar Kecamatan Simpang Empat Kabupaten TanahBumbu 2017, didapatkan bahwa sebagian besar responden mempunyai gangguan pola tidur dengan kategori kadang-kadang, hampir setengah responden mempunyai gangguan pola tidur dengan kategori sering dan sebagian kecil responden mempunyai gangguan pola tidur dengan kategori tidak pernah.

Dari hasil identifikasi responden pada saat penelitian yang mengalami gangguan pola tidur kategori kadang-kadang maupun sering, disebabkan karena responden menyatakan merasa lelah, sering mengantuk pada siang hari, sulit untuk memulai tidur, tiba-tiba terbangun pada malam hari, merasa kurang nyaman/gelisah saat tidur dan sering

tidur larut malam karena main *game* dan media sosial.

Hasil tersebut sama dengan penelitian Tareluan, *et al* (2016) dengan sampel penelitian sebanyak 32 responden, didapatkan hasil bahwa sebagian besar responden mempunyai gangguan pola tidur.

Gangguan pola tidur sebenarnya bukanlah suatu penyakit melainkan gejala dari beberapa gangguan fisik, mental dan spiritual. Gangguan tidur yang berkepanjangan akan mengakibatkan perubahan pada siklus tidur biologisnya, menurunkan daya tahan tubuh serta menurunkan prestasi kerja, mudah tersinggung, depresi, kurang konsentrasi, kelelahan, yang pada akhirnya dapat memengaruhi keselamatan diri sendiri atau orang lain (Potter & Perry, 2010 dalam Yaqin, 2016).

Gangguan pola tidur pada remaja menyebabkan gangguan konsentrasi, gangguan regulasi mood, gangguan keseimbangan hormon dalam tubuh dan perilaku, serta gangguan kognitif. Kekurangan tidur memengaruhi fungsi otak terutama pada fungsi pemecahan masalah yang kompleks dan mengalami (Zulmi, 2016).

2. Identifikasi *Flour Albus* (Keputihan) pada remaja putri kelas X dan XI di Madrasah Aliyah Darul Azhar Kecamatan Simpang Empat Kabupaten Tanah Bumbu 2017

Data dari hasil penelitian tentang *flour albus* pada responden di Madrasah Aliyah Darul Azhar Kecamatan Simpang Empat Kabupaten Tanah Bumbu 2017, didapatkan bahwa sebagian besar

responden mempunyai *flour albus* yang tidak normal dan hampir setengah responden yang mempunyai *flour albus* yang normal.

Dari hasil identifikasi responden pada saat penelitian yang mengalami *flour albus* tidak normal, menyatakan bahwa sebagian besar responden mengalami keputihan seperti cairan kental yang keluar dari vagina yang berwarna kekuningan atau seperti putih keju, keputihan yang dialami dalam jumlah banyak, keputihan yang dialami disertai rasa gatal pada vagina dan keputihan yang dialami berbau tidak sedap atau amis.

Hasil tersebut sama dengan penelitian Ulfa (2013) dengan sampel penelitian sebanyak 103 responden, didapatkan hasil bahwa sebagian responden mengalami keputihan patologis (tidak normal).

Keputihan merupakan keadaan yang paling sering terjadi dan merupakan keluhan umum yang sering terjadi pada kalangan wanita, keluarnya cairan dari vagina dapat terjadi pada semua wanita yang menyebabkan berbagai macam masalah yaitu ketidaknyamanan, kecemasan sehingga dapat memengaruhi kualitas hidup. Beberapa keputihan ada yang normal (fisiologis) yang tergantung pada usia, penggunaan kontrasepsi, siklus menstruasi, dan level ekstrogen (Basri, 2014).

Jamur dan bakteri banyak tumbuh dalam kondisi tidak bersih dan lembab. Organ reproduksi merupakan

daerah tertutup dan berlipat, sehingga lebih mudah untuk berkeringat, lembab dan kotor. Perilaku buruk dalam menjaga kebersihan genetalia, seperti mencuci dengan air yang tidak bersih, memakai pembilas vagina secara berlebihan, kelelahan hingga menyebabkan gangguan tidur, hormon yang tidak seimbang, menggunakan celana dalam yang tidak menyerap keringat, tidak sering mengganti celana dalam, menggunakan pembalut yang terlalu lama lebih dari 6 jam dapat menjadi pencetus timbulnya infeksi yang menyebabkan keputihan (Ulfa, 2013).

Keputihan normal cirinya antara lain : warnanya kuning, kadang-kadang putih kental, tidak berbau tanpa disertai keluhan (misalnya gatal, nyeri, rasa terbakar, dan sebagainya), keluar pada saat menjelang dan sesudah menstruasi atau pada saat stress dan kelelahan yang disebabkan terjadinya gangguan pola tidur (Wijayanti, 2009).

3. Hubungan antara Gangguan pola tidur dengan *Flour Albus* (Keputihan) pada remaja putri kelas X dan XI di Madrasah Aliyah Darul Azhar Simpang Empat Kabupaten Tanah-Bumbu 2017.

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa ada hubungan antara gangguan pola tidur dengan *Flour Albus* (keputihan) pada remaja putri kelas X dan XI di Madrasah Aliyah Darul Azhar Kecamatan Simpang Empat Kabupaten Tanah Bumbu 2017. Hasil uji *Kolmogorov-Smirnov Test* diperoleh nilai $p \text{ value}$ $(0,000) < \alpha (0,05)$.

Didapatkan hasil pada penelitian ada hubungan antara gangguan pola tidur dengan flour albus (keputihan) pada remaja putri kelas X dan XI di Madrasah Aliyah Darul Azhar Kecamatan Simpang Empat Kabupaten Tanah Bumbu 2017.

Keputihan merupakan sekresi vaginal abnormal pada wanita. Keputihan yang disebabkan oleh infeksi biasanya disertai rasa gatal di dalam vagina dan di sekitar bibir vagina bagian luar, kerap pula disertai bau busuk, dan menimbulkan rasa nyeri sewaktu berkemih atau bersenggama. Keputihan kerap dianggap sebagai masalah kewanitaan yang biasa-biasa saja dan sering dialami oleh wanita. Jika memperhatikan, keputihan terjadi ketika merasa lelah atau stress. Keputihan dapat dianggap sebagai salah satu alarm tubuh, terutama untuk masalah reproduksi (Nurhasanah, 2009 dalam Miesna, 2013).

Dampak dari keputihan yang tidak ditangani dan berlangsung terus-menerus akan mengganggu fungsi organ reproduksi wanita dengan terjadinya penyakit menular seksual (PMS) khususnya pada remaja tidak dapat diabaikan begitu saja, akibat yang sering terjadi adalah penyulit ataupun penjalaran penyakit pada organ tubuh lainnya seperti terjadi penyakit *gonore* dan *sifilis*. Infeksi PMS terutama *gonore* dan infeksi klamidia pada alat reproduksi perempuan dapat mengakibatkan kemandulan, PMS dapat mempermudah penularan *human immunodeficiency syndrome* (HIV/AIDS) dari seseorang ke orang lain (Septiani,

2015). Organ reproduksi wanita khususnya pada bagian saluran indung telur yang dapat menyebabkan infertilitas, keguguran, dan kematian janin dalam kandungan (KJDK), kelainan kongenital, lahir *premature* (Marhaeni, 2016).

Faktor-faktor yang memengaruhi terjadinya keputihan bermacam-macam, keputihan dapat disebabkan oleh adanya infeksi (kuman, jamur, parasite, virus) gangguan hormonal akibat mati haid, adanya kanker atau keganasan pada alat kelamin, kurangnya perilaku dalam menjaga kebersihan organ genital, dan kurangnya waktu tidur yang membuat hormon dalam tubuh tidak seimbang (Rozanah, 2012 dalam Yanie, 2013).

Menurut Agustiyani (2014) yang meneliti tentang tingkat stress dengan kejadian keputihan pada remaja putri kelas X Dan XI di SMA Taman Jetis Yogyakarta. memperoleh hasil bahwa ada hubungan yang bermakna antara tingkat stress dengan kejadian keputihan.

Stress merupakan reaksi atau respon tubuh terhadap stressor psikososial, tekanan mental atau beban kehidupan. Kondisi tubuh remaja pada saat stress akan mengalami perubahan, termasuk perubahan pada hormon reproduksinya. Hormon estrogen juga akan terpengaruh oleh kondisi stress. Hal ini menjadi penyebab pemicu terjadinya gangguan menstruasi dan keputihan yang dialami remaja. Kebanyakan remaja yang mengalami stress akibat dari keadaan lelah baik fisik

dan psikis yang diakibatkan karena kurangnya jam tidur dan juga karena adanya masalah pribadi, lingkungan serta keluarga (Nusya, 2014 dalam Agustiyani 2014).

Gangguan pola tidur pada remaja menyebabkan gangguan konsentrasi, gangguan regulasi *mood*, gangguan keseimbangan hormon dalam tubuh dan perilaku, serta gangguan kognitif. Kekurangan tidur memengaruhi fungsi otak terutama pada fungsi pemecahan masalah yang kompleks dan mengalami (Zulmi, 2016).

Gangguan pola tidur adalah kondisi yang jika tidak terobati secara umum akan menyebabkan gangguan tidur malam yang mengakibatkan munculnya salah satu dari 3 masalah berikut : Insomnia adalah gerakan atau sensasi abnormal dikala tidur malam atau ketika terjaga ditengah malam atau rasa mengantuk berlebih disiang hari (Emilia, 2008 dalam widodo 2015).

Dalam penelitian ini didapatkan bahwa sebagian besar responden memiliki gangguan pola tidur dengan kategori kadang-kadang dan hampir setengah responden sering mengalami gangguan pola tidur sehingga terjadi penurunan daya tahan tubuh dan terjadi kelelahan serta gangguan keseimbangan hormon, khususnya hormon estrogen pada wanita. Hal ini menjadi penyebab pemicu terjadinya gangguan keputihan yang dialami remaja.

KESIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan :

1. Sebagian besar responden mempunyai gangguan pola tidur dengan kategori kadang-kadang dengan persentase 61,7%.
2. Sebagian besar responden mempunyai *flour albus* yang tidak normal dengan persentase 70%.
3. Ada hubungan antara gangguan pola tidur dengan *Flour Albus* (Keputihan) pada remaja putri kelas X dan XI di Madrasah Aliyah Darul Azhar Simpang-Empat Kabupaten TanahBumbu 2017.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustiyani, D, Suryani. (2014). *Hubungan Tingkat Stress Dengan Kejadian Keputihan Pada Remaja Putri Kelas X Dan Xi Di Sma Taman Jetis Yogyakarta*. Diakses pada tanggal 12 Februari 2017. Skripsi. Yogyakarta : STIKES Aisyiyah
- Anna, F.J, Sampurno, E, Wahyuningsih. (2013). *Perilaku Vulva Hygiene Berhubungan Dengan Kejadian Keputihan Pada Remaja Putri Kelas XII SMA GAMA 3 Yogyakarta*.JNKI Vol.1 No.2, 2013.
- Basri, N.R. (2014). *Hubungan Gula Darah Sewaktu Dengan Kejadian Flour Albus Pada Wanita Hamil Usia 13-40 Minggu di RS Prikasih Pondok Labu Periode Januari-April 2014*. Diakses pada tanggal 15 Februari 2017, dari <http://repository.uinjkt.ac.id/dspace/handle/123456789/37173>
- Dinas Kesehatan Tanah Bumbu. (2017). *Laporan bulanan di Dinas Kesehatan Tanah Bumbu tahun 2017*. Pemerintah Kabupaten Tanah Bumbu, Batulicin Tanah Bumbu
- Infodatin, (2015). *Pusat Data Dan Informasi*. Kementrian Kesehatan RI. Jakarta Selatan.
- Janah, A.F, Sampurno, E, Wahyuningsih. (2013). *Perilaku Vulva Hygiene Berhubungan dengan Kejadian Keputihan pada Remaja Putri Kelas XII SMA GAMA 3 Maret Yogyakarta*. Jurnal Ners dan Kebidanan Indonesia (JNKI) Vol.1 No.2, 2013
- Madrasah Aliyah Darul Azhar. (2017). *Data Kesiswaan diruang Tata Usaha*. MA Darul Azhar. Tanah Bumbu.
- Marhaeni, G.A. (2016). *Keputihan Pada Wanita*. Jurnal Skala Husada, Vol.03 No.1, April 2016, 30-38.
- Miesna, I. (2013). *Hubungan Antara Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Dengan Sikap Remaja Putri Terhadap Keputihan di SMK Negeri 2 Simpang Empat Kabupaten Tanah Bumbu*, Skripsi. Tanah Bumbu : STIKes Darul Azhar.
- Purwanti, S,R. (2014). *Hubungan Kebiasaan Mandi Air Hangat Dengan Gangguan Pola Tidur Pada Usia Lanjut Di Desa Canden Krajan Kalikotes Klaten*. Diakses Pada Tanggal 22 Desember 2016, dari <http://repository.uinjkt.ac.id/space/handle/123456789/44138>
- Septiani, S, Ervina, S. (2015). *Hubungan Jenis Kelamin Dan Sumber Informasi Dengan Pengetahuan Remaja Mengenai Penyakit Menular Seksual (PMS)*. E-Jurnal Obstretika. Vol.3 No.1.
- Sholikah, A, Widiastuti, T. (2012). *Hubungan Penggunaan Pembersih Genetalia Eksterna Dengan Kejadian Keputihanpada Siswi Kelas X1 Ipa Di Sman 1 Mayong Jepara*. Jurnal Kesehatan dan Budaya. Vol.3 No.1
- Tareluan, D.G,Bawotong, J, Hamel, R. (2016). *Hubungan Antara Beban Kerja Dengan Gangguan Pola Tidur Pada Perawat Di Instalasi Gawat Darurat Non Trauma Rsup Prof Dr. R. D. Kandou Manado*. E-Journal Keperawatan (E-Kp), vol.4 No.2, Juli (2016).
- Ulfa, Y. (2013). *Hubungan Perilaku Menjaga Genetalia Eksterna Dengan Kejadian Keputihan Pada Siswi Kelas XI SMA N 1 Kecamatan Pangkalan Koto Baru*

Tahun 2012. Jurnal Kesehatan Masyarakat STIKes Prima Nusantara Bukit Tinggi. Vol.3 No.2.

- Wawan, Ulfah, M.L, Febrina, A.C. (2017). *Gambaran Tingkat Kecemasan Wanita Usia Subur 20-45 Tahun Yang Mengalami Keputihan Di Rw 01 Kelurahan Setiajaya Kecamatan Cibeureum Kota Tasikmalaya*. Jurnal Kesehatan Bakti Tunas Husada, Vol.17 No.1, Februari 2017.
- Widodo, J. (2015). *Hubungan Antara Beban Kerja Dengan Gangguan Pola Tidur Pada Perawat Di Instalasi Gawat Darurat Non Trauma Rsup Prof Dr. R. D. Kandou Manado*. e-journal Keperawatan (e-Kp). Vol.4 No.2, 2016.
- Yanie, S. (2013). *Hubungan Antara Pengetahuan Personal Higiene Genetalia dengan Kejadian Keputihan Pada Remaja Putri di Sekolah Madrasah Aliyah Negeri 1 Kabupaten Kota Baru*. Skripsi. Tanah Bumbu : STIKes Darul Azhar.
- Yaqin, U.F.N. (2016). *Hubungan Kualitas Tidur Dengan Tekanan Darah Pada Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Jember*.
- Zulmi, A.Z. (2016). *Pengaruh Masase Punggung Terhadap Kualitas Tidur Pada Lansia Di UPT PSLU Jember*. Diakses Pada Tanggal 15 Maret 2017, dari <http://repository.unej.ac.id/handle/123456789/76519>

