

HUBUNGAN PENGETAHUAN TENTANG MENSTRUASI DENGAN KESIAPAN DALAM MENGHADAPI *MENARCHE* PADA SISWI SDN ASRIKATON 1

Silvia Novitasari
Hartati Eko Wardani
Desi Ariwinanti

Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Malang
Email: silvianovitasari71@gmail.com

ABSTRACT: Menarche is the first menstruation as a natural process that occurs in the reproductive female. Menstruation is the release of the wall of the uterus (endometrium) accompanied by a regular and normal bleeding every month from the uterus as a sign that the reproductive organs have matured. Knowledge of menstruation is crucial for female adolescent in facing menarche, so that they are ready to face menarche. Otherwise, the lack of knowledge will lead to erroneous assumptions and behavior, such as assuming that menarche is a disease, and also anxiety. The purpose of this study was to determine the correlation between knowledge of menstruation and the readiness of menarche on female adolescents at SDN Asrikaton 1, Pakis District, Malang Regency. This research used the design of Correlational research with Cross sectional approach. Samples were obtained using the technique of Total sampling the 35 female students (grade IV, V, VI) at SDN Asrikaton 1. Samples studied were female students who had not experienced menarche. Data were collected by using questionnaire, and then statistically analyzed by the method of Chi-square. Based on the results Statistical analysis showed the significance value (p-value) of 0.000. Therefore, it can be concluded that there was a significant correlation between knowledge of menstruation and the readiness of menarche on female adolescents at SDN Asrikaton 1.

Keyword: knowledge, menstruation, menarche, readiness

ABSTRAK: *Menarche* adalah menstruasi pertama yang merupakan proses alami yang terjadi pada wanita reproduktif. Menstruasi adalah pelepasan dinding rahim (endometrium) disertai perdarahan secara teratur dan normal yang terjadi setiap bulan dari rahim sebagai tanda bahwa organ reproduksi telah matang. Pengetahuan yang baik terkait menstruasi sangat diperlukan siswi dalam menghadapi *menarche*, agar mereka siap menghadapi *menarche*. Jika tidak, akan menimbulkan anggapan yang keliru terkait *menarche*, seperti menganggap bahwa datangnya *menarche* sebagai suatu penyakit, sehingga menimbulkan kecemasan. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan dalam menghadapi *menarche* pada siswi SDN Asrikaton 1 Kecamatan Pakis Kabupaten Malang. Penelitian ini menggunakan desain penelitian korelasional dengan pendekatan *cross sectional*, menggunakan teknik total sampling pada 35 siswi kelas IV, V, VI SDN Asrikaton 1 yang belum mengalami *menarche*. Pengumpulan data menggunakan kuesioner dengan analisis data yaitu univariat dan bivariat menggunakan *chi square*. Berdasarkan hasil penelitian didapatkan nilai *p-value* 0,000. Hasil ini menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara pengetahuan mengenai menstruasi dengan kesiapan dalam menghadapi *menarche* pada siswi SDN Asrikaton 1.

Kata Kunci: pengetahuan, menstruasi, *menarche*, kesiapan

Masa remaja didefinisikan sebagai masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa (Proverawati & Misaroh, 2009:2). Di masa ini seseorang mengalami masa pubertas yang pada wanita salah satunya ditandai dengan datangnya menstruasi pertama (*menarche*). Datangnya *Menarche* mempunyai risiko untuk terjadinya gangguan psikologis pada remaja putri. Menstruasi merupakan pelepasan endometrium atau dinding rahim yang disertai dengan perdarahan serta mengandung sel telur yang tidak dibuahi yang terjadi secara periodik (pada waktu tertentu) dan siklik (berulang-ulang) (Nirwana, 2011:47).

Usia termuda *menarche* pada remaja putri di Indonesia adalah 9 tahun dan usia tertua *menarche* adalah 18 tahun. Kebanyakan remaja putri di Indonesia mengalami *menarche* pada usia 12 tahun (31,33%), usia 13 tahun (31,30%) dan pada usia 14 tahun (18,24%). Sebagian besar usia *menarche* remaja putri di Indonesia adalah pada usia 12-14 tahun (Batubara, dkk., 2010:78).

Kedatangan *menarche* sering kali dianggap sebagai suatu penyakit, sehingga memicu timbulnya kecemasan. Penelitian dari Soleha (2016:8) yang menyebutkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kesiapan siswi menghadapi *menarche* dengan tingkat kecemasan siswi. Dampak dari kecemasan dapat berpengaruh pada penurunan prestasi belajar siswa (Liana, 2017:1138).

Kesiapan menghadapi menstruasi pertama (*menarche*) adalah keadaan yang menunjukkan bahwa seseorang siap untuk mencapai salah satu kematangan fisik yaitu datangnya menstruasi pertama (*menarche*). Hal ini ditandai dengan adanya pemahaman yang mendalam tentang proses menstruasi sehingga siap menerima dan mengalami menstruasi pertama (*menarche*) sebagai proses yang normal (Fajri & Khairani, 2011:136).

Pengetahuan bisa didapat di mana saja. Pengetahuan tentang menstruasi

seharusnya sudah didapat sejak di bangku sekolah dasar, namun kenyataannya masih jarang sekolah dasar yang memberikan tambahan pelajaran mengenai menstruasi. Sedangkan di rumah dan lingkungan mereka tinggal mungkin juga tidak banyak informasi terbuka mengenai hal-hal yang berkaitan dengan kesehatan reproduksi secara benar. Kebanyakan orang tua masih menganggap bahwa menstruasi merupakan hal tabu yang tidak perlu dibicarakan kepada anak. Hal tersebut mengakibatkan rendahnya pengetahuan siswa mengenai menstruasi (Proverawati & Misaroh, 2009:60). Padahal peran orang tua sangat berpengaruh seperti terdapat pada penelitian Fajri & Khairani (2011:142) yaitu terdapat hubungan positif antara komunikasi ibu dan anak terhadap kesiapan dalam menghadapi *menarche*, yang berarti apabila komunikasi ibu anak berlangsung efektif maka remaja akan siap dalam menghadapi menstruasi pertama (*menarche*).

Hasil Survei Kesehatan Reproduksi Remaja Indonesia (2007:35) menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan remaja tentang Kesehatan Reproduksi Remaja (KRR) rendah, yaitu pengetahuan remaja perempuan tentang menstruasi bahwa merupakan tanda dari berfungsinya sistem reproduksi wanita yaitu sekitar 6,5%. Menurut Iswarati (2011:15) juga mengatakan bahwa pengetahuan remaja di Indonesia tentang KRR relatif masih rendah, terutama berkaitan dengan pengetahuan akilbalig dan masa subur yaitu sebesar 39,6%. Pengetahuan siswi sekolah dasar terhadap menstruasi menurut hasil penelitian dari Fazria (2014:1) di SDN Cemorokandang 01 dan 02 Kota Malang adalah sebanyak 2 orang (10%) berpengetahuan baik, 12 orang (60%) berpengetahuan cukup, dan 6 orang (30%) berpengetahuan kurang. Berdasarkan Survei Demografi Kesehatan Indonesia (2012:24) mengenai KRR menyatakan bahwa sebanyak 72% remaja tidak memiliki pengetahuan tentang gejala PMS, tingkat

pengetahuan PMS lebih rendah pada wanita dan pria yang berusia lebih muda.

Pengetahuan tentang menstruasi yang kurang mengakibatkan remaja akan menganggap datangnya *menarche* merupakan gejala dari datangnya suatu penyakit, sehingga menimbulkan kepanikan, dan beberapa remaja juga menganggap bahwa merasa sangat kotor saat menstruasi pertama, sehingga mereka merasa malu, hal tersebut membuat remaja putri tidak siap menghadapi datangnya *menarche*. Menurut Sulistioningsih (2014:10) dampak dari ketidaksiapan menghadapi *menarche* adalah mempunyai risiko 4,079 kali berperilaku *vulva hygiene* tidak baik dibandingkan dengan remaja putri yang siap menghadapi *menarche*.

Berdasarkan informasi yang diperoleh dari kepala sekolah dan salah satu guru didapatkan bahwa di SDN Asrikaton 1 belum ada mata pelajaran khusus yang mempelajari tentang kesehatan reproduksi khususnya menstruasi, hanya ada pelajaran yang membahas alat-alat reproduksi yaitu masuk pada mata pelajaran IPA di kelas VI dan tidak membahas secara lengkap mengenai menstruasi. Sebelumnya di SDN Asrikaton ini juga belum pernah ada penelitian atau penyuluhan terkait menstruasi. Oleh karena itu, pengetahuan siswi mengenai menstruasi kurang dan siswinya cenderung malu dan bingung ketika ditanya mengenai hal menstruasi.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan dalam menghadapi *menarche* pada siswi SDN Asrikaton 1 Kecamatan Pakis Kabupaten Malang.

METODE

Penelitian ini menggunakan desain penelitian korelasional dengan pendekatan *cross sectional*, menggunakan teknik total sampling pada 35 siswi kelas IV, V, VI SDN Asrikaton 1 yang belum mengalami *menarche*. Pengumpulan data

menggunakan kuesioner yang dibuat oleh peneliti melalui uji validitas dan reliabilitas. Pengolahan data berupa *editing, coding, entry* dan *cleaning* menggunakan bantuan aplikasi computer yaitu *Microsoft Excel* dan *SPSS 23*. Teknik analisis data yang digunakan meliputi analisis data univariat, bivariat dengan *Chi Square*.

HASIL PENELITIAN

Analisis Univariat

Hasil analisis univariat dari penelitian ini disajikan pada tabel berikut.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Variabel Penelitian

Variabel	Kategori	f	%
Pengetahuan	Baik	13	37,2%
	Cukup	11	31,4%
	Kurang	11	31,4%
Kesiapan	Siap	17	49%
	Tidak	18	51%
	Siap		
Sumber Informasi	Internet	0	0
	TV	0	0
	Orang Tua	26	74%
	Teman	2	6%
	Sekolah	7	20%
	Buku	0	0

Berdasarkan tabel 1 dapat diketahui bahwa responden yang memiliki pengetahuan baik sebanyak 13 siswi (37,2%). Siswi dengan pengetahuan cukup sebanyak 11 siswi (31,4%), dan pengetahuan kurang 11 siswi (31,4%), dari ke 35 siswi yang siap menghadapi *menarche* sebanyak 17 siswi (49%), sedangkan yang tidak siap menghadapi *menarche* terdapat 18 siswi (51%).

Sumber informasi yang didapatkan responden sebagian besar dari orang tua yaitu sebanyak 26 responden (74%), sumber informasi dari sekolah sebanyak 7 responden (20%), dan dari teman sebanyak 2 responden (6%).

Analisis Bivariat

Hasil analisis bivariat dari penelitian ini disajikan pada tabel berikut ini:

Tabel 2. Hubungan Pengetahuan tentang Menstruasi dengan Kesiapan Menghadapi *Menarche* pada Siswi SDN Asrikaton 1

Pengetahuan	Kesiapan				Jumlah		p
	Siap		Tidak Siap				
	n	%	n	%	n	%	
Kurang	2	11,8	9	50	11	31,4	0,00
Cukup	3	17,7	8	44,4	11	31,4	
Baik	12	70,5	1	5,6	13	37,2	
Jumlah	17	100	18	100	35	100	

Berdasarkan tabel 2 dapat diketahui bahwa nilai *p-value* sebesar $0,000 < 0,05$ yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan menghadapi *menarche* pada siswi SDN Asrikaton 1. Dari 35 responden terdapat 12 responden yang memiliki pengetahuan baik dan siap menghadapi *menarche*, dan hanya 1 responden dengan pengetahuan baik namun tidak siap menghadapi *menarche*. Selanjutnya dari 11 responden yang memiliki pengetahuan cukup, terdapat 3 responden yang siap menghadapi *menarche* dan 8 responden tidak siap menghadapi *menarche*. Responden dengan pengetahuan kurang dan siap menghadapi *menarche* yaitu 2 responden sedangkan 9 responden memiliki pengetahuan kurang dan tidak siap menghadapi *menarche*.

PEMBAHASAN
Pengetahuan Siswi Tentang Menstruasi

Dari hasil penelitian diketahui bahwa sebanyak 13 responden (37,2%) memiliki pengetahuan baik, 11 responden (31,4%) dengan pengetahuan cukup, dan 11 responden (31,4%) memiliki pengetahuan kurang. Berdasarkan hasil penelitian sebagian besar responden mendapatkan informasi mengenai menstruasi dari orang tua yaitu sebanyak 26 responden (74%), sumber informasi dari teman sebanyak 2 responden (6%), dan dari sekolah sebanyak 7 responden (20%). Orang tua memiliki peran yang sangat penting dalam memberikan informasi

tentang menstruasi terutama ibu. Komunikasi antar orangtua khususnya ibu dan anak berisiko memberikan informasi yang lebih dipahami oleh anak sehingga akan dapat menambah pengetahuan anak.

Penelitian dari Purnamawati & Fikawati (2014:5) tentang faktor yang berhubungan dengan pengetahuan siswi kelas IV, V, VI tentang menstruasi menyebutkan bahwa peran guru di sekolah, peran teman sebaya, serta keterpaparan informasi juga mempunyai hubungan yang signifikan dalam meningkatkan pengetahuan siswi.

Peningkatan pengetahuan siswi tentang menstruasi juga dipengaruhi oleh faktor usia. Menurut Budiman & Riyanto (2013:6) semakin bertambah usia akan semakin baik daya tangkap dan pola pikir seseorang sehingga menyebabkan pengetahuan yang diperoleh semakin baik. Seperti hasil penelitian, siswi yang memiliki pengetahuan baik sebagian besar berusia 11 dan 12 tahun.

Pengalaman juga dapat mempengaruhi peningkatan pengetahuan siswi tentang menstruasi. Pengalaman merupakan guru terbaik. Pengalaman bisa didapat siswi baik secara langsung maupun tidak langsung. Pengalaman bisa didapat dari kejadian yang dialami sendiri maupun orang lain seperti dari teman sebaya, orang tua, keluarga. Dari pengalaman tersebut siswi bisa memperoleh pengetahuan atau pembelajaran terkait menstruasi (Afifah & Hastuti, 2016:57).

Dari 11 responden (31,4%) yang memiliki pengetahuan kurang dipengaruhi oleh kondisi lingkungan yaitu kurangnya persediaan buku tentang menstruasi, sehingga membuat siswi memiliki minat baca yang kurang. Dapat dilihat dari hasil penelitian bahwa tidak ada responden yang mendapat informasi tentang menstruasi dari buku. Seperti penelitian dari Indarsita & Purba (2017:187) yang menyebutkan bahwa kurangnya persediaan buku tentang kesehatan

reproduksi khususnya tentang menstruasi dapat mempengaruhi kurangnya tingkat pengetahuan siswi tentang menstruasi.

Kesiapan Siswi Menghadapi Menarche

Hasil penelitian menunjukkan dari 35 responden terdapat 17 responden (49%) siap menghadapi *menarche*, dan 18 responden (51%) tidak siap menghadapi *menarche*. Kesiapan responden dalam menghadapi *menarche* dipengaruhi oleh berbagai macam hal yaitu usia, sumber informasi yang terdiri dari keluarga, teman, dan lingkungan sekolah.

Hasil penelitian ini menunjukkan 18 responden tidak siap yang sebagian besar terdiri dari usia 9 dan 10 tahun, sedangkan 17 responden siap yang sebagian besar dari usia 11 dan 12 tahun. Sejalan dengan penelitian Jayanti & Purwanti (2011:13) semakin muda usia siswa maka akan semakin belum siap menghadapi *menarche*. Pada usia yang masih sangat muda mereka belum mendapatkan informasi yang lengkap mengenai menstruasi. Sehingga *menarche* akan dianggap sebagai beban oleh anak, dan menyebabkan ketidaksiapan menghadapi *menarche*.

Kesiapan siswi SDN Asrikaton 1 dalam menghadapi *menarche* salah satunya juga dipengaruhi oleh sumber informasi dari keluarga, keluarga menjadi sumber informasi terdekat dan utama bagi perkembangan remaja. Seperti hasil penelitian Indarsita & Purba (2017:187) yaitu dari 17 respondennya yang memiliki kesiapan positif, mereka mendapatkan informasi terkait menstruasi dari keluarga. Hal ini menunjukkan bahwa sumber informasi serta dukungan dari keluarga sangat berpengaruh bagi remaja putri dalam menghadapi *menarche*.

Komunikasi antara ibu anak juga dapat mempengaruhi kesiapan siswi dalam menghadapi *menarche*. Menurut Ramadhani (2016:9) terdapat hubungan antara peran ibu dalam komunikasi ibu

anak dengan kesiapan menghadapi *menarche* pada anak usia sekolah. Peran ibu sangat penting dalam mengedukasi atau memberikan informasi kepada anaknya tentang menstruasi, sehingga dengan komunikasi yang baik antar ibu anak dapat mempengaruhi kesiapan anak dalam menghadapi menstruasi pertama.

Pengetahuan siswi tentang menstruasi juga dapat mempengaruhi kesiapan siswi dalam menghadapi *menarche*. Penelitian yang dilakukan oleh Hermawati (2016:7) menyebutkan bahwa terdapat hubungan pengetahuan siswi tentang menstruasi dengan kesiapan dalam menghadapi *menarche*, dengan memiliki pengetahuan yang baik tentang menstruasi akan berisiko membuat responden lebih siap dalam menghadapi *menarche*, begitu sebaliknya. Pemberian informasi yang positif dari berbagai sumber, kemudian diberikan dengan penuh kehangatan dan disertai dengan sikap dukungan serta pengertian akan mengurangi rasa kekhawatiran, rasa terbebani ataupun kesedihan akibat datangnya *menarche*, sehingga bisa membuat anak lebih siap dalam menghadapi *menarche* (Kurniawati, 2011:6).

Hubungan Pengetahuan Tentang Menstruasi Dengan Kesiapan Menghadapi Menarche

Berdasarkan hasil analisis bivariat menggunakan *chi square* didapatkan nilai *p value* $0,000 < 0,05$ membuktikan adanya hubungan yang signifikan antara pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan menghadapi *menarche* pada siswi SDN Asrikaton 1. Responden dengan pengetahuan baik dan siap sebanyak 12 responden (70,5%), responden dengan pengetahuan cukup dan siap sebanyak 3 responden (17,7%), sedangkan responden dengan pengetahuan kurang dan siap sebanyak 2 responden (11,8%). Responden dengan pengetahuan baik dan tidak siap sebanyak 1 responden (5,6%), responden dengan pengetahuan cukup

dan tidak siap sebanyak 8 responden (44,4%), sedangkan responden dengan pengetahuan kurang dan tidak siap sebanyak 9 responden (50%).

Hubungan pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan menghadapi *menarche* pada siswi SDN Asrikaton 1 menunjukkan arah kecenderungan pada siswi dengan pengetahuan baik akan lebih siap dalam menghadapi menstruasi pertama, sedangkan siswi dengan pengetahuan kurang cenderung tidak siap dalam menghadapi menstruasi pertama. Namun terdapat seorang siswi yang memiliki pengetahuan baik atau cukup namun tidak siap menghadapi *menarche*, hal ini dikarenakan faktor lingkungan mereka tinggal, misalnya kebiasaan atau adat yang menganggap menstruasi hal yang tabu untuk diketahui anak, jadi siswi mendapat informasi mengenai menstruasi hanya sebatas dari pelajaran saja, sehingga kesiapan psikis mereka kurang (Hastuti,dkk., 2014:21).

Sedangkan pada siswi dengan pengetahuan yang kurang namun siap menghadapi *menarche* disebabkan karena faktor teman sebaya, seperti penelitian Puspita, dkk. (2015:7) teman sangat berperan penting dalam bertukar informasi dan pengalaman, salah satunya mengenai menstruasi. Karena mereka sering bertukar cerita mengenai menstruasi dengan teman yang sudah mengalami *menarche*, sehingga mengerti bagaimana keadaan ketika mendapat menstruasi pertama bahwa tidak menakutkan dan merupakan hal yang wajar sehingga dapat mempengaruhinya, meskipun pengetahuan tentang menstruasi mereka masih kurang.

Hasil penelitian dari Leliana (2010:57) menunjukkan bahwa pengetahuan yang baik sebanyak 53,66% responden dapat mempengaruhi kesiapan siswi dalam menghadapi *menarche* yaitu sebanyak 80,49% responden, sehingga dapat disimpulkan seseorang yang siap menghadapi *menarche* didasari oleh pengetahuan

yang baik pula. Hasil penelitian lain dari Yusuf, dkk. (2014:1) yang menyebutkan bahwa yaitu ada hubungan antara pengetahuan dengan kesiapan menghadapi *menarche* yang ditunjukkan dengan hasil *p value* sebesar 0,017.

Penelitian yang dilakukan Lutfiya (2016:135) menyebutkan bahwa faktor yang mempengaruhi kesiapan siswi sekolah dasar adalah pengetahuan dengan nilai *p-value* 0,012. Semakin kurang tingkat pengetahuan yang dimiliki seseorang, maka dorongan untuk bersikap siap dalam menghadapi *menarche* juga kurang. Dari beberapa hasil penelitian terdahulu sejalan dengan hasil penelitian yaitu ada hubungan mengenai pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan menghadapi *menarche*.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai hubungan pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan menghadapi *menarche* pada siswi SDN Asrikaton 1 dapat diambil kesimpulan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan menghadapi *menarche* yang dilihat dari hasil nilai *p-value* $0,000 < 0,05$.

SARAN

Saran-saran yang dapat diberikan penelitian antara lain: (1) Guru SDN Asrikaton 1 agar menyediakan wadah atau sarana bagi siswinya untuk belajar materi tentang menstruasi, bisa melalui tambahan pelajaran melalui kegiatan ekstrakurikuler yang ada di sekolah dan juga menambah koleksi buku tentang menstruasi agar dapat meningkatkan minat baca siswi, (2) pada penyedia layanan kesehatan agar melakukan kerjasama dengan SDN Asrikaton 1 dalam hal promosi kesehatan kepada siswa dan siswi di sekolah dasar terkait kesehatan reproduksi untuk meningkatkan pengetahuan siswa dan siswi terkait kesehatan reproduksi (3)

pada penelitian selanjutnya diharapkan agar melakukan penelitian lebih lanjut dengan tema menstruasi dengan cakupan sampel yang lebih luas serta variabel yang lebih bervariasi agar didapatkan hasil penelitian yang baru.

DAFTAR RUJUKAN

- Afifah, A & Hastuti, P. 2016. Hubungan Tingkat Pengetahuan tentang Menstruasi dengan Kesiapan Menghadapi *Menarche* pada Siswi Kelas V dan VI di SDN Dangkel Parakan Temanggung Tahun 2014. *Jurnal Kebidanan*, 5(11). Dari ejournal.poltekkes-smg.ac.id/ojs/index.php/jurkeb/article/download/2881/534
- Badan Pusat Statistik. 2007. *Survei Kesehatan Reproduksi Remaja Indonesia*. Jakarta: Badan Pusat Statistik
- Batubara, J., Soesanti, F., Waal, D.H. 2010. *Age at Menarche in Indonesian Girls: A National Survey*. 42(2), 78. Dari <http://www.inaactamedica.org/archives/2010/april/20513931.pdf>
- Budiman., Riyanto, A. 2013. *Kapita Selekta Kuesioner: Pengetahuan dan Sikap dalam Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Salemba Medika
- Fajri, A., Khairani, M. 2011. Hubungan antara Komunikasi Ibu-Anak dengan Kesiapan Menghadapi Menstruasi Pertama (*Menarche*) pada Siswi SMP Muhammadiyah Banda Aceh. *Jurnal Psikologi Undip*, 10(2), 136. Dari <http://ejournal.undip.ac.id/index.php/psikologi/article/view/2885>
- Fazria, U. 2014. *Hubungan Pengetahuan tentang Menstruasi dengan Tingkat Kecemasan Menghadapi Menarche pada Remaja Putri di SDN Cemorokandang 01 dan 02 Kecamatan Kedungkandang Kota Malang Tahun 2014*. (online). <http://perpustakaan.poltekkes-malang.ac.id/index>
- Hastuti, P. T., Widatiningsih, S., Afifah, A. 2014. Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Menstruasi dengan Kesiapan Menghadapi *Menarche* pada Siswi Kelas V dan VI SDN Dangkel Parakan Temanggung Tahun 2014. *Jurnal Kebidanan*, 3 (7), 27. Dari <http://ejournal.poltekkes-smg.ac.id/ojs/index.php/jurkeb/article/view/118>
- Hermawati, L. 2016. *Hubungan antara Tingkat Pengetahuan Menstruasi dengan Kesiapan menghadapi Menarche pada Remaja Putri di Kelas VII SMPN 6 Purwokerto 2016*. Skripsi Naskah Publikasi. (online). Purwokerto: Program Studi Sarjana Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Purwokerto. <http://repository.ump.ac.id/202.pdf>
- Indarsita, D., Purba, Y. 2017. Pengetahuan dan Kesiapan Remaja Putri dalam Menghadapi *Menarche* di SDN No 064023 Medan Tahun 2017. *Jurnal Ilmiah PANNMED*, 12(2). Dari <http://panmed.poltekkes-medan.ac.id/pdf>
- Iswarati. 2011. Pengetahuan dan Sumber Informasi Kesehatan Reproduksi Remaja di Indonesia. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 3 (18). Dari <http://download.portalgaruda.org/article.php>
- Jayanti, F.N., Purwanti, S. 2011. Deskripsi Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kesiapan Anak dalam Menghadapi *Menarche* di SDN 1 Kretek Kecamatan Paguyangan Kabupaten Brebes. *Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 3(1), 3. Dari <http://ojs.akbidylpp.ac.id/index.php/Prada/article/view/11>

- Kementerian Kesehatan. 2012. *Survey Demografi dan Kesehatan Indonesia tahun 2012 tentang Kesehatan Reproduksi Remaja* (online), <http://kesga.kemkes.go.id/images/pedoman/SDKI-2012-Remaja-Indonesia.pdf>
- Kurniawati, D. 2011. *Hubungan Tingkat Pengetahuan tentang Menstruasi dengan Tingkat Kesiapan Menghadapi Menarche pada Siswi Usia 10-12 Tahun di SD Muhammadiyah Dadapan Turi Sleman Yogyakarta Tahun 2011*. Naskah Publikasi, (online), Yogyakarta: PSIK Stikes Aisyiyah Yogyakarta. <http://digilib.unisayogya.ac.id/pdf>
- Leliana. 2010. *Hubungan Pengetahuan Remaja Putri terhadap Kesiapan dalam Menghadapi Menarche di SD Al-Alzar Medan*. Skripsi Naskah Publikasi. (online). Medan: Program D-IV Bidang Pendidikan Fakultas Keperawatan Universitas Sumatera Utara. https://www.researchgate.net/publication/7_Hubungan_Pengetahuan_Remaja_Putri_Terhadap_Kesiapan_Dalam_Menghadapi_Menarche_di_SD_AL-Azhar_Medan
- Liana, C. 2017. Pengaruh Tingkat Kecemasan Siswa terhadap Prestasi Belajar Sejarah Siswa Kelas X IPS 2 SMAN 12 Surabaya. *E-Journal Pendidikan Sejarah*, 5(3), 1138
- Lutfiya, I. 2016. Analisis Kesiapan Siswi Sekolah Dasar dalam Menghadapi Menarche. *Jurnal Biometrika dan Kependudukan*, 5(2). Dari <file:///C:/Users/SILVIA02/Downloads/5833-17889-1-SM.pdf>
- Munda, S.S., Wagey, W.F., Wantania, J. 2013. Hubungan Antara IMT dengan Usia Menarche pada Siswi SD dan SMP di Kota Manado. *Jurnal E-Clinic*, 1(1), 5. Dari <https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/eclinic/article/view/3289>
- Nirwana, B.A. 2011. *Psikologi Kesehatan Wanita*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Proverawati, A & Misaroh, A. 2009. *Menarche: Menstruasi Pertama Penuh Makna*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Purnamawati, W., Fikawati, S. 2014. *Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Pengetahuan Siswi Kelas IV, V dan VI tentang Menstruasi di SDN Padurenan 06 Kota Bekasi Tahun 2014/2015*. (online). http://www.lib.ui.ac.id/naskahrin_gkas/2016-05/S58037-Wahyu%20
- Puspita, F., Rosyidi, I., Wahyuni, I. 2015. *Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kesiapan Remaja Putri Menghadapi Menarche di SDN 02 Sukorejo Semarang*, (online), <http://perpusnwu.web.id/karyailmiah/documents/4555.pdf>
- Ramadhani, G. 2016. *Hubungan Peran Ibu dalam Komunikasi Ibu-Anak dengan Kesiapan Menghadapi Menarche pada Anak Usia Sekolah*. Skripsi. Surabaya: Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga. (online). <http://repository.unair.ac.id/67469/>
- Soleha, H. 2016. *Hubungan Kesiapan Menghadapi Menarche dengan Tingkat Kecemasan pada Siswi Sekolah Dasar Negeri (SDN) di Desa Ajung Kecamatan Kalisat Kabupaten Jember*. Skripsi, Jember: PSIK Universitas Jember, (online), <http://repository.unej.ac.id/bitstream/handle/176476/Hidayatus%20Sholeha%20-1.pdf?sequence=1>
- Sulistioningsih, E. 2014. *Hubungan Kesiapan Menghadapi Menarche dengan Perilaku Vulva Hygiene Remaja Putri di SDN Kebonsari 04 Kecamatan Summersari Kabupaten Jember*. Skripsi.

Jember: PSIK Universitas
Jember, (online),
http://repository.unej.ac.id/bitstream/handle/12sulistioningsih%20-%20102_1.pdf?sequence=1

Yusuf, Y., Kundre, R., Rompas, S.
2014. Hubungan Pengetahuan
Menarche dengan Kesiapan
Remaja Putri Menghadapi
Menarche di SMP Negeri 3
Tidore Kepulauan, *Jurnal
Keperawatan*, 2(2). Dari
[https://ejournal.unsrat.ac.id/index
.php/jkp/article/view/5272](https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/jkp/article/view/5272)