



Jurnal Kesehatan Medika Saintika Vol 7 (1)
Jurnal Kesehatan Medika Saintika

<http://jurnal.syedzasaintika.ac.id>

**PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN TENTANG MENARCHE
TERHADAP KECEMASAN MENGHADAPI MENARCHE PADA SISWA
KELAS 4-6 DI SDN 24 UJUNG GURUN KECAMATAN PADANG BARAT**

Vino Rika Nofia

Stikes Syedza Saintika Padang

ABSTRACT

Menarche is the first period that is common in the age range 10-16 years, in the form of periodic and cyclic bleeding from the uterus with exfoliation (desquamation) endometrium. Through interviews 4 students say anxious when asked about menstruation because they say have not ever get educational materials about menstruation causing feelings of fear and confusion when faced menarche. The purpose of this study was to determine the effect of health education on the anxiety to face menarche menarche in girls grades 4-6 at primary school N 24 Ujung Padang Kecamatan padang barat of 2015.

The research design was pre-experimental approach comparasion Static-group design. The population in this study are all 4-6 grade students who have not experienced menarche were 70 people, 35 control group, 35 treatment groups using a simple method of total sampling. Data processed using univariate and bivariate frequency distribution with paired sample t-test.

Results showed students who experience anxiety in the control group 29 (82.9%), 16 (45.7%) in the group treated before being given health education about menarche, after being given health education students who are anxious 6 people (17, 1), the results of statistical tests found significant value 0,000.

It can be concluded that there are significant health education on the anxiety to face menarche menarche in girls grades 4-6 elementary school. It is recommended to the health center staff to create educational programs to elementary school about menarche to reduce student anxiety about menarche. To the school to re-enable business activities Educational Activity (UKS).

Keywords: Health Education, menarche, Anxie

PENDAHULUAN

Masa pubertas merupakan satu tahap perkembangan yang ditandai dengan kematangan organ seksual dan menuju tercapainya kemampuan reproduksi, pada perempuan ditandai dengan Haid. Remaja putri yang telah memasuki masa pubertas akan mengalami *menarche* (Janiwarti & Pieter, 2013). *Menarche* didefinisikan sebagai menstruasi pertama yang biasa terjadi dalam rentang usia 10-16 tahun, yaitu berupa perdarahan periodik dan siklik dari uterus disertai pengelupasan (deskuamasi) endometrium (Proverawati & Misaroh,2009).

Data demografi menunjukkan bahwa penduduk di dunia jumlah populasi remaja merupakan populasi yang besar dari penduduk dunia. Menurut *World Health Organization* dalam Soetjiningsih (2007) yang dikutip lagi oleh Wahyu, Dkk. (2010) sekitar seperlima dari penduduk dunia terdiri dari remaja berumur 10-19 tahun. Sekitar sembilan ratus juta berada dinegara sedang berkembang.

Menurut WHO batasan usia remaja yaitu antara umur 10-19

tahun. Di Indonesia, remaja usia 10-19 tahun berjumlah sekitar 43 jiwa atau 19,61% dari jumlah penduduk (Depkes RI, 2006). Sedangkan untuk remaja usia 10-19 tahun (WHO, 2007), berjumlah 44 juta atau 21%. Pada tahun 2008, jumlah remaja di Indonesia mencapai 62 juta jiwa (IDAI, 2010 dikutip dari Prastika, 2012).

Kejadian pubertas pada remaja putri bervariasi dipengaruhi oleh keturunan, bangsa, lingkungan, ras atau suku bangsa, faktor iklim, cara hidup, keterpaparan terhadap media masa orang dewasa dan lingkungan. Badan yang lemah atau penyakit yang mendera seorang anak gadis umpamanya, bisa memperlambat tibanya menstruasi. Selanjutnya rangsangan-rangsangan kuat dari luar, seperti film-film seks (blue films), buku-buku bacaan dan majalah bergambar seks, godaan dan rangsangan dari kaum pria, pengamatan langsung terhadap perbuatan seksual. Semua itu tidak hanya mengakibatkan memuncaknya atau semakin panasnya reaksi-reaksi seksual saja, akan tetapi juga mengakibatkan kematangan seksual

yang lebih pada diri anak, namun semakin muda usia anak perempuan tersebut maka akan semakin belum siap menerima peristiwa menstruasi (Kartono, 2006).

Stanley Hall seorang bapak Pelopor Psikologi Perkembangan Remaja mengemukakan bahwa masa remaja dianggap sebagai masa “topan-badai dan stres” (*storm and stress*) sehingga tak aneh jika melihat usia pubertas ini menjadikan remaja gampang marah dan mudah tersinggung (Mansur & Budiarti, 2013).

Di Negara Eropa usia rata-rata *menarche* terus menurun sekitar empat bulan pada setiap *decade* dalam abad ini. Di Amerika Serikat, sekitar 95% wanita remaja mempunyai tanda-tanda pubertas dengan *menarche* terjadi antara usia 8-13 tahun dan umur rata-rata 12,5 tahun yang diiringi dengan pertumbuhan fisik saat *menarche*. Di Maharashtra, India rata-rata usia *menarche* pada anak perempuan adalah 12,5 tahun. Di Netherlands menunjukkan pada tahun 1985 dan 1997, usia pubertas rata-rata telah

berkurang dari 11 tahun menjadi 10,7 tahun. 24,95% *menarche dini* (10-11 tahun), 64,77% *menarche ideal* (12-13 tahun) dan 10,30% *menarche terlambat* (14-15 tahun) (Rokade et al, 2009 dalam Pulungan, 2012).

Di Indonesia gadis remaja pada waktu *menarche* bervariasi antara 14-16 tahun menurun menjadi 10-16 tahun dan rata-rata *menarche* 12,5 tahun, usia *menarche* lebih dini di daerah perkotaan dari pada yang tinggal di Desa. (Marizal, 1995 dalam Ramadanus, 2008) yang dikutip lagi oleh (Yulia, 2011) mengemukakan usia *menarche* di Sumatra Barat 12,59 tahun dan di kota Padang ditemukan usia *menarche* 12,2 tahun. Usia *menarche* yang terlalu cepat pada sebagian remaja putri dapat menimbulkan keresahan secara mental (Sarwono, 2006). (Viyantimala, 2001 dalam Yulia, 2011), mengatakan rata-rata usia *menarche* remaja di perkotaan adalah 11,93 tahun sedangkan remaja di pedesaan rata-rata usia *menarche* 13,08 tahun, berarti datangnya *menarche* remaja perkotaan lebih

awal dibandingkan dengan remaja di pedesaan.

Departemen Kesehatan Republik Indonesia melaporkan terjadi penurunan usia *menarche* di Indonesia. Berdasarkan hasil RISKESDAS tahun 2010 dikutip dari Laadjim (2013) terdapat 5.2 % anak-anak di 17 provinsi Indonesia telah memasuki usia *menarche* di bawah usia 12 tahun.

Dari hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Sawitri (2008) tentang Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang *Menarche* Dengan Tingkat Kecemasan Remaja Putri Usia 10-14 Tahun Menghadapi *Menarche* di SD N 04 Pagi Pondok Labu Jakarta Selatan. Di dapatkan siswi yang mengalami tingkat kecemasan ringan 29 siswi (55,8%), sedangkan siswi dengan tingkat kecemasan berat 23 siswi (44,2%).

Dari penelitian yang dilakukan oleh Destri (2013) tentang Tingkat Kecemasan Siswi Kelas VII Dalam Menghadapi *Menarche* di SMP Warga Surakarta. Di dapatkan tingkat kecemasan ringan sebanyak 8

siswi (22,9%), tingkat kecemasan sedang sebanyak 17 siswi (48,6%), cemas berat sebanyak 10 siswi (28,5%).

SD N 24 Ujung Gurun merupakan salah satu SD negeri di Kota Padang yang terletak di pusat kota, yang sebagian besar tingkat ekonomi keluarganya menengah atau cukup mampu, sehingga mempunyai tingkat kecukupan gizi dan keterpaparan media massa. Berdasarkan survey pendahuluan yang dilakukan peneliti di SD N 24 Ujung Gurun padang belum terdapat kurikulum tentang pendidikan kesehatan dan program UKS sudah lama tidak aktif. SD N 24 ujung gurun merupakan SD yang memiliki angka *menarche* lebih cepat di antara SD lainnya, karena sudah terdapat siswi yang mengalami *menarche* dari kelas 5. Di SD ini, jumlah siswa perempuan lebih banyak dari siswa laki-laki, dan beberapa siswi perempuan di kelas 4-6 memiliki postur tubuh yang subur.

Melalui wawancara dari 6 siswi yang belum mengalami *menarche* terdapat 4 siswi mengatakan cemas saat ditanya

tentang haid, mereka mengatakan gelisah, takut, bingung, malu dan jantung berdegup kencang. Mereka mengatakan belum pernah mendapatkan materi pendidikan kesehatan tentang menstruasi, sehingga timbul berbagai perasaan takut dan bingung ketika menghadapi *menarche*. Berdasarkan latar belakang diatas peneliti tertarik melihat apakah ada pengaruh antara pendidikan kesehatan tentang *menarche* terhadap kecemasan menghadapi *menarche* pada siswi kelas 4-6 di SD N 24 Ujung Gurun Kecamatan Padang Barat tahun 2015.

METODE PENELITIAN

Desain penelitian yang digunakan adalah pre-eksperimental dengan pendekatan *Static-group comparasion design* dimana penelitian ini bertujuan untuk menentukan pengaruh dari suatu tindakan pada kelompok subjek (siswi) yang mendapatkan perlakuan (pendidikan kesehatan), kemudian dibandingkan dengan kelompok subjek (siswi) yang tidak

mendapatkan perlakuan (pendidikan kesehatan) (Nursalam, 2008).

Populasi dalam penelitian ini adalah semua siswi kelas 4-6 yang belum atau akan mengalami *menarche* yang berada di SD N 24 Ujung Gurun Kec. Padang Barat tahun 2015. Jumlah siswi kelas 4-6 yang belum mengalami *menarche* adalah 70 siswi. Teknik pengambilan Sampel dalam Penelitian ini adalah total populasi). Dimana sampel dalam penelitian ini dibagi 2 terdiri dari 35 siswi dari kelas 4-6 A (perlakuan) yang diberi pendidikan kesehatan dan 35 siswi dari kelas 4-6 B (kontrol) tidak diberi pendidikan kesehatan. Sampel pada penelitian ini adalah siswi kelas 4-6 di SD N 24 Ujung Penelitian ini telah dilakukan pada tanggal 5 s/d 10 Mei di SD N 24 Ujung Gurun Kec. Padang Barat Tahun 2015.

HASIL PENELITIAN

Berikut ini akan disajikan hasil penelitian pengaruh pendidikan kesehatan tentang *menarche* terhadap kecemasan menghadapi *menarche* pada siswi kelas 4-6 di SD N 24

Ujung Gurun Kecamatan Padang Barat Tahun 2015 sebagai berikut :

Distribusi Frekuensi Kecemasan Tentang Menstruasi Pada Kelompok Kontrol dan Perlakuan

Kecemasan	f	%
Tentang Menstruasi		
Kelompok control		
• Tidak Cemas	6	17,1
• Cemas	29	82,9
Total	35	100
Kelompok Pre-Test		
• Tidak Cemas	19	54,3
• Cemas	16	45,7
Total	35	100
Kelompok Post-Test		
	29	82,9
• Tidak Cemas	6	17,1
• Cemas		
Total	35	100

0.000

Tabel diatas memperlihatkan data bahwa paling banyak yang mengalami cemas yaitu pada kelompok control yaitu 29 orang siswi (82,9%) dari kelas 4-6 B artinya kelompok yang tidak mendapatkan pendidikan kesehatan tentang *menarche* terhadap kecemasan menghadapi *menarche*, sedangkan pada kelompok perlakuan dari kelas 4-6 A sebelum diberikan pendidikan kesehatan tentang *menarche* didapatkan siswi mengalami cemas yaitu 16 orang siswi (45,7%) tetapi sesudah diberikan pendidikan kesehatan tentang *menarche* siswi yang mengalami cemas yaitu 6 orang siswi (17,1%) pada siswi kelas 4-6 di SD N 24 Ujung Gurun Kecamatan Padang Barat Tahun 2015.

Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Menarche Terhadap Kecemasan Menghadapi Menarche Pada Siswi Kelas 4-6 Di SD N 24

Ujung Gurun Padang Tahun 2015

Kecemasan Menghadapi Menarche	Nilai Rata-Rata	Significant
Sebelum	31,54	
Sesudah	25,80	

Tabel diatas didapatkan nilai rata-rata sebelum diberikan pendidikan kesehatan tentang *menarche* yaitu 31,54 dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan yaitu 25,80. Hal ini terjadi pada rata-rata tingkat kecemasan siswi dalam menghadapi *menarche* sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan. Dari hasil uji statistik terdapat perbedaan yang bermakna antara nilai tingkat kecemasan sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan dengan nilai signifikan 0,000. Nilai tersebut menunjukkan bahwa terdapat perbedaan antara sebelum dengan sesudah diberikan pendidikan kesehatan tentang *menarche* terhadap kecemasan menghadapi *menarche* pada siswi kelas 4-6 di SD N 24 Ujung Gurun Kecamatan Padang Barat Tahun 2015.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian tentang Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang *Menarche* Terhadap Kecemasan Menghadapi *Menarche* Pada Siswi Kelas 4-6 di SD N 24 Ujung Gurun Kecamatan

Padang Barat Tahun 2015, maka pembahasan dapat diuraikan sebagai berikut :

Hasil penelitian menunjukkan bahwa paling banyak yang mengalami cemas yaitu pada kelompok control yaitu 29 orang (82,9%) dari kelas 4-6 B artinya kelompok yang tidak mendapatkan pendidikan kesehatan tentang *menarche* terhadap kecemasan menghadapi *menarche*, sedangkan pada kelompok perlakuan sebelum diberikan pendidikan kesehatan tentang *menarche* didapatkan siswi yang mengalami cemas yaitu 16 orang (45,7%) dari kelas 4-6 A, tetapi sesudah diberikan pendidikan kesehatan tentang *menarche* siswi yang mengalami cemas yaitu 6 orang (17,1%), nilai *signifikan* sebelum dengan sesudah dilakukan pendidikan kesehatan tentang *menarche* yaitu 0,000. Nilai tersebut menunjukkan bahwa terdapat perbedaan antara sebelum dengan sesudah diberikan pendidikan kesehatan tentang *menarche* pada siswi kelas 4-6 di SD N 24 Ujung Gurun Kecamatan Padang Barat Tahun 2015.

Hasil penelitian ini sama dengan penelitian yang dilakukan oleh Destri (2013) tentang Tingkat Kecemasan Siswi Kelas VII Dalam Menghadapi *Menarche* di SMP Warga Surakarta. Di dapatkan tingkat kecemasan ringan sebanyak 8 siswi (22,9%), tingkat kecemasan sedang sebanyak 17 siswi (48,6%), cemas berat sebanyak 10 siswi (28,5%).

Hasil penelitian ini juga sama dengan penelitian yang dilakukan oleh Sawitri (2008) tentang Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang *Menarche* Dengan Tingkat Kecemasan Remaja Putri Usia 10-14 Tahun Menghadapi *Menarche* di SD N 04 Pagi Pondok Labu Jakarta Selatan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan antara tingkat pengetahuan dengan kecemasan Menghadapi *Menarche*.

Terbukti bahwa dengan diberikan pendidikan kesehatan akan mempengaruhi tingkat kecemasan siswi SD. Hal ini terlihat dalam penelitian dimana terdapatnya pengaruh antara sebelum dengan sesudah diberikan pendidikan

kesehatan tentang *menarche* terhadap kecemasan menghadapi *menarche* pada siswi kelas 4-6 di SD N 24 Ujung Gurun Kecamatan Padang Barat Tahun 2015.

Adanya perbedaan tingkat kecemasan ini dapat disebabkan karena sebelum diberikan pendidikan kesehatan, siswi tidak tahu tentang *menarche* dan setelah diberikan pendidikan kesehatan maka siswi menjadi lebih tahu tentang *menarche* sehingga mereka merasa tidak cemas ketika mengalami *menarche*.

Pada penelitian ini ditemukan bahwa persentase siswi yang mengalami kecemasan lebih banyak terjadi pada siswi yang belum mendapatkan pendidikan kesehatan. Hal ini dapat disebabkan karena ketidak tahuan siswi tersebut tentang *menarche* sehingga kesiapan mental siswi belum matang maka menimbulkan kecemasan pada mereka. Sesuai dengan pendapat (Sukarni, 2013) bahwa pemahaman masalah menstruasi bergantung pada beberapa faktor yaitu usia anak gadis, kondisi psikis, lingkungannya, dan pendidikannya. Kesiapan mental sangat diperlukan sebelum *menarche*

karena perasaan cemas dan takut akan muncul. Perasaan bingung, gelisah, cemas, tidak nyaman selalu menyelimuti perasaan seorang wanita yang mengalami menstruasi untuk pertama kali (*menarche*). Kecemasan bukan merupakan suatu penyakit melainkan suatu gejala. Hal ini akan semakin parah apabila pengetahuan remaja mengenai menstruasi ini sangat kurang dan pendidikan dari orang tua yang kurang.

Dari hasil kuisisioner didapatkan data bahwa 37,1% siswi menyatakan bahwa mereka selalu merasa belum siap menerima datangnya haid, 34,3% siswi menyatakan bahwa mereka selalu merasa malu jika ditanya tentang haid, 25,7% siswi menyatakan kedua kaki dan tangan mereka gemetar jika memikirkan tentang haid, 28,6% siswi menyatakan wajah mereka terlihat cemas jika memikirkan tentang haid, 28,6% siswi juga menyatakan bahwa badan mereka cepat lemah dan mudah lelah ketika akan mengalami haid dan 25,7% siswi menyatakan tidak dapat

beristirahat dan duduk dengan tenang jika memikirkan haid.

Ditemukan pada penelitian ini bahwa setelah diberikan pendidikan kesehatan pada murid SD tersebut hanya beberapa siswi yang mengalami cemas tentang *menarche* dan siswi telah mengetahui dan memahami tentang *menarche* karena *menarche* bukanlah suatu hal yang menakutkan sehingga akhirnya mereka tidak lagi merasakan kecemasan terhadap *menarche*.

Hasil kuisisioner didapatkan 17,1% siswi menyatakan selalu merasa belum siap menerima datangnya haid, 14,3% siswi menyatakan bahwa mereka selalu merasa badan cepat lemah dan mudah lelah ketika akan mengalami haid, 14,3% siswi menyatakan sering merasa jantung berdebar-debar dengan keras dan cepat, 11,4% siswi menyatakan bahwa mereka sering merasa kaku dan mati rasa ketika memikirkan tentang haid dan 14,3% siswi menyatakan bahwa wajah mereka sering terlihat cemas jika memikirkan tentang haid.

Pendapat lain disampaikan oleh Sukarni (2013) bahwa

pemahaman masalah menstruasi bergantung pada beberapa faktor yaitu usia anak gadis, kondisi psikis, lingkungannya, dan pendidikannya. Kesiapan mental sangat diperlukan sebelum *menarche* karena perasaan cemas dan takut akan muncul. Perasaan bingung, gelisah, cemas, tidak nyaman selalu menyelimuti perasaan seorang wanita yang mengalami menstruasi untuk pertama kali (*menarche*). Kecemasan bukan merupakan suatu penyakit melainkan suatu gejala. Hal ini akan semakin parah apabila pengetahuan remaja mengenai menstruasi ini sangat kurang dan pendidikan dari orang tua yang kurang.

Diperkuat oleh pendapat Stanley Hall seorang bapak Pelopor Psikologi Perkembangan Remaja mengemukakan bahwa masa remaja dianggap sebagai masa “topan-badai dan stres” (*storm and stress*) sehingga tak aneh jika melihat usia pubertas ini menjadikan remaja gampang marah dan mudah tersinggung (Mansur & Budiarti,2013).

Berdasarkan hal ini maka menurut analisa peneliti terhadap

penelitian ini adalah ditemukan bahwa adanya pengaruh antara sebelum dengan sesudah diberikan pendidikan kesehatan tentang *menarche* terhadap kecemasan menghadapi *menarche* pada siswi kelas 4-6 di SD N 24 Ujung Gurun Padang tahun 2015. Hal ini menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan akan mempengaruhi terhadap tingkat kecemasan siswi SD tersebut. Dengan demikian agar tingkat kecemasan tentang *menarche* bisa berkurang atau bahkan mereka tidak lagi merasa cemas maka perlu adanya pemberian pendidikan kesehatan pada siswi SD tersebut. Untuk itu perlu adanya peran dari petugas kesehatan setempat untuk memberikan penyuluhan tentang *menarche* pada siswi SD tentang *menarche*. Upaya ini bisa dilakukan melalui kerjasama dengan pihak sekolah melalui program Usaha Kesehatan Sekolah (UKS).

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan tentang Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang

Menarche Terhadap Kecemasan Menghadapi *Menarche* pada Siswi Kelas 4-6 di SD N 24 Ujung Gurun Kecamatan Padang Barat Tahun 2015, maka dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Tingkat kecemasan siswi sebelum diberikan pendidikan kesehatan tentang *menarche* pada kelompok kontrol mengalami Cemas 29 orang (82,9%) dan pada kelompok perlakuan mengalami Cemas 16 orang (45,7%).
2. Sesudah diberikan pendidikan kesehatan tentang *menarche* terdapat 6 orang (17,1) siswi yang mengalami Cemas.
3. Terdapat perbedaan antara sebelum dengan sesudah diberikan pendidikan kesehatan tentang *menarche* terhadap kecemasan menghadapi *menarche* pada siswi kelas 4-6 di SD N 24 Ujung Gurun Kecamatan Padang Barat Tahun 2015 (0,000).

SARAN

Berdasarkan hasil penelitian maka penulis menyarankan kepada

petugas puskesmas yang bertanggung jawab dalam bidang promosi kesehatan untuk membuat program edukasi terhadap siswi SD di Wilayah Kerja Puskesmas setempat tentang *menarche* untuk dapat mengurangi kecemasan siswi menghadapi *menarche*. Dan disarankan pada sekolah untuk mengaktifkan kegiatan Usaha Kegiatan Sekolah (UKS) dan mengadakan penyuluhan kesehatan tentang *menarche* kerjasama dengan puskesmas setempat.

DAFTAR PUSTAKA

- Alimul, Azis. (2011). *Metode Penelitian Keperawatan dan Teknik Analisis Data*. Jakarta: Salemba Medika.
- Aspuah, S. (2013). *Kumpulan Kuesioner dan Instrumen Penelitian Kesehatan*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Chomaria, Nurul. (2008). *Aku Sudah Gede (ngobrolin pubertas buat remaja islam)*. Solo: Samudra.
- Dorland, W. A. (2002). *Kamus kedokteran Dorland*. Jakarta: EGC.
- Dahlan, S. (2012). *Staistik Untuk Kedokteran Dan Kesehatan*. Jakarta : Salemba Medika.

- Destri. (2013). *“Tingkat Kecemasan Siswi Kelas VII Dalam Menghadapi Menarche di SMP Warga Surakarta”*. Disertasi tidak diterbitkan. Surakarta: KTI.
- Hawari, Dadang. (2001). *Manajemen Stres, Cemas Dan Depresi*. Jakarta: Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia (FKUI).
- Hastono, ST. (2006). *Analisa Data Kesehatan*. Depok: Fakultas Kesehatan Masyarakat UI.
- Janiwarty, B & Pieter, H.Z. (2013). *Pendidikan Psikologi Untuk Bidang*. Yogyakarta: Rapha Publishing.
- Kartono, K. (2006). *Psikologi Wanita: Mengenal Gadis Remaja dan Wanita Dewasa*. Bandung: Mandar Maju.
- Laadjim, A. 2013. *Hubungan Status Gizi Dengan Usia Menarche Pada Remaja Putri di SMPN 8 Kota Gorontalo Tahun 2013 (online) hal.29*. diakses dari <http://kim.ung.ac.id/index.php/KIMFIKK/article/viewFile/2830/2806> tanggal 7 April 2013.
- Mansur, H & Budiarti, T. (2011). *Psikologi Ibu dan Anak Untuk Kebidanan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Notoatmodjo, S. (2007). *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*. Jakarta: RinekaCipta.
- _____. (2010). *Promosi Kesehatan Teori & Aplikasi*. Jakarta: RinekaCipta.
- _____. (2012). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nursalam. (2008). *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan : Pedoman Skripsi, Tesis dan Instrumen Penelitian Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Nevid, J. Dkk.(2006). *Psikologi Abnormal*. Jakarta: Erlangga.
- Proverawati, A & Misaroh, S. (2009). *Menarche :Menstruasi Pertama Penuh Makna*, Yogyakarta: Nuha Medika.
- Pulungan, F. (2012). *Pengaruh Fungsi Keluarga Terhadap Pemahaman Remaja Putri Usia Sekolah Dasar Tentang Menarche (online)*. Di akses dari <http://repository.usu.ac.id/bitstream/123456789/34639/5/Chapter%20I.pdf> tanggal 26 maret 2015.
- Prastika, D. 2012. *Hubungan Indeks Massa Tubuh (IMT) Dengan Usia Menarche Pada Remaja Putri. (online)*, <http://azizahmentariindah.blogspot.com/2013/06/hubungan-indeks-massa-tubuh-imt-dengan.html>, diakses 12 maret 2015.

- Sawitri. 2008. "*Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Menarche Dengan Tingkat Kecemasan Remaja Putri Usia 10-14 Tahun Menghadapi Menarche di SD N 04 Pagi Pondok Labu Jakarta Selatan*". Disertasi tidak diterbitkan. Skripsi.
- Sarwono, S. W. (2006). *Psikologi Remaja*. Jakarta: PT RajaGrafindoPersada.
- Sukarni, K. I & Wahyu, P. (2013). *Buku Ajar Keperawatan Maternitas*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Stuart, G. W. (2006). *Buku Saku Keperawatan Jiwa*. Edisi 5. Jakarta: EGC.
- Wahyuni, Dkk. (2010). *Faktor-faktor Yang Berhubungan Dengan Pengetahuan Tentang Menarche Dan Menstruasi Pada Remaja Putri di SMP N 9 Semarang Tahun 2010 (online) hal.8*, diakses dari <http://digilib.unimus.ac.id/files/disk1/113/jtptunimus-gdl-danisajeng-5637-2-babi.pdf> tanggal 4 april 2015.
- Yulia, V. 2010. *Faktor-faktor Yang Berhubungan Dengan Keterlambatan Usia Menarche Pada Remaja Putri di SLTP Kecamatan Situjuah Limo Nagari Kabupaten Lima Puluh Kota Tahun 2010 (online) hal.10*. diakses dari <http://repository.unand.ac.id/18201/1.pdf> tanggal 7 april 2015.