

Media Video Berpengaruh Terhadap Kesiapan Remaja Dalam Menghadapi Menstruasi Pertama

Siti Rusyanti

Poltekkes Kemenkes Banten

Article Info	Abstract
Keywords: <i>Video, Youth Readiness, First Menstruation</i>	<i>70.4% of young women think that menstruation is dirty blood / pollution. The unpreparedness of adolescents facing menstruation first adversely affects the physical, psychological and emotional adolescents. Information about menstruation must be known by young women as early as possible, long before they experience the first menstruation, so that teens are ready to face the first menstruation. Video has become one of the media that can be used to support the readiness of adolescents. If adolescents are ready to face their first menstruation, then they can carry out healthy behaviors leading up to and during menstruation. Based on the description of the importance of adolescent readiness in dealing with menarche, the following research problems are formulated: Is there any influence of video on adolescent readiness in facing the first menstruation at SDN Kaduagung Timur-Rangkasbitung in 2019. This study aims to determine the effect of video media on adolescent readiness in facing her first menstruation at SDN Kaduagung Timur-Rangkasbitung. This research uses quasi experiment with pretest-posttest design approach. The</i>

sample size of this study was 68 female students at 4,5 & 6 elementary schools. Research data were taken primarily using a questionnaire. Data analysis to find out the average difference before and after being given educational intervention with video, using the t dependent statistical test.

The results showed the video can increase adolescent readiness in the face of the first menstruation ($p < 0.001$).

Learning methods using video media increase adolescent readiness to face the first menstruation.

Corresponding Author:

sitirusyanti@yahoo.co.id

70,4% remaja putri menganggap bahwa menstruasi adalah darah kotor/polusi. Ketidaksiapan remaja menghadapi menstruasi pertama berdampak buruk terhadap fisik, psikis dan emosional remaja. Informasi tentang menstruasi harus diketahui oleh remaja putri sedini mungkin, jauh sebelum mereka mengalami menstruasi pertama, sehingga remaja siap dalam menghadapi menstruasi pertama. Media video menjadi salah satu media yang dapat digunakan untuk mendukung kesiapan remaja tersebut. Jika remaja siap menghadapi menstruasi pertama, maka mereka dapat melakukan perilaku hidup sehat menjelang dan saat mengalami menstruasi.

Berdasarkan gambaran tentang pentingnya kesiapan remaja dalam menghadapi menarche, maka dirumuskan masalah penelitian sebagai berikut: Apakah terdapat pengaruh media video terhadap kesiapan remaja dalam menghadapi menstruasi pertama di SDN Kaduagung Timur-Rangkasbitung tahun 2019. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh media video terhadap kesiapan remaja dalam menghadapi menstruasi pertama di SDN

Kaduagung Timur-Rangkasbitung.

Penelitian ini menggunakan *quasi eksperiment* dengan pendekatan *pretest-posttest design*. Ukuran sampel penelitian ini adalah 68 siswi kelas 4,5 & 6 SD. Data penelitian diambil secara primer menggunakan kuesioner. Analisis data untuk mengetahui perbedaan rerata sebelum dan setelah diberi intervensi edukasi dengan media video, menggunakan uji statistik *t dependent*.

Hasil penelitian menunjukkan video dapat meningkatkan kesiapan remaja dalam menghadapi menstruasi pertama ($p < 0,001$).

Metode pembelajaran dengan menggunakan media video meningkatkan kesiapan remaja menghadapi menstruasi pertama.

©2019 JOS.All right reserved.

Pendahuluan

Strategi pembangunan kesehatan 2015-2019 diantaranya meliputi akselerasi pemenuhan akses pelayanan kesehatan remaja yang berkualitas serta meningkatkan promosi kesehatan termasuk pada remaja putri dalam mempersiapkan diri menghadapi menstruasi pertama. (Kemenkes RI, 2015). Informasi tentang menstruasi harus diketahui oleh remaja putri sedini mungkin, jauh sebelum mereka mengalami menstruasi pertama, sehingga remaja siap dalam menghadapi menstruasi pertama. (UNESCO, 2014).

Masa pubertas diawali dengan munculnya tanda seks sekunder seperti tumbuh rambut pubis dan aksila, payudara dan panggul melebar, kemudian akan muncul tanda seks primer yaitu menstruasi. Menstruasi pertama rata-rata terjadi pada usia 11-15 tahun. Jika tanda seks sekunder terjadi pada usia kurang dari delapan tahun atau tanda seks primer terjadi pada usia kurang dari sepuluh tahun disebut pubertas dini (pubertas prekoks). Lama durasi menstruasi normal adalah 5-7 hari dengan siklus menstruasi 21-35 hari, rata-rata 28 hari. Siklus dihitung dari hari

pertama dari satu periode ke hari pertama periode berikutnya. Umumnya, siklus menstruasi sering tidak teratur selama satu atau dua tahun pertama menstruasi, hal ini disebabkan karena tidak terjadinya ovulasi (*siklus an ovulatorik*). Pada masa pubertas, dikatakan *amenorea* jika tidak terjadi menstruasi pada usia 14 tahun disertai tidak adanya pertumbuhan dan perkembangan tanda seks sekunder atau tidak terjadinya menstruasi pada umur 16 tahun disertai adanya pertumbuhan dan perkembangan normal tanda seks sekunder. Informasi tentang menstruasi tersebut harus diketahui oleh remaja putri sedini mungkin, jauh sebelum remaja mengalami menstruasi pertama, agar mereka dapat mendeteksi secara mandiri kondisi normal atau timbulnya gangguan menstruasi seperti *premenstrual syndrome*, *dismenore*, *metrorrhagia* dan *menorrhagia* atau gangguan siklus menstruasi; *polimenore*, *oligomenore* dan *amenore*, sehingga mereka dapat menentukan kapan mereka harus mendatangi tenaga kesehatan. (Wahyono dan Maharani, 2011).

Masa remaja merupakan periode yang rentan terhadap berbagai masalah reproduksi. Hal tersebut dikarenakan pengetahuan yang kurang mengenai kesehatan reproduksi. (Utama, 2017). Berdasarkan penelitian *Scorgie et al* (2016) mengenai kebersihan alat reproduksi saat menstruasi didapatkan hasil dari 160 remaja putri didapatkan 37,5% memiliki pengetahuan baik, sedangkan 63,5% tidak mengetahui tentang kebersihan alat reproduksi saat menstruasi. (Hurlock, 2011).

Terdapat 650 juta anak usia sekolah dasar di dunia. 57 juta dari mereka tidak bersekolah, 593 juta anak sekolah, sehingga sekolah merupakan lokasi yang ideal untuk mencapai proporsi yang besar dari peserta didik sebelum pubertas. Pendidikan pubertas merupakan aspek krusial perkembangan remaja dan harus efektif serta relevan secara budaya, dengan pelajaran sequencing sejak masa pra-remaja, menggunakan metode untuk mengembangkan pengetahuan, sikap, nilai dan keterampilan krusial yang

dibutuhkan untuk melakukan hidup sehat dan aman pada masa remaja, dengan demikian dapat mempersiapkan mereka untuk kehidupan seksual yang sehat. (Burnett, 2015).

Peraturan bersama menteri pendidikan dan kebudayaan, menteri kesehatan, menteri agama dan menteri dalam negeri tahun 2014 diantaranya tercantum bahwa pendidikan kesehatan di sekolah meliputi upaya untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap hidup bersih dan sehat, penanaman dan pembiasaan hidup bersih dan sehat serta daya tangkal terhadap pengaruh buruk dari luar, pembudayaan pola hidup sehat agar dapat diimplementasikan dalam kehidupan sehari-hari. (Peraturan Bersama Menteri Pendidikan dan Kebudayaan, Menteri Kesehatan, Menteri Agama dan Menteri Dalam Negeri, 2015).

Pengetahuan merupakan salah satu faktor penting dalam pembentukan perilaku remaja. Perubahan perilaku terjadi sebagai hasil belajar seseorang, dengan kata lain salah satu faktor yang dapat mengubah

perilaku kesehatan adalah adanya informasi kesehatan. Selama ini materi tentang pubertas seringkali diberikan melalui metode ceramah tanpa menggunakan media pembelajaran sehingga mereka hanya menggunakan indera pendengaran dan tidak melihat secara langsung materi yang disampaikan. Dengan menggunakan alat bantu/media video, mereka lebih banyak menggunakan indera yaitu pendengaran dan penglihatan. Jika ditinjau dari penggunaan indera kaitannya dengan penyerapan informasi, hasil penelitian menyatakan bahwa seseorang hanya mampu mengingat 20% dari yang didengar, 30% dari yang dilihat, akan tetapi seseorang dapat mengingat 50% dari yang dilihat dan didengar. (Suyanto, 2009). Teknologi dan informasi yang diterapkan dalam media video dan digunakan dalam pendidikan kesehatan reproduksi salah satunya bermanfaat untuk penyampaian informasi kesehatan secara profesional untuk memudahkan perubahan perilaku dan mendistribusikan informasi dengan

efektif. (Ekasari, 2011).

Berdasarkan latar belakang di atas, penulis tertarik melakukan penelitian untuk mengetahui pengaruh edukasi kesehatan reproduksi terhadap kesiapan remaja dalam menghadapi menstruasi pertama. Tujuan umum penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh media video tentang menstruasi pertama terhadap kesiapan remaja dalam menghadapi menstruasi pertama. Tujuan khusus penelitian ini adalah mengetahui gambaran kesiapan remaja di SDN Kaduagung Timur-Rangkasbitung-Banten dalam menghadapi menstruasi pertama dan untuk mengetahui pengaruh media video.

Metodelogi Penelitian

Desain penelitian ini adalah *quasi eksperiment* dengan pendekatan *pretest-posttest design*. Penelitian ini

dilakukan di SDN Kaduagung Timur_Rangkasbitung-Banten tahun 2019. Sampel penelitian merupakan remaja putri usia 10 dan 11 tahun (siswi kelas 4,5 dan 6 SD). Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 68 orang. Analisis dalam penelitian ini menggunakan uji *Chi-Square*.

Hasil Penelitian

Penelitian dilaksanakan di SDN Kaduagung Timur Kabupaten Lebak dan telah mendapat persetujuan dari Komite Etik Penelitian Poltekkes Kemenkes Semarang dan mendapat ijin dari Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Kabupaten Lebak. Responden dalam penelitian ini sebanyak 68 orang.

Hasil analisis distribusi frekuensi karakteristik responden dapat dilihat sebagai berikut:

Hasil Penelitian

Tabel 1
Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

Karakteristik Responden	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Umur (Tahun)		
1. 10	33	48.5
2. 11	35	51.5
Total	68	100
Kelas (Sekolah Dasar)		
1. 4 SD	32	47.1
2. 5 SD	28	41.2
3. 6 SD	8	11.8
Total	68	100
Pendidikan Ibu Responden		
1. SD	6	8.8
2. SMP	11	16.2
3. SMA	37	54.4
4. Perguruan Tinggi	14	20.6
Total	68	100
Pendidikan Ayah Responden		
1. SD	6	8.8
2. SMP	6	8.8
3. SMA	34	50.0
4. Perguruan Tinggi	22	32.4
Total	68	100
Kepemilikan Kakak Perempuan		
1. Ya	39	57.4
2. Tidak	29	42.6
Total	68	100
Sumber Informasi		
1. Teman	36	52.9
2. Guru	11	16.2
3. Orang Tua	14	20.6
4. Kakak	7	10.3
Total	68	100

Pada tabel 1 menunjukkan umur remaja terbanyak 11 tahun (51,5%), sebagian besar adalah siswi kelas 4 SD (47,1%), sebagian besar pendidikan ibu dan ayah remaja

adalah SMA (masing-masing 54,4% dan 50,0%), sebagian besar remaja memiliki kakak perempuan (57,4%) dan sebagian besar remaja mendapatkan informasi tentang

menstruasi bersumber dari teman (52,9%).

Pada langkah awal analisis data penelitian ini, dilakukan uji normalitas data. Hasil uji normalitas data kesiapan pre dan post dengan nilai p di atas nilai alpha (0,05) yaitu nilai pre 0,075 dan nilai post 0,076.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa data kesiapan pre dan post berdistribusi normal.

Hasil analisis kesiapan remaja dalam menghadapi menstruasi pertama sebelum dan setelah perlakuan dapat dilihat sebagai berikut:

Tabel 2
Kesiapan Remaja dalam Menghadapi Menstruasi Pertama Sebelum dan Setelah Perlakuan

	Rata-rata	Nilai t	Nilai p
Pre tes	26,37	-10,598	0,000
Pos tes	31,99		

Pada tabel 2 menunjukkan rerata skor kesiapan remaja sebelum dilakukan edukasi dengan media video sebesar 26,37. Sedangkan rerata skor kesiapan remaja setelah dilakukan edukasi dengan media video sebesar 31,99. Secara statistik

kesiapan remaja dalam menghadapi menstruasi pertama antara *pre* dan *post* menunjukkan ada peningkatan yang sangat sangat bermakna ($p < 0,001$).

Pembahasan

Kesiapan menghadapi menstruasi pertama adalah keadaan yang menunjukkan bahwa seseorang siap untuk mencapai kematangan fisik yaitu datangnya menstruasi pertama yang terjadi secara periodik (pada waktu tertentu) dan siklik (berulang-ulang). Hal ini ditandai dengan adanya pemahaman yang mendalam tentang proses menstruasi sehingga siap menerima dan mengalami menstruasi pertama (*menarche*) sebagai proses yang normal. (Sapkota, et al, 2013). Banyak remaja yang merasa takut dalam menghadapi menstruasi pertama, sehingga remaja harus dipersiapkan secara individu dalam menghadapi perubahan tersebut, hal ini sesuai dengan pernyataan *Nagar & Aimol*, 2010 dikutip oleh Fajri bahwa remaja yang akan mengalami menstruasi pertama membutuhkan kesiapan mental yang baik. (Fajri dan Khairani, 2011).

Reaksi remaja putri terhadap kejadian menstruasi pertama berbeda-beda, tergantung pada persiapannya menghadapi menstruasi pertama serta respon-respon

emosional terhadap kejadian tersebut (Landis dkk. Dalam Hamalik, 1995). Anak perempuan dikatakan siap apabila mampu menerima peristiwa menarche serta berbagai perubahan fisik yang menyertainya sebagai hal yang wajar dan akan dialami setiap perempuan normal. Anak perempuan yang tidak siap, menganggap peristiwa menarche sebagai sesuatu yang tidak menyenangkan, menimbulkan perasaan tidak nyaman, tidak berdaya, menakutkan, traumatis dan berusaha untuk menghindarinya sehingga anak menjadi cemas ketika menghadapi menarche. (Angraini dan Edwina, 2015).

Penggunaan media video dapat mendukung remaja dalam menghadapi menstruasi pertama, hal ini sesuai dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa kesiapan remaja dalam menghadapi menstruasi pertama dipengaruhi oleh paparan informasi yang didapatkan dari media informasi seperti televisi, radio, majalah atau jurnal. (Fajri dan Khairani, 2011). Pada masa remaja beberapa media informasi tersebut menjadi media sumber informasi

yang dapat menjawab rasa ingin tahu remaja. Dengan demikian, remaja mulai mengenal berbagai proses yang terjadi pada tubuhnya sehingga remaja memiliki gambaran tentang dirinya dan menstruasi pertama (*menarche*). (Khoirunnisa, 2014).

Pada penelitian sebelumnya menunjukkan hasil yang sejalan bahwa intervensi berupa penyuluhan pada responden dengan pemutaran video meningkatkan sikap responden secara signifikan. (Yanti dan Raphaeli, 2012).

Kemampuan media video dalam menarik perhatian, menjadi bagian penting dalam proses persuasi dalam diri individu agar terjadi perubahan sikap. Stimulus menarik perhatian yang diberikan pada organisme dengan menggunakan media video menyebabkan terjadinya komunikasi dan perhatian responden. Dengan adanya perhatian, maka terjadi pemahaman terhadap stimulus yang diberikan (*correctly comprehended*) sehingga terjadi penerimaan yang baik. (Dianis, et al, 2017).

Berdasarkan hasil pengamatan peneliti dalam proses pemberian

materi dengan alat bantu video, fokus perhatian peserta tetap fokus sejak dimulainya pemberian materi sampai dengan berakhirnya pemberian materi. Menurut *J.E Kemp* dikutip oleh Sukiman mengatakan bahwa video dapat memengaruhi sikap, hal ini dipengaruhi oleh ketertarikan minat yang muncul saat tayangan ditampilkan, media video dapat menarik gairah rangsangan (stimulus) seseorang untuk menyimak lebih dalam. (Notosiswoyono, 2014).

Pada proses pembelajaran dengan menggunakan media lebih menekankan agar siswa dipandang sebagai subyek belajar. Hal ini dimaksudkan agar dalam pelaksanaan pembelajaran bukan hanya guru sebagai sumber dalam belajar tetapi media, guru dan siswa termasuk dalam sumber belajar sehingga, siswa dalam belajar menghasilkan pembelajaran. yang lebih bermakna. Sehubungan dengan itu guru mengatur lingkungan sehingga terbentuk suasana yang sebaik-baiknya bagi anak didik/siswa untuk belajar. Siswa itu sendirilah yang belajar, guru hanya sebagai

pembimbing. Penggunaan media pembelajaran merupakan faktor pendukung, guru dapat berperan aktif sebagai fasilitator dalam pelaksanaan proses pembelajaran. Salah satu penggunaan media pembelajaran yaitu media animasi yang merupakan media interaktif, dapat membuat siswa lebih aktif dalam proses pembelajaran. Dengan media pembelajaran, materi pembelajaran dapat diseragamkan; proses pembelajaran menjadi lebih jelas dan menarik; proses pembelajaran lebih intensif; efisiensi dalam waktu dan tenaga; meningkatkan kualitas hasil belajar anak didik; media memungkinkan proses belajar dapat dilakukan dimana saja dan kapan saja; media dapat menumbuhkan sikap positif anak didik terhadap materi dan proses belajar. *Kemp & Dayton* dikutip oleh Sukiyasa juga mengemukakan bahwa manfaat media animasi diantaranya “proses pembelajaran menjadi lebih interaktif, kualitas pengajaran menjadi meningkat, sikap positif siswa terhadap apa yang dipelajari dapat ditingkatkan, dapat mengubah peran positif guru, serta

membangkitkan kemauan bertindak”. (Alannasir, 2018).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Lubis R, dkk tentang pengaruh penyuluhan terhadap sikap ibu pada penyakit kecacangan pada Balita menunjukkan bahwa sesudah responden diberikan intervensi penyuluhan dengan menggunakan media ceramah dan video, terdapat peningkatan sikap yang baik sebesar 52%. (Lubis, et al, 2018).

Media video dengan tujuan sebagai alat bantu pendidikan berfungsi persuasif dalam upaya mengendalikan sikap dan perilaku penonton, bukan hanya memberikan fungsi hiburan. (Munadi, 2013). Penggunaan media video dalam upaya pengubahan sikap dapat terjadi karena media video memiliki beberapa kelebihan yaitu menarik perhatian, menghadirkan hal yang realistik berupa gambaran nyata, memperjelas hal-hal yang abstrak, penggunaan teknik dan efek tertentu yang memengaruhi emosi seseorang serta dapat menggambarkan suatu peristiwa secara tepat. (Daryanto, 2010).

Komunikasi persuasif seperti di dalam video sangat ditentukan oleh karakteristik sumber komunikasi (komunikator) dalam hal ini adalah video edukasi kesehatan reproduksi tentang persiapan menghadapi menstruasi pertama pada remaja. Tiga karakteristik yang dimiliki media video yang dapat memengaruhi audien adalah kredibilitas dan daya tarik (*likeability*), dipercaya (*believability*) komunikator dalam hal ini adalah keahlian (*expertise*) dan kehandalan (*trustworthiness*). (Azwar, 2013).

Dalam proses penyampaian pesan komunikasi dengan menggunakan media video, pesan yang disampaikan dalam bentuk lambang bermakna sebagai panduan pikiran dan perasaan berupa ide, informasi, kepercayaan, harapan dan himbauan. Penggunaan media video sebagai alat bantu pembelajaran bertujuan mengubah sikap, pandangan dan perilaku. (Azwar, 2013). Pada proses perubahan sikap, terjadi kesediaan dan internalisasi, perubahan ini tidak terlepas dari perubahan persuasi dari media video yang mengubah sikap dengan

memasukkan ide, pikiran, pendapat dan pikiran baru melalui pesan komunikatif video yang bertujuan membentuk internalisasi komponen sikap individu. (Mollborn, 2010).

Pada proses perubahan sikap, aspek komunikasi memegang peranan penting, hal ini sejalan dengan *teori Stimulus Respons and Reinforcement* (S-O-R) yang dikutip oleh Azwar yang menyatakan efek suatu komunikasi tertentu yang berupa perubahan sikap akan tergantung pada sejauh mana komunikasi diperhatikan, dipahami dan diterima, sikap bisa berubah hanya jika rangsangan yang diberikan benar-benar melebihi rangsangan semula, stimulus yang diberikan dapat meyakinkan organisme dan akhirnya dapat secara efektif merubah sikap. (Azwar, 2013).

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai pengaruh media video tentang menstruasi pertama terhadap kesiapan remaja di SDN Kaduagung Timur-Rangkasbitung dalam menghadapi menstruasi pertama,

maka didapatkan simpulan bahwa terdapat pengaruh media video tentang menstruasi pertama terhadap kesiapan remaja di SDN Kaduagung Timur-Rangkasbitung dalam menghadapi menstruasi pertama.

Saran

Saran teoretis; diharapkan penelitian lanjutan dengan mengembangkan instrumen media edukasi kesehatan reproduksi remaja putri. Saran praktis; bagi Dinas Pendidikan dan Kebudayaan; dalam upaya meningkatkan pengetahuan remaja dalam menghadapi menstruasi pertama, dapat menggunakan media video sebagai alat bantu edukasi kesehatan reproduksi tentang persiapan menghadapi menstruasi pertama bagi remaja. Bagi Dinas Kesehatan Kabupaten Lebak; disarankan dapat menggunakan media edukasi dalam memberikan edukasi kesehatan reproduksi bagi remaja awal yang belum mengalami menstruasi pertama serta diupayakan distribusi media video edukasi secara merata untuk memudahkan akses terhadap materi. Bagi remaja disarankan dapat memanfaatkan media video edukasi

kesehatan reproduksi dalam upaya mempersiapkan diri dalam menghadapi menstruasi pertama.

Daftar pustaka

- Alannasir, W. Pengaruh Penggunaan Media Animasi dalam Pembelajaran IPS Terhadap Motivasi Belajar Siswa Kelas IV SD Negeri Mannuruki. *Journal of EST* (2), 2018 hal. 81-90
- Ali M, Asrori M. Psikologi Remaja. Jakarta; Rineka Cipta. 2012.
- Angraini, T, Edwina, TN. Hubungan Antara Dukungan Ibu dengan Kecemasan Menghadapi Menarche (Menstruasi Pertama) pada Anak Masa Pubertas. *Jurnal Insight*, Vol. 17 No.2, 2015, ISSN: 1693-2552.
- Asni. Dwihestie, L, H. The Effect of Reproductive Health Counseling on Readiness of Managing Menarche. *Journal of Health Technology Assesment in Midwifery* ISSN 2620-8423 (print)|2620-5653 (online) Vol. 1, No. 1, May 2018, pp.35-39-35.

- Azwar S. Sikap manusia teori dan pengukurannya edisi ke-2. Yogyakarta; Pustaka pelajar: 2013.
- Burnett Institute and Partners. Menstrual Hygiene Management in Indonesia; Understanding Practices, Determinants and Impacts Among Adolescent School Girls. UNICEF Indonesia in Collaboration with Burnett Institute, SurveyMETER, WaterAid Australia, Aliansi Remaja Independen. 2015.
- Daryanto. Media pembelajaran. Yogyakarta. Gava medi: 2010.
- Dianis, N, M. Listyowati, R. Januraga, P, P. Readiness of Girls Aged 10-12 Years for an Early Menarche: a Transtheoretical Model of Behavioural Change Analysis. Public Health and Preventive Medicine. July 2017 Vol. 5.
- Ekasari, Farida. Pola Komunikasi dan Informasi Kesehatan Reproduksi antara Ayah dan Remaja. Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional. Jakarta; 2011;12(4):15.
- Fajri A, Khairani M. Hubungan Antara Komunikasi Ibu-Anak dengan Kesiapan Menghadapi Menstruasi Pertama (Menarche) pada Siswi SMP Muhammadiyah Banda Aceh. Jurnal Psikologi Undip. 2011, 10 (2).
- Hidayah, N. Palila, S. Kesiapan Menghadapi Menarche pada Remaja Putri Pra Pubertas Ditinjau dari Kelekatan Aman Anak & Ibu. PSYMPHATHIC: Jurnal Ilmiah Psikologi eISSN: 2502-2903 pISSN: 2356-3591 Volume 5, Nomor 1, 2018:107-114 DOI 10.15575/psy.v5i1.2021
- Hurlock EB. Psikologi Perkembangan Edisi ke-5. Yogyakarta; Erlangga: 2011.
- Kementerian Kesehatan RI. Rencana Strategis Kementerian Kesehatan Tahun 2015-2019, Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor HK.02.02/MENKES/52/2015. Jakarta. Kementrian Kesehatan RI. 2015.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, Kementerian

- Pendidikan dan Kebudayaan, Kementerian Agama. UKS-Petunjuk Teknis Pelaksanaan Sekolah/Madrasah Sehat. Jakarta; 2017.
- Khoirunnisa E. Sumber-Sumber Informasi Tentang Kesehatan Reproduksi dengan Kesiapan Menghadapi Menarche. *Jurnal Ilmu Kebidanan*, 2014 (2) 1.
- Lubis R., Panggabean M., Yulfi H. Pengaruh Tingkat Pengetahuan dan Sikap Ibu terhadap Penyakit Kecacangan pada Balita. *Jurnal Kesehatan Lingkungan Indonesia*. 2018;17(1):39-45 DOI 10.14710/jkli.17.1.39-45.
- Makmun A. S. Psikologi Pendidikan. 2012. Bandung. PT Remaja Rosdakarya.
- Mendri NK, Bakri MH, Badi'ah A, Olfah Y. Pengaruh penggunaan modul tentang menarche terhadap pengetahuan dan kesiapan menghadapi menarche pada siswi kelas V Sekolah Dasar di kecamatan Gamping kabupaten Sleman Yogyakarta. *Jurnal Kesehtatan Samodra Ilmu*. 2014 (05):02.
- Mollborn S. Predictors and consequences of adolescent norms against teenage pregnancy. 2010; 51 (2): 303-328
- Munadi Y. Media Pembelajaran, sebuah pendekatan baru. Jakarta. Referensi (GP Press Group): 2013.
- Notoatmodjo S. Ilmu Perilaku Kesehatan. Jakarta; Rineka Cipta: 2010.
- Notosiswoyono M. Penggunaan VCD dan Leaflet untuk peningkatan pegetahuan, sikap dan perilaku siswa dalam pencegahan kecelakaan sepeda motor. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional*. 2014; 8(8):373-379.
- Peraturan Bersama Menteri Pendidikan dan Kebudayaan, Menteri Kesehatan, Menteri Agama dan Menteri Dalam Negeri Nomor 6/X/PB Tahun 2014, Nomor 73 Tahun 2014, Nomor 41 Tahun 2014, Nomor 81 Tahun 2014 tentang Pembinaan dan Pengembangan Usaha Kesehatan Sekolah/Madrasah.

- Sapkota D, Sharma D, Budhathoki SS, Khanal VK, Pokharel HP. Knowledge and practices regarding menstruation among school going adolescents of rural Nepal. *Journal of Kathmandu Medical College*. 2013(2) 3.
- Sukiman. *Pengembangan Media Pembelajaran*. Yogyakarta. Pedagogia. 2012.
- Suyanto, M. *Multimedia: Alat untuk Meningkatkan Keunggulan Bersaing*. Yogyakarta: Andi Karya; 2009. Hal 105.
- Syah M. *Psikologi Belajar Edisi 1*. Jakarta: Raja Grafindo Persada. 2007.
- UNESCO. *Puberty Education and Menstrual Hygiene Management*. France. 2014.
- Utama, P.K.L. *E-Learning Sebagai Evolusi Proses Pembelajaran di Era Masyarakat Informasi*. Jurnal Penjaminan Mutu. 2017.
- Wahyono B., Maharani C., Peningkatan Pengetahuan tentang Bahaya Merokok pada Siswa SLTPN Limbangan Kendal. 2011, 12 (1).
- Wawan A, Dewi M. *Teori dan Pengukuran Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Manusia*. Yogyakarta. Mulia Medika: 2011.
- Wilson EAH, Park DC, Curtis LM, Cameron KA, Clayman ML, Makoul G, et al. Media and memory: The efficacy of video and print materials for promoting patient education about asthma. *Patient Education and Counseling*. 80(3):393-8.