

**HUBUNGAN PENGETAHUAN DENGAN TINGKAT KECEMASAN  
MENGHADAPI *MENARCHE* PADA SISWI DI SDN 02  
LUBUK BUAYA PADANG**

**RISTA NORA**

Program studi SI Keperawatan STIKes YPAK Padang

Jln. Pemuda No. 18 Padang

E-mail [norarista@gmail.com](mailto:norarista@gmail.com)

**ABSTRAK**

Masa puberitas anak perempuan ialah dengan datangnya menarche. Pertumbuhan anak usia 10-14 tahun tahun di sumbar yaitu 270.0000 jiwa dan yang akan mengalami *menarche* diperkirakan sebanyak 260.000. Dinas kesehatan sumbar mencatat sebanyak 54% anak cemas menghadapi *menarche*, 33% masih cemas walau sudah mendapat informasi dan 13% anak siap menghadapi *menarche*. Tujuan Penelitian ini adalah untuk mengetahui adanya hubungan pengetahuan dengan tingkat kecemasan menghadapi menarche pada siswi di SDN 02 Lubuk Buaya Padang tahun 2017. Jenis penelitian ini adalah *deskriptifanalitik* dengan desain *cross sectional*. Penelitian ini telah dilakukan di SDN 02 Lubuk Buaya Padang pada bulan Oktober 2016- Juli 2017. Populasi yang memenuhi criteria inklusi yaitu sebanyak 32 orang. Data diolah secara komputerisasi dan dianalisis secara univariat berupa distribusi frekuensi dan analisa bivariat menggunakan *ujichi-square* ( $p\ value = \leq 0,005$ ). Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden memiliki pengetahuan yang rendah (59,4%) dengan tingkat kecemasan berat (43,8%). setelah dilakukan uji statistic terdapat hubungan yang bermakna antara pengetahuan dengan tingkat kecemasan yaitu dengan  $P < 0,05$  yaitu  $P = 0,003$ . Berdasarkan hasil penelitian maka disarankan kepada kepala sekolah untuk melakukan kegiatan edukasi dengan mendatangkan nara sumber sehingga dapat memberikan informasi kesehatan khususnya mengenai *menarche* sehingga siswi tidak cemas saat menghadapi *menarche* dan memiliki informasi yang sesuai mengenai *menarche*.

**Kata Kunci: Pengetahuan, Menarche, Tingkat kecemasan**

**ABSTRACT**

*The most importain even in the girlspuberty is with the arrival of menarche. The growth of 10-14 years old in west Sumatra is 270.000 girls and menarche estimated to be 260.000 children. The west sumatera health service recorded as many as 54% anxious children facing menarche, 33% still anxious despite having received information and 13 children ready to face menarche. The purpose of this study was to determinaned the relationship knowledge with anxiety level at facing menarche on students in SDN 02 LubukBuaya Padang in 2017. The type of this research was descriptive analitik with cross sectional design. This research has been done at SDN 02 Lubuk Buaya Padang in October 2016 – july2017. The population that the inclusion as many as 32 people. Collecting data using a questionnaires. Data processed by computerized univariat analysis that is looking at the distribution frequency and percentage distribution of each variabel and analyzed by using bivariate is chi-square test to examine the relantionship variables with 95% confident level (  $P < 0,05$  ). The results showed that respondents had low level of knowledge (59,4%) with severe anxiety level (43,8%). Statistical test were significant*

relationship between of knowledge and anxiety level that with  $P < 0,05$  are  $P = 0,003$ . Based on the results above. Researcher was suggest to chairmain of school to be able to provide health information specifically about menarche so that students do not anxiety when faced with menarche and have the appropriate information about menarche.

**Keyword :** *Anxiety Level, Knowledge, Menarche.*

## PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan masa transisi yang unik dan ditandai dengan berbagai perubahan fisik, emosi dan psikis. Masa remaja juga merupakan masa yang khusus dan penting karena merupakan periode pematangan organ reproduksi manusia yang sering disebut masa pubertas. Masa ini merupakan periode yang sulit bagi remaja khususnya remaja putri, dikarenakan adanya perubahan fisik dan biologis serta perubahan tuntutan dari lingkungan sehingga diperlukan suatu proses penyesuaian diri. Adapun perubahan yang dialami oleh remaja putri meliputi perubahan secara sekunder (pertumbuhan payudara, rambut kemaluan, perubahan tinggi badan, dll) maupun perubahan secara primer yaitu dengan datangnya menstruasi pertama atau *menarche* (Lubis, 2013)

Menstruasi pertama (*menarche*) menjadi tanda seorang remaja putri sudah memasuki tahap kedewasaan khususnya sistem reproduksi. Menstruasi pertama sering digunakan sebagai kriteria kematangan seksual anak perempuan, tetapi ini bukanlah perubahan fisik pertama dan terakhir yang terjadi selama masa puber. Umumnya, rata-rata usia remaja putri yang mengalami *menarche* adalah 12-14 tahun. Namun, *menarche* juga dapat terjadi lebih awal pada usia 9-10 tahun atau lebih lambat pada usia 17 tahun. Menstruasi pertama (*menarche*) paling sering terjadi pada usia 11 tahun, tetapi bisa juga terjadi pada usia 8 atau 16 tahun tergantung faktor-faktor yang mempengaruhi kedewasaan atau

perkembangan hormon pada remaja itu sendiri. (Ellya, dkk dalam Lubis, 2013). Menurut Kusmiran (2011) rentang usia remaja adalah 11-20 tahun dan terbagi menjadi tiga tahap, yaitu remaja awal (11-14 tahun), remaja menengah (15-17 tahun), dan remaja akhir (18-20 tahun).

Nagar dalam Dewi (2013), menyatakan bahwa remaja yang akan mengalami menstruasi pertama (*menarche*) membutuhkan kesiapan fisik dan psikologis yang baik. Kesiapan menghadapi menarche adalah keadaan yang menunjukkan bahwa seseorang siap untuk mencapai salah satu kematangan fisik yaitu dengan datangnya *menarche* (Yusuf, 2014). Menurut Sukmadinta dalam Puspita (2015), kesiapan remaja putri menghadapi *menarche* di pengaruhi oleh faktor internal yang meliputi pengetahuan, usia, persepsi terhadap dirinya, sikap, dan faktor eksternal yang meliputi dukungan dari lingkungan, dan sumber informasi. Apabila seorang anak tidak diberikan penjelasan yang baik tentang *menarche* maka akan timbul gangguan-gangguan psikologis seperti: kecemasan atau ketakutan terhadap menstruasi, merasa terhalangi atau merasa terbatas kebebasan dirinya oleh datangnya menstruasi, mudah tersinggung dan mudah marah serta merasa gelisah dan gangguan tidur (Lubis, 2013).

Kurangnya pengetahuan terhadap *menarche* menjadi salah satu penyebab timbulnya gangguan kecemasan pada remaja putri karena tidak semua remaja puteri mengetahui mengenai *menarche* atau menstruasi dan bagaimana cara menghadapinya. Kecemasan atau

perasaan cemas itu sendiri merupakan suatu keadaan yang akan dialami ketika memikirkan sesuatu yang tidak menyenangkan terjadi (Priest dalam Safaria, 2009). Kecemasan adalah sebuah respon emosional terhadap penilaian yang terjadi pada individu, namun hal tersebut bergantung dari bagaimana cara individu mempersepsikan rasa cemasnya, ini dapat berasal dari stimulasi stresor yang bersumber dari luar (*interpersonal*) atau dari dalam (*interpsikis*).

Semakin hari, usia rata-rata *menarche* memang semakin dini, keadaan gizi yang semakin baik mempercepat kesiapan tubuh untuk menstruasi. Selain itu info tentang seks yang makin mudah didapat juga memicu otak untuk segera mengaktifkan hormon seksual. Berbagai gangguan dan kesulitan tersebut secara langsung ataupun tidak langsung dapat mempengaruhi kondisi fisik ataupun psikologis anak. Terlebih lagi bila yang bersangkutan tidak memahami dengan baik tentang *menarche* dan apa yang harus dilakukan untuk mengatasi masalah yang terjadi.

Pemberian informasi dan pengetahuan yang tepat mengenai *menarche* diperlukan untuk menumbuhkan sikap positif mereka dalam menghadapi *menarche*. Pengetahuan yang diperoleh remaja tentang menstruasi akan mempengaruhi persepsi remaja tentang menstruasi pertama (*menarche*). Apabila secara psikologis seorang anak perempuan tidak mempersiapkan diri menghadapi *menarche*, dikarenakan kurangnya informasi, maka akan menimbulkan perasaan negatif seperti perasaan cemas saat *menarche* terjadi (Nagar dalam Dewi, 2013).

Pengetahuan yang baik mengenai *menarche* yang diperoleh oleh remaja putri akan sangat mempengaruhi

kecemasan remaja putri dalam menghadapi *menarche*. Diperkirakan jumlah mereka yang mengalami gangguan kecemasan mencapai 5% dari jumlah penduduk, dengan perbandingan antara wanita dan pria 2:1 dan diperkirakan antara 2%-4% penduduk dalam kehidupannya pernah mengalami gangguan kecemasan (Hawari, 2011).

Pertumbuhan jumlah remaja di seluruh dunia sangat tinggi, hal ini dikuatkan oleh data yang dirilis *Population Reference Bureau* (PRB), bahwa populasi anak muda usia 10-24 tahun di dunia pada tahun 2013 mencapai 1,81 miliar jiwa atau 25% dari total populasi di dunia. Diperkirakan pada tahun 2050 populasi anak muda usia 10-24 tahun mencapai 1,9 miliar jiwa (PRB 2013 dalam Engga 2016).

Berdasarkan proyeksi penduduk pada tahun 2015 menunjukkan bahwa jumlah remaja (usia 10-24 tahun) di Indonesia mencapai lebih dari 66,0 juta atau 25 % dari jumlah penduduk Indonesia 255 juta yang artinya, 1 dari setiap 4 orang penduduk Indonesia adalah remaja (BPS, dalam Engga 2016).

Berdasarkan hasil data dan informasi kesehatan Sumbar (2015), Jumlah penduduk Sumatera Barat berkisar antara 5.035.311 (17,20%) jiwa.

Sedangkan menurut kelompok umur penduduk usia 10-14 tahun berjumlah 270.000 jiwa perempuan dan yang akan menghadapi *menarche* diperkirakan sebanyak 260.000 jiwa. Dinas kesehatan propinsi wilayah Sumatera Barat tahun 2015 mencatat sebanyak 54% pra remaja cemas dalam menghadapi menstruasi karena kurangnya pengetahuan tentang hal tersebut, 33% masih cemas walaupun sudah mengetahui mengenai *menarche* dari kakak, teman, maupun media elektronik, masih bingung untuk

melakukan tindakan pada saat *menarche*, serta malu diketahui oleh lawan jenis bahwa mereka sedang *menarche*, dan hanya 13% anak saja yang siap menghadapi *menarche*.

Kecemasan dalam menghadapi *menarche* dapat terjadi pada seluruh remaja termasuk remaja putri di SDN 02 Lubuk Buaya Padang. Berdasarkan angket yang sudah disebar dalam studi pendahuluan kepada 46 orang remaja putri kelas V dan 54 orang remaja putri kelas VI, diperoleh informasi bahwa sebanyak 32 orang sudah mengalami *menarche*. Umumnya, siswa tersebut merasa cemas saat mengalami *menarche* karena ketidaktahuan mereka akan peristiwa tersebut.

Hal ini juga didukung oleh informasi dari guru dan kepala sekolah SD 02 Lubuk Buaya Padang bahwa program kerja sekolah seperti penyuluhan bidang kesehatan reproduksi remaja belum pernah dilakukan. Selain itu, materi kesehatan reproduksi remaja juga belum dimasukkan dalam kurikulum sekolah.

Berdasarkan hasil wawancara dari 10 siswi yang telah mengalami *menarche* diperoleh informasi bahwa 6 siswi (60%) merasa cemas saat menghadapi *menarche*. Hal ini dikarenakan ketidaktahuan mereka dengan apa yang akan dilakukan dan mereka merasa khawatir akan tembus di sekolah nanti. Kekhawatiran ini disebabkan oleh ketidaktahuan mereka cara penggunaan pembalut. Sementara itu, sebanyak 4 siswi (40%) merasa takut dalam menghadapi *menarche* dikarenakan malu jika diketahui oleh teman laki-laki karena takut diejek

Tujuan penelitian ini adalah untuk Mengetahui hubungan pengetahuan dengan tingkat kecemasan menghadapi *menarche* pada siswi di SDN 02 Lubuk Buaya Padang tahun 2017.

## METODE

Jenis Penelitian yang digunakan adalah *Deskriptif Analitik* dengan pendekatan *Cross Sectional*, penelitian ini sudah dilakukan di SDN 02 Lubuk Buaya Padang Oktober – Juni 2017. Populasi dan Sampel, Populasi dalam penelitian ini siswi kelas V dan VI SDN 02 Lubuk Buaya Padang pada tahun 2017 dan berjenis kelamin perempuan usia 10-12 tahun yang sudah mengalami *menarche*. Sampel pada penelitian ini diambil dengan *Total Sampling* adalah sebanyak 32 orang. Pengumpulan data dengan menggunakan lembar kuesioner dengan wawancara terpimpin. Data diolah secara komputerisasi dan dianalisis secara univariat berupa distribusi frekuensi dan analisa bivariat menggunakan *ujchi-square* ( $p \text{ value} = \leq 0,005$ ).

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil Penelitian

#### A. Analisa univariat

##### 1. Pengetahuan

**Tabel 1**  
**Distribusi Frekuensi Pengetahuan**  
**Siswi SDN 02 Lubuk Buaya Padang**

No	Pengetahuan	F	%
1	Rendah	19	59,5
2	Tinggi	13	40,6
<b>Jumlah</b>		32	100

Berdasarkan tabel 1 dapat di lihat bahwa dari 32 orang siswilebih dari separuh (59,5%) siswi memiliki pengetahuan yang rendah tentang *menarche* di SDN 02 Lubuk Buaya Padang pada tahun 2017.

2. Tingkat Kecemasan

**Tabel 2**  
**Distribusi Frekuensi Tingkat**  
**Kecemasan Siswi SDN 02**  
**Lubuk Buaya**  
**Padang Menghadapi Menarche**

No	Tingkat Kecemasan	f	%
1	Berat	14	43,8
2	Sedang	10	31,3
3	Ringan	8	25,0
<b>Total</b>		<b>32</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 2 dapat dilihat bahwa dari 32 orang siswi kurang dari separuh (43,8%) siswi memiliki tingkat kecemasan berat dalam menghadapi menarche di SDN 02 Lubuk Buaya Padang Tahun 2017.

**B. Analisa Bivariat**

**1. Hubungan Pengetahuan Dengan Tingkat Kecemasan Menghadapi Menarche Pada Siswi**

**Tabel 3**  
**Hubungan Pengetahuan Dengan**  
**Tingkat Kecemasan Menghadapi**  
**Menarche Pada Siswi di SDN 02**  
**Lubuk Buaya Padang**

No	Pengetahuan	Tingkat Kecemasan						Jumlah	
		Berat		Sedang		Ringan		f	%
		f	%	f	%	f	%		
1	Rendah	12	63,2	6	31,6	1	5,3	19	100
2	Tinggi	2	15,4	4	30,8	7	53,8	13	100
<b>Jumlah</b>		<b>14</b>	<b>43,8</b>	<b>10</b>	<b>31,3</b>	<b>8</b>	<b>25,0</b>	<b>32</b>	<b>100</b>

*P=0,003*

Berdasarkan tabel 3 dapat di lihat bahwa siswi yang mengalami kecemasan berat lebih banyak pada siswi yang memiliki pengetahuan rendah tentang menarche yaitu sebanyak 12 (63,3%). Sedangkan siswi yang mengalami kecemasan ringan lebih banyak pada siswi yang memiliki pengetahuan tinggi tentang menarche yaitu sebanyak 7 (53,8%).

Hasil uji statistik dengan *chi-square* diperoleh  $p=0,003(p<0,005)$  berarti terdapat hubungan bermakna antara pengetahuan dengan tingkat kecemasan menghadapi menarche pada siswi di SDN 02 Lubuk Buaya Padang tahun 2017.

**Univariat**

**1. Pengetahuan**

Dari hasil penelitian dapat di lihat bahwa dari 32 orang siswi lebih dari separuh(59,5%)siswi memiliki pengetahuan yang rendah tentang menarche di SDN 02 Lubuk Buaya Padang pada tahun 2017.

Hasil penelitian ini sama dengan penelitian yang dilakukan Yusuf, dkk (2014) tentang hubungan pengetahuan menarche dengan kesiapan remaja putri menghadapi menarche di SMPN 3 Tidore Kepulauan. Didapatkan hasil lebih dari separuh siswi memiliki pengetahuan rendah tentang menarche yaitu (57,1%).

Hasil penelitian ini juga sesuai dengan penelitian yang dilakukan Mardilah (2014) tentang faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan remaja putri dalam menghadapi menarche di SMP N 5 Darul Makmur di dapatkan hasil lebih dari separuh responden memiliki pengetahuan rendah tentang menarche yaitu (73,5%).

Menurut analisa peneliti rendahnya pengetahuan siswi tentang menarche dikarenakan siswi belum mengetahui gejala menarche, perubahan fisik saat menarche serta jarak normal menarche, hal ini dibuktikan dari 10 pertanyaan yang diberikan hanya sebanyak (40,6%) siswi yang mengetahui gejala dari menarche, hanya separuh (46,9%) siswi mengetahui tentang perubahan fisik saat menarche dan hanya (43.8%) siswi yang mengetahui jarak anatara menarche sekarang dengan yang berikutnya.

Sumber informasi yang kurang adalah salah satu penyebab sebagian siswi memiliki pengetahuan yang kurang tentang *menarche*, hal ini dikarenakan siswi masih duduk di bangku sekolah dasar dan masih belum mendapatkan pengetahuan tentang *menarche* itu sendiri secara formal maupun non formal.

## 2. Tingkat Kecemasan

Dari hasil penelitian dapat dilihat bahwa dari 32 orang siswi kurang dari separuh (43,8%) siswi memiliki tingkat kecemasan berat dalam menghadapi *menarche* di SDN 02 Lubuk Buaya Padang Tahun 2017.

Hasil penelitian yang telah diperoleh sama dengan hasil penelitian yang dilakukan Irmawati (2013) tentang hubungan pengetahuan tentang *menarche* dengan tingkat kecemasan pada remaja putri di SMPN Tambun Selatan didapatkan (45,84%) siswi memiliki tingkat kecemasan berat menghadapi *menarche*.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Indra (2012) tentang hubungan antara pengetahuan dengan tingkat kecemasan menghadapi *menarche* pada siswi kelas VI SD Tekaran Wonogiri di dapatkan (47,25%) siswi mengalami tingkat kecemasan berat menghadapi *menarche*.

Menurut analisa peneliti kecemasan yang di alami siswi dalam menghadapi *menarche* merupakan suatu proses dari bentuk reaksi diri sendiri terhadap suatu peristiwa, dikarenakan kurangnya pengetahuan siswi tentang perubahan-perubahan yang terjadi ketika siswi menghadapi masa *menarche*, sehingga siswi merasa malu karena adanya perubahan fisik pada tubuhnya. Hal ini terbukti dari ketakutan yang dirasakan siswi saat menghadapi *menarche* banyak siswi yang menjawab dengan gejala sedang dan berat, dengan tanda kecemasan yang dialami siswi yaitu,

(64,1%) siswi memiliki perasaan khawatir, firasat buruk, takut akan pikiran sendiri (61,7%) siswi sulit berkonsentrasi, sering kebingungan, sulit tidur, banyak berkeringat (65,6%) siswi mengalami kegelisahan, muka tegang, nafas pendek dan cepat saat menghadapi *menarche*.

## Bivariat

### 1. Hubungan pengetahuan dengan tingkat kecemasan menghadapi *menarche* pada siswi

Hasil penelitian menunjukkan bahwa siswi yang mengalami kecemasan berat lebih banyak pada siswi yang memiliki pengetahuan rendah tentang *menarche* yaitu sebanyak 12 (63,3%). Sedangkan siswi yang mengalami kecemasan ringan lebih banyak pada siswi yang memiliki pengetahuan tinggi tentang *menarche* yaitu sebanyak 7 (53,8%) di SDN 02 Lubuk Buaya Padang Tahun 2017. Dari analisa bivariat menunjukkan adanya hubungan yang bermakna antara pengetahuan dengan tingkat kecemasan menghadapi *menarche* pada siswi dengan  $p\text{ value} = 0,0003$

Penelitian yang sama juga dilakukan Indra (2012) tentang hubungan pengetahuan dengan tingkat kecemasan menghadapi *menarche* pada siswi kelas VI SD Tekaran Wonogiri, terdapat nilai  $p = 0,017$  yang berarti ( $p \leq 0,05$ ) menunjukkan adanya hubungan yang bermakna antara pengetahuan dengan tingkat kecemasan menghadapi *menarche* pada siswi kelas VI SD Tekaran Wonogiri.

Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan Irmawati (2013) tentang hubungan pengetahuan tentang *menarche* dengan tingkat kecemasan pada remaja di SMPN Tambun Selatan, terdapat nilai  $p = 0,0005$  yang berarti ( $p \leq 0,05$ ) menunjukkan adanya hubungan yang

bermakna antara pengetahuan tentang *menarche* dengan tingkat kecemasan menghadapi *menarche* pada remaja putri di SMPN Tambun Selatan.

Menurut analisa peneliti kecemasan ini disebabkan karena siswi yang baru mengalami *menarche*, mereka merasakan siklus haid yang belum teratur sehingga mereka merasa cemas yang berat sehingga mengakibatkan kepanikan. Kecemasan ini juga diakibatkan karena kurangnya pengetahuan siswi tentang gejala *menarche* serta perubahan-perubahan yang terjadi seperti perubahan fisik, psikologis, dan emosi sehingga mereka merasa bingung dan takut. Kecemasan siswi dalam menghadapi *menarche* sangat dipengaruhi oleh beberapa faktor, salah satu faktornya adalah pengetahuan siswi tentang *menarche*, selain itu masih ada siswi yang memiliki pengetahuan tinggi dengan tingkat kecemasan berat dapat disebabkan oleh faktor lain seperti lingkungan keluarga dimana lingkungan keluarga sangat berperan penting dalam pembentukan mental anak untuk pertama kalinya. Pada umumnya remaja putri belajar tentang *menarche* dari ibunya, akan tetapi tidak semua ibu memberikan informasi yang memadai dan jelas kepada anaknya tentang perubahan-perubahan yang terjadi pada saat anak memasuki masa remaja khususnya tentang terjadinya *menarche*, ibu hanya menjelaskan sebagian dikarenakan ibu enggan membicarakan hal tersebut secara terbuka kepada anaknya karena ibu masih beranggapan hal tersebut masih terlalu dini diketahui oleh anaknya.

Dari hasil penelitian diatas dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi pengetahuan siswi tentang *menarche* maka semakin rendah tingkat kecemasan yang dirasakan dan sebaliknya semakin rendah pengetahuan

siswi tentang *menarche* maka semakin berat tingkat kecemasan yang dirasakan.

## SIMPULAN

Terdapat hubungan yang bermakna antara pengetahuan dengan tingkat kecemasan menghadapi *menarche* pada siswi di SDN 02 Lubuk Buaya Padang Tahun 2017. Oleh karena itu saran peneliti melalui kepala Sekolah SDN 02 Lubuk Buaya Padang untuk dapat memberikan informasi yang jelas tentang *menarche* pada siswi sehingga siswi dapat menghindari terjadinya persepsi yang keliru pada saat menghadapi *menarche*.

## DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. 2010. *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.
- BPS 2016. *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2015*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI. 2015. <http://www.depkes.go.id/resources/download/pusdatin/profil-kesehatan-indonesia/profil-kesehatan-indonesia-2014.pdf>
- Hawari, Dadang. 2011. *Manajemen Stres Cemas dan Depresi*. Jakarta: FKUI Jakarta.
- Indra, Yudha. 2012. *Hubungan Pengetahuan Dengan Kecemasan Menghadapi Menarche Pada Siswi Kelas VI SD Negeri 3 Tekaran Wonogiri*. Terdapat Dalam <http://etd.repository.ugm.ac.id/downloadfile/82064/potongan/S2-2015-376987-chapter1.pdf>. Diakses 22 November 2016.
- Irmawati, Lenny. 2013. *Hubungan Pengetahuan Tentang Menarche dengan Tingkat Kecemasan Pada Remaja Putri di SMPN 6 Tambun Selatan*. Terdapat dalam

- <https://ayurvedamedistra.files.wordpress.com/2015/08/hubungan-pengetahuan-tentang-menarche-dengan-tingkat-kecemasan-pada-remaja-putri.pdf>. Diakses 22 November 2016
- Jahja, Yudrik. 2010. *Psikologi Perkembangan*. Jakarta. Kencana Prenada Media Group.
- Keliat, Budi Ana, dkk. 2007. *Manajemen Kasus Gangguan Jiwa*. Jakarta: Buku Kedokteran EGC.
- Kumalasari, Intan dan Andhyantoro, Iwan. 2012. *Kesehatan Reproduksi untuk Mahasiswa Kebidanan dan Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Kusmiran, Eny. 2011. *Kesehatan Reproduksi Remaja Dan Wanita*. Bandung. Jakarta: Salemba Medika.
- Lubis, Namora Lumongga. 2013. *Wanita Dan Reprodukasinya*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Manuaba, Ayu Chandranita, dkk. 2009. *Memahami Kesehatan Reproduksi Wanita*. Jakarta: Buku Kedokteran EGC.
- Mardilah. 2014. *Faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan remaja putri dalam menghadapi menarche di SMPN 5 Darul Makmur Kecamatan Darul*. Terdapat dalam [http://simtakp.uui.ac.id/dockti/MAR-DILAH-mardilah\\_skripsi.pdf](http://simtakp.uui.ac.id/dockti/MAR-DILAH-mardilah_skripsi.pdf). Diakses 17 November 2016.
- Modjo, Dewi *Hubungan pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan remaja putri menghadapi menarche*. Terdapat dalam <http://kim.ung.ac.id/index.php/KIMFIKK/article/download/2850/2826.dewi>. Diakses 22 November 2016.
- Notoatmodjo, Soekidjo. 2014. *Ilmu Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- \_\_\_\_\_. 2010. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta
- Nursalam. 2008. *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Keperawatan*, Jakarta: Salemba Medika
- \_\_\_\_\_. 2014. *Aplikasi Dalam Praktik Keperawatan Profesional*. Jakarta: Salemba Medika
- Pieter, Herri Zan dan Lubis, Namora Lumongga. 2010. *Pengantar Psikologi Untuk Kebidanan*. Jakarta: Prenada Media
- Pieter, Herri Zan, dkk. 2011. *Pengantar Psikopatologi Untuk Keperawatan*. Jakarta: Prenada Media Group
- PP Elangga .2016. [scholar.unand.ac.id/6645/2/BAB%20I.pdf](http://scholar.unand.ac.id/6645/2/BAB%20I.pdf). Diakses 22 November 2016.
- Puspita, ita fijanah, dkk. 2015. *Faktor-faktor yang mempengaruhi kesiapan remaja putri menghadapi menarche di SDN 02 Sukorejo semarang*. <http://perpusnwu.web.id/karyailmiah/documents/4555.pdf>. Diakses 22 November 2016



Safaria, Triantoro dan Nofrans Eka Saputra. 2009. *Manajemen Emosi*. Jakarta: PT Bumi Aksara

Stuart, Gail W. 2007. *Buku Saku Keperawatan Jiwa*. Jakarta. Jakarta: Buku Kedokteran EGC.

Wiknjosastro, Hanifa. 2005. *Ilmu Kandungan*. Jakarta: Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.

\_\_\_\_\_. 2009. *Ilmu kebidanan*. Jakarta: Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.

Yusuf, Y.2014. *Hubungan Pengetahuan Menarche Dengan Kesiapan Remaja Putri Menghadapi Menarche Di SMPN 3 Tidore Kepulauan.Tedapat dalam <http://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/jkp/article/download/5272/4785>.Diakses 22 November 2016.*

Sunarto & Agung, hartono. 2002. *Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: Rineka Cipta

Sulistioningsih, 2014.*Tinjauan Kepeustakaan*. Terdapat dalam [http://repository.unej.ac.id/bitstream/handle/123456789/60529/Erna%20Sulistioningsih%20-%20102310101008\\_1.pdf?sequence=1](http://repository.unej.ac.id/bitstream/handle/123456789/60529/Erna%20Sulistioningsih%20-%20102310101008_1.pdf?sequence=1). Diakses 22 November 2016