

## HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN MENSTRUASI DENGAN KESIAPAN MENARCHE SISWI KELAS 6 DI SD NEGERI 1 KERTAWINANGUN KABUPATEN CIREBON

Sofiyati

Akademi Keperawatan Muhammadiyah Cirebon

Email Korespondensi: y\_sofie@yahoo.co.id

Disubmit: 04 Januari 2022

Diterima: 26 Februari 2022

Diterbitkan: 26 Februari 2022

DOI: <https://doi.org/10.33024/mahesa.v2i1.5756>

### ABSTRACT

*Puberty is a period of adolescence where the human body changes growth and development. The important event experienced by young women is the appearance of the first menstruation or the onset of sexual maturity, known as menarche. Good knowledge and attitude are vital regarding physical and psychological changes during menarche. Young women will experience anxiety and confusion in dealing with menarche if they have not previously been educated by their parents, teachers, or have never had discussions with their peers. The purpose of this study was to determine the relationship between the knowledge level of menstruation and the readiness for menarche in Class VI students at SD Negeri 1 Kertawinangun, Kedawung District Cirebon Regency. This study involved respondents who had not experienced menarche. The scale used in this study is a nominal scale and an ordinal scale with statistical tests using Kendall Tau. Based on the research results of 25 respondents, it is known that respondents with good knowledge as many as 20 (80%) students are ready to menarche. The respondents with sufficient expertise and prepared to face menarche were 5 (20%). This study used the Kendall Tau statistical test with a p-value = 0.017 ( $p < 0.05$ ). To prove that  $H_0$  is rejected and  $H_a$  is accepted, thus indicating a relationship between the level of knowledge of menstruation and the readiness for menarche of students. The researcher's suggestion in this study is that it is hoped that there will be an active role for health facilities to provide health education or counseling about reproductive health to students at SD Negeri 1 Kertawinangun, Kedawung District, Cirebon Regency.*

**Keywords:** Knowledge, menstruation, readiness, menarche

### ABSTRAK

Pubertas adalah masa remaja dimana tubuh manusia mengalami perubahan dalam pertumbuhan dan perkembangan. Peristiwa terpenting yang dialami remaja putri yaitu munculnya menstruasi pertama atau awal terjadinya kematangan seksual, yang dikenal dengan menarche. Pengetahuan dan sikap yang baik sangat perlu terkait perubahan fisik dan psikis saat menarche. Remaja putri akan mengalami kecemasan dan kebingungan dalam menghadapi menarche apabila sebelumnya tidak diedukasi oleh orang tua, guru atau belum pernah berdiskusi antar teman sebayanya. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan tingkat pengetahuan menstruasi dengan kesiapan

menarache siswi Kelas VI di SD Negeri 1 Kertawinangun Kecamatan Kedawung Kabupaten Cirebon. Penelitian ini melibatkan responden yang belum mengalami menarache. Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala nominal dan skala ordinal dengan uji statistik menggunakan *Kendall Tau*. Berdasarkan hasil penelitian 25 responden, diketahui responden dengan pengetahuan baik sebanyak 20 (80%) siswa sudah siap menarache. Adapun responden dengan pengetahuan cukup dan siap menghadapi menarache sebanyak 5 (20%). Penelitian ini menggunakan uji statistik *Kendall Tau* dengan hasil p value = 0,017 ( $p < 0,05$ ). Hal ini membuktikan bahwa  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, sehingga menunjukkan adanya hubungan antara tingkat pengetahuan menstruasi dengan kesiapan menarache siswi. Saran peneliti dalam penelitian ini diharapkan adanya peran aktif fasilitas kesehatan untuk memberikan edukasi atau penyuluhan kesehatan tentang kesehatan reproduksi kepada siswa SD Negeri 1 Kertawinangun Kecamatan Kedawung Kabupaten Cirebon.

**Kata kunci:** Pengetahuan, menstruasi, kesiapan, *menarache*

## PENDAHULUAN

Istilah remaja atau *adolescence* berasal dari bahasa Latin *adolescere* yang artinya tumbuh kearah kematangan. Kematangan yang dimaksud bukan hanya kematangan fisik saja, akan tetapi kematangan sosial dan psikososial juga. Menurut WHO batas usia remaja sekitar 12-24 tahun, sedangkan menurut Kemenkes RI dan BKKBN antara 10-19 tahun dan belum menikah. (Sari, R. J., 2018).

Anak perempuan pada usia tertentu akan mencapai tahapan kematangan biologis pada organ-organ seksual, yang ditandai dengan haid pertama atau disebut *menarache*. *Menarache* adalah periode menstruasi pertama yang ditandai dengan munculnya perubahan secara fisiologis yang meliputi perubahan fisik dan mental. *Menarache* terjadi secara tiba-tiba dan mencolok tanpa ada peringatan sebelumnya, sehingga *menarache* memberikan pengalaman yang mengesankan bagi kebanyakan anak perempuan (Sholeha, Y., 2016).

Berdasarkan hasil Riskesdas tahun 2014 terdapat sekitar 5,2% anak-anak di Indonesia memasuki

usia *menarache* dibawah usia 12 tahun dan sebesar 25,3% remaja putri mengalami *menarache* pada usia menjelang 12 tahun (Kemenkes RI, 2014).

Standar kehidupan yang semakin membaik, memberikan dampak pada penurunan usia *menarache* ke usia yang lebih muda (*menarache* dini). Indonesia menempati urutan ke-15 dari 67 negara dengan penurunan usia *menarache* mencapai 0,145 tahun per dekade. Pergeseran usia *menarache* ke usia yang lebih muda, akan menyebabkan remaja putri mengalami dampak stres emosional (M. Fajriannor, TM., 2018).

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Tasci (dalam Ozdemir et al), sebagian besar (80%) anak perempuan memberikan reaksi emosional negatif terhadap menarache yang di alaminya. Ada sekitar 48,9% anak perempuan merasa ketakutan dan cemas saat mengalami menarache. Sekitar 33% dari mereka menganggap bahwa menarache adalah suatu hal yang memalukan, dan 17,5% anak perempuan menangis saat menarache.

Penelitian lain yang

dilakukan oleh Fajriannor (2018) di Banda Aceh mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi kesiapan remaja dalam menghadapi menarche. Hasilnya diperoleh bahwa salah satu faktor yaitu komunikasi ibu-anak tentang menstruasi dan kesehatan reproduksi dapat mendukung kesiapan remaja dalam menghadapi menarche. Selain kesiapan mental dalam menghadapi menarche-menurut M. Fajriannor, TM. (2018)-pengetahuan tentang menstruasi juga sangat dibutuhkan oleh remaja putri. Perasaan bingung, gelisah, tidak nyaman selalu menyelimuti perasaan seorang wanita yang mengalami menstruasi untuk pertama kali (M. Fajriannor, TM., 2018).

Menurut Sisilia, S. & Taqwallah, S. (2017), ketika anak perempuan mengalami *menarche*, sekitar 64,9% dari mereka memberitahukan kepada ibu mereka sebagai orang tua sekaligus sebagai orang yang paling mereka percayai. Sekitar 22,2% dari mereka memberitahukan kepada saudara perempuannya, dan sekitar 6,7% dari mereka memberitahukan pengalaman menarche kepada teman. Sehingga dapat disimpulkan bahwa ibu sebagai orang tua sangat berperan dalam perkembangan masa pubertas anak khususnya pada saat mengalami menarche (Sisilia, S. & Taqwallah, S., 2017).

Kesiapan menghadapi *menarche* pada remaja putri dapat dilakukan dengan cara memberikan informasi dan perhatian yang baik sehingga remaja putri akan lebih tenang dan siap menghadapi menarche.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan Mukhoirotin, & Qomari,P.N., (2017) tentang pengetahuan dan

kesiapan menghadapi menarche yang dilakukan di salah satu SD diperoleh hasil dari 10 responden didapatkan sebanyak 70 % (7 siswi) tingkat pengetahuan kurang, 20 % (2 siswi) tingkat pengetahuan cukup, 10 % (1 siswi) tingkat pengetahuan baik. Sedangkan data kesiapan didapatkan sebanyak 70 % (7 siswi) tidak siap menghadapi menarche dan 30 % (3 siswi) siap menghadapi menarche (Mukhoirotin, & Qomari,P.N., 2017).

Berdasarkan data yang diperoleh peneliti pada siswi Kelas VI di SD Negeri 1 Kertawinangun Kecamatan Kedawung Kabupaten Cirebon, jumlah siswi dari keseluruhan kelas tersebut adalah 25 siswi. Berdasarkan hasil wawancara dengan Guru didapatkan informasi bahwa sebagian dari siswi Kelas VI belum mengetahui tentang *menarche* (haid pertama) dimana hal tersebut masih dianggap tabu oleh orang tua untuk diperbincangkan pada anak-anak mereka dan juga sekolah belum memberikan pelajaran mengenai kesehatan reproduksi khususnya mengenai menarche. Sehingga peneliti pun melakukan wawancara kepada 6 siswi dan didapatkan hasil sebanyak 1 siswi yang mengaku belum siap untuk menghadapi *menarche* (haid pertama), 2 siswi yang mengatakan takut hamil dan takut di ejek dan 3 siswi yang mengatakan merasa malu untuk mengalami menarche.

Berdasarkan uraian tersebut, maka perlu dilakukan penelitian yang bertujuan untuk mengetahui hubungan tingkat pengetahuan dan kesiapan menghadapi menarche terhadap kecemasan pada siswi kelas 6 di SD Kertawinangun Kecamatan Kedawung Kabupaten Cirebon.

## METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang peneliti gunakan adalah penelitian non eksperimental yaitu Penelitian ini merupakan penelitian observasional analitik dengan rancangan *cross sectional*, peneliti melakukan pengukuran variabel terikat dan variabel bebas hanya sesaat. Artinya peneliti pada saat itu menilai pengetahuan siswi tentang menarche sebagai variabel independen bersamaan dengan penilaian variabel dependen yaitu kesiapan menarche siswi (Azwar dan Prihartono, 2014).

Penelitian ini menggunakan alat ukur berupa kuesioner pengetahuan dan kuesioner kesiapan menarche siswi Kelas VI SD. Analisa data pada penelitian ini adalah bivariat. Untuk dapat menguji dan menganalisa data digunakan tehnik *Kendall Tau*.

Populasi penelitian ini adalah seluruh siswi Kelas VI di SD

Negeri 1 Kertawinangun kecamatan Kedawung Kabupaten Cirebon sebanyak 25 siswi

Teknik penentuan sample adalah *total sampling* yaitu mengambil sampel penelitian seluruh populasi yang ada dan memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Sampel yang digunakan sebanyak 25 siswi Kelas VI di SD Negeri 1 Kertawinangun kecamatan Kedawung Kabupaten Cirebon.

Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini meliputi analisis univariat dan analisis bivariat dengan kriteria tingkat pengetahuan baik (76-100 %), tingkat pengetahuan cukup (>76%), tingkat pengetahuan kurang (<56%). Dalam penelitian ini analisa data menggunakan aplikasi SPSS dengan kaidah pengujian diterima  $H_0$  bila nilai P value (Sig.) < 0,05 2). Tolak  $H_0$  bila nilai P value (Sig.)  $\geq$  0,05.

## HASIL PENELITIAN

### Pengetahuan Responden

Tabel 1.

Distribusi frekuensi responden berdasarkan tingkat pengetahuan menarche

| Tingkat Pengetahuan | Frekuensi(F) | Prosentase(%) |
|---------------------|--------------|---------------|
| Cukup               | 5            | 20            |
| Baik                | 20           | 80            |
| Total               | 25           | 100           |

Berdasarkan tabel 1 mengenai gambaran tingkat pengetahuan menarche pada siswi Kelas VI SD Negeri 1 Kertawinangun Kecamatan Kedawung Kabupaten Cirebon

diperoleh data kriteria baik yaitu sebanyak 20 responden (80%), cukup yaitu sebanyak 5 responden (20%).

## Kesiapan Responden

Tabel 2  
Distribusi frekuensi responden berdasarkan kesiapan menarache

| Kesiapan   | Frekuensi(F) | Prosentase(%) |
|------------|--------------|---------------|
| Sudah siap | 25           | 100           |
| Belum siap | 0            | 0             |
| Total      | 25           | 100           |

Berdasarkan tabel 2 mengenai gambaran kesiapan menghadapi menarache pada siswi Kelas VI SD Negeri 1 Kertawinangun Kecamatan Kedawung Kabupaten Cirebon diperoleh data seluruh siswi menyatakan kesiapannya menghadapi menarache (100%). Hasil ini sejalan dengan penelitian

yang dilakukan oleh Nur Hidayah (2018) yang menyatakan bahwa remaja putri prapubertas di SD Budi Mulia 2 memiliki kategorisasi kesiapan menghadapi *menarache* yang berada pada kategori tinggi yaitu sebesar 78.37% dengan jumlah sebanyak 58 siswi.

## Hubungan Pengetahuan dengan Kesiapan responden

Tabel 3. Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Kesiapan Siswi Kelas VI di SD Negeri 1 Kertawinangun Kecamatan Kedawung Kabupaten Cirebon

| R hitung ( $\rho_{xy}$ ) | p value | signifikansi |
|--------------------------|---------|--------------|
| 0,530                    | 0,017   | signifikan   |

Berdasarkan tabel 3 hasil perhitungan uji *Kendall Tau* menggunakan program *SPSS versi 23 for Windows* diperoleh nilai  $\rho_{xy}$  sebesar 0,530 dan nilai probabilitas (*p-value*) 0,017 lebih kecil dari ( $\alpha$ ) = 0,05. Berdasarkan kriteria tersebut menunjukkan bahwa hipotesis nol ditolak dan secara statistik ada hubungan antara

tingkat pengetahuan dengan kesiapan siswi Kelas VI di SD Negeri 1 Kertawinangun Kecamatan Kedawung Kabupaten Cirebon secara signifikan. Sedangkan tingkat hubungan kedua variabel menurut penilaian atau interpretasi koefisien rho, maka nilai koefisien rho hitung sebesar 0,530 termasuk dalam kategori sedang.

## PEMBAHASAN

Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui hubungan tingkat pengetahuan menstruasi dengan kesiapan menarache siswi Kelas VI di SD Negeri 1 Kertawinangun kecamatan Kedawung Kabupaten Cirebon..

Pengetahuan siswi

merupakan hasil dari “tahu” dan ini terjadi setelah siswi melakukan pengindraan terhadap suatu objek tertentu. Pengetahuan manusia sebagian besar diperoleh melalui mata dan telinga. Ada beberapa hal yang mempengaruhi pengetahuan seseorang seperti tingkat pendidikan, pengalaman, informasi,

social/budaya, ekonomi.  
(Notoatmodjo, 2007).

Pengetahuan siswi tentang menstruasi bisa diperoleh dari berbagai sumber informasi seperti media cetak, media elektronik, ataupun keluarga (orang tua), tenaga kesehatan (bidan, dokter, perawat) dan lain-lain. Selain itu, tingkat pendidikan juga mempengaruhi pengetahuan seseorang. Pendidikan diperlukan untuk mendapatkan informasi misalnya hal-hal yang menunjang kesehatan sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup (Wawan, 2011).

Menurut YB Mantra yang dikutip Notoatmodjo (2007), pendidikan dapat mempengaruhi seseorang termasuk juga perilaku seseorang akan pola hidup terutama dalam memotivasi untuk sikap berperan serta dalam pembangunan. Pada umumnya makin tinggi pendidikan seseorang makin mudah menerima informasi. Diharapkan dengan pendidikan formalnya tinggi, maka pengetahuan tentang kesehatan pun lebih baik khususnya dalam hal ini pengetahuan tentang menstruasi.

Budaya juga berpengaruh terhadap pengetahuan seseorang. Informasi-informasi yang baru diperoleh akan disaring sesuai dengan budaya yang ada dan kepercayaan yang dianut. Kebudayaan dimana seseorang hidup dan dibesarkan mempunyai pengaruh besar terhadap pembentukan sikap seseorang. Tanpa kita sadari, kebudayaan telah menanamkan garis pengarah sikap kita terhadap berbagai masalah. Kebudayaan memberi corak pengalaman individu-individu yang menjadi anggota kelompok masyarakat asuhannya. (Azwar, 2011). Faktor lain yang mempengaruhi pengetahuan adalah pengalaman siswi baik secara langsung maupun tidak langsung. Pengalaman bisa didapat dari

kejadian yang dialami sendiri maupun orang lain, (teman sebaya, orang tua, keluarga).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Widi A. (2010) yang menyatakan bahwa dari 38 responden sebagian besar memiliki pengetahuan baik yaitu 24 responden (63,15%). Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sari (2018) yang menyimpulkan bahwa dari 30 responden mayoritas memiliki pengetahuan baik yaitu 24 orang (80%).

Kesiapan merupakan keseluruhan kondisi seseorang yang membuatnya siap untuk memberi respon/jawaban didalam cara tertentu terhadap suatu situasi. Kesiapan ini dipengaruhi oleh kondisi fisik, mental, emosional. (Slameto, 2010). Faktor internal yang mempengaruhi kesiapan antara lain kematangan. Yang dimaksud kematangan yaitu suatu kondisi yang dapat menimbulkan perubahan tingkah laku sebagai akibat dari pertumbuhan dan perkembangan. Selain itu juga ada faktor kecerdasan (daya pikir) merupakan salah satu penentu keberhasilan seseorang dalam melaksanakan pekerjaan. Seseorang yang memiliki kecerdasan normal atau diatas normal akan lebih siap menghadapi dan mengatasi masalah-masalah yang dihadapi dibanding orang yang kecerdasannya dibawah normal.

Faktor yang mempengaruhi kesiapan remaja dalam menghadapi menarche (haid pertama) yang berasal dari luar (eksternal) diantaranya sumber informasi, peran ibu dan keluarga, media massa, dan media elektronik. (Verawati, 2009). Faktor keluarga mempengaruhi kesiapan siswi dalam menghadapi menarche. Keluarga adalah pemberi pendidikan seks pertama bagi remaja serta memiliki pengaruh

terkuat (disamping teman sebaya dan media) dalam mengembangkan nilai-nilai seksual dan pemahaman seks anak - anak remaja (Verawati, 2009). Jika dalam keluarga tersebut menganggap hal yang berkaitan dengan kesehatan reproduksi adalah hal yang tabu maka anak kesulitan mendapat informasi seputar kesehatan reproduksi dan menjadikan anak tidak siap dalam menghadapi menstruasi pertama.

Peran ibu sebagai orang tua sangat berguna bagi kesiapan remaja putri menghadapi menarche. Seorang ibu harus memberikan edukasi seksual dengan menggunakan gaya bahasa dan cara penyampaian yang disesuaikan dengan usia anak agar anak tidak merasa takut dan malu ketika ingin bertanya seputar reproduksi. Jika ibu tidak terbuka tentang kesehatan reproduksi maka anak juga akan malu bertanya, jadi ibu sebagai orang tua seharusnya memberi informasi kepada anak, agar anak siap menghadapi menstruasi pertamanya.

Media masa/elektronik merupakan faktor eksternal selanjutnya yang mempengaruhi pengetahuan tentang menarche. Media masa sangat efektif untuk menyampaikan informasi terutama juga untuk mempromosikan hal-hal yang berkaitan dengan kesehatan reproduksi (Soetjningsih, 2010). Ketidaktahuan siswi mengenai menarche dikarenakan kurangnya akses informasi mengenai kesehatan reproduksi, sehingga siswi kurang tau kapan waktu terjadinya menarche/umur datangnya menarche. Informasi yang mereka peroleh seputar menarche hanya dari pelajaran IPA yang diajarkan disekolah, dan kebanyakan siswi jarang yang mencari informasi diinternet. Oleh karena itu pengetahuan tentang menstruasi kurang. Pendidikan tentang

kesehatan reproduksi merupakan masalah penting yang perlu mendapatkan perhatian dari semua pihak. Remaja putri yang kelak akan menikah dan menjadi orang tua sebaiknya mempunyai kesehatan reproduksi yang baik sehingga menghasilkan generasi yang sehat (Verawati, 2009).

Hasil penelitian diatas juga sejalan dengan penelitian Sri Rahmah Haruna dan Alfyan Rahim(2020) bahwa terdapat hubungan antara kesiapan menghadapi *menarche* dengan kecemasan siswi pada kelas V dan VI di SD Inpres Tello Baru. Penelitian Anisatun Afifah dan Tulus Puji Hastuti (2014) juga mendukung penelitian ini, dimana ada hubungan tingkat pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan menghadapi menarche pada siswi kelas V dan VI di SD Negeri Parakan Temanggung tahun 2014.

Menarche adalah hal yang wajar dan pasti dialami oleh setiap wanita normal dan tidak perlu digelisahkan. Hal ini akan semakin parah apabila pengetahuan remaja mengenai menarche ini sangat kurang dan pendidikan dari orang tua yang kurang (Verawati, 2009). Remaja putri yang tidak memiliki persiapan sebelumnya terhadap menstruasi pertama cenderung memperlihatkan sikap negatif dibandingkan yang sudah mempersiapkan terlebih dahulu. Tidak perlu malu atau cemas dengan adanya menstruasi. Hal ini justru menunjukkan bahwa tubuh sudah beranjak dewasa. Kesiapan mental sangat diperlukan sebelum menarche karena perasaan cemas dan takut akan muncul, selain itu juga pengetahuan tentang perawatan diri saat menstruasi. (Verawati, 2009).

Berdasarkan teori perilaku yang dikemukakan Lawrence Green dalam Nursalam (2014), perilaku

dipengaruhi 3 faktor utama salah satunya faktor predisposisi yang didalamnya mencakup pengetahuan dan sikap masyarakat terhadap kesehatan, dimana pengetahuan akan berpengaruh pada sikap seseorang.

### KESIMPULAN

Berdasarkan analisa data dan pembahasan penelitian mengenai hubungan tingkat pengetahuan dengan kesiapan menghadapi menarche pada siswi Kelas VI di SD Negeri 1 Kertawinangun Kecamatan Kedawung Kabupaten Cirebon, dapat disimpulkan bahwa siswi yang mempunyai pengetahuan menstruasi baik, Terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan menghadapi menarche pada siswi Kelas VI di SD Negeri 1 Kertawinangun Kecamatan Kedawung Kabupaten Cirebon.

### SARAN

Bagi SD Negeri 1 Kertawinangun khususnya guru untuk menyediakan wadah/sarana bagi siswa-siswinya untuk belajar mengenai kesehatan khususnya kesehatan reproduksi melalui kerjasama dengan Puskesmas di wilayah tersebut agar para siswi mengetahui seputar reproduksi dan kejadian seperti seks bebas, pernikahan dini dll dapat dicegah secara dini dan siswi lebih tahu tentang reproduksi.

Orangtua hendaknya meningkatkan pengetahuan mereka tentang kesehatan reproduksi pada wanita, sehingga dengan pengetahuan yang mereka miliki mereka mampu memberikan edukasi yang baik dan benar pada anaknya.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa hubungan antara tingkat pengetahuan dengan persiapan menghadapi menarche

adalah sedang. Meskipun demikian masih banyak faktor lain yang memiliki hubungan dengan kesiapan menghadapi menarche, misalnya faktor pendidikan, budaya, keluarga, media masa dan sebagainya. Hasil penelitian ini tentunya dapat menjadi acuan untuk dikembangkan pada penelitian yang lebih luas, misalnya dengan menambah faktor-faktor lain yang mempengaruhi kesiapan menghadapi menarche misalnya keadaan pendidikan, faktor budaya, faktor keluarga, media masa dan lain-lain.

### DAFTAR PUSTAKA

- Anisatun Afifah dan Tulus Puji Hastuti (2014). *Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Menstruasi Dengan Kesiapan Menghadapi Menarche Pada Siswi Kelas V Dan VI di SD Negeri Dangkel Parakan Temanggung Tahun 2014*. Jurnal Kebidanan Vol.5 Nomor 11 bulan Oktober 2016 ISSN : 2089-7669.
- Arikunto, Suharsimi. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Azwar A, Prihartono J. (2014). *Metode Penelitian Kedokteran dan Kesehatan Masyarakat*. Makasar: Binarupa Aksara.
- Azwar, S. 2011. *Sikap dan Perilaku Dalam: Sikap Manusia Teori dan Pengukurannya*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Dewi, M., Wawan. A. (2011). *Teori dan Pengukuran Pengetahuan, Sikap, Dan Perilaku Manusia*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Fajriannor, T. M. (2018). *Hubungan Persepsi Anak Terhadap Peran Ibu dengan Tingkat Kecemasan Saat Menstruasi Pertama (Menarche) Pada remaja putri di kota Banjarmasin*. *Dinamika*

- Kesehatan. [Jurnal]. Vol.9 No.1
- Hidayah, N., Palila, S. (2018). *Kesiapan Menghadapi Menarche pada Remaja Putri Prapubertas Ditinjau dari Kelekatan Aman Anak dan Ibu*. Jurnal Psikologi Vol 5 No 1 tahun 2018. ISSN : 2502-2903. Fakultas Psikologi Univ. Islam Negeri Sunan Gunung Djati Bandung
- Jones, D. L. (2005). *Setiap Wanita*. Jakarta: PT. Delaprasta Publishing.
- Mukhoirotin, & Qomari, P. N. (2017). *Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Dan Kesiapan Dalam Menghadapi Menarche Di Min Rejoso Peterongan Jombang*. JURNAL EDUnursing. Vol.1 No.1. e-ISSN: 2579- 6127
- Notoatmodjo, S. (2007). *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nursalam. (2014). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Ozdemir, F., Pasinlioglu, T. (2009). *The Effects of Training and Progressive Relaxation Exercises On Anxiety Level After Hysterectomy*. The New Journal of Medicine 2009;26: 102-107.
- Rahmah, H., Sri., Rahim, A. (2020). *Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Kesiapan Menghadapi Menarche Dengan Kecemasan Siswi Pada Kelas V Dan VI di SD Inpres Tello Baru*. Univ. Megarezky Makassar. Jurnal AKRAB JUARA volume 5 nomo4 edisi November 2020 (194-205)
- Sari., R. J. (2018). *Hubungan Pengetahuan Tentang Menarche Dengan Sikap Menghadapi Menarche Pada Remaja Putri Kelas VII Di SMP Swasta Hangtuh Stabat*. Excellent Midwifery Journal. Vol.2 No.1. e-ISSN: 2620- 9829.
- Sholeha, Y. (2016). *Hubungan Kesiapan Menghadapi Menarche dengan Tingkat Kecemasan pada Siswi Sekolah Dasar Negeri (SDN) Di Desa Ajung Kecamatan Kalisat Kabupaten Jember* [skripsi]. Jember: Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Jember.
- Sisilia, S. & Taqwallah, S. (2017). *Hubungan Persepsi Anak Terhadap Peran Ibu dengan Tingkat Cemas Saat Menstruasi Pertama (Menarche) Pada Pelajar Kelas VII SMPN 1 Simpang Kiri Subulussalam*. Jurnal Ilmiah Mahasiswa Kedokteran. Vol.2 No.1 ( 42-48).
- Slameto. (2010). *Belajar dan Faktor-Faktor yang Mempengaruhinya*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Soetjningsih. (2010). *Tumbuh Kembang Remaja dan Permasalahannya*. Jakarta: Sagung Seto.
- Sugiyono. (2010). *Statistik Untuk Penelitian*. Bandung : Alfabeta.
- Suryani, E., Hesty, W.(2010). *Psikologi Ibu dan Anak*. Yogyakarta: CFitramaya.
- Verawaty, V., Liswidyawati, R. (2012). *Merawat dan Menjaga Kesehatan Seksual Wanita*. Bandung: Grafindo.
- Widi Astuti, A. D. (2010). *Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Menstruasi dengan Kesiapan Menghadapi Menarche Pada Siswi Kelas 1 SMP Theresiana Jambu, Semarang, Jawa Tengah* [skripsi].