

Pengaruh Pendidikan Kesehatan Reproduksi tentang Menstruasi Terhadap Kesiapan Psikologis Siswi Kelas 6 SD dalam Menghadapi Menarche

Yuhemy Zurizah¹, Taufik Kurrohman²

STIKes Budi Mulia Sriwijaya¹

STIKes Abdi Nusa²

Informasi Artikel :

Diterima : 09 November 2022

Direvisi : 14 Nombor 2022

Disetujui :03 Desember 2022

Diterbitkan : 30 Desember 2022

*Korespondensi Penulis :

yuhemyz@gmail.com

ABSTRAK

Pendidikan kesehatan mengenai menstruasi sangatlah penting karena dengan adanya pendidikan kesehatan membuat seseorang menjadi siap dalam menghadapi menstruasi awal. Maka upaya pertama yang harus dilakukan adalah memberikan pengetahuan yang menyeluruh mengenai hal tersebut. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan tentang menstruasi terhadap kesiapan psikologis siswi kelas 5 dan 6 SD dalam menghadapi *menarche* di SD Negeri 24 Palembang. Penelitian ini merupakan penelitian *pre experimental designs* dengan menggunakan rancangan penelitian *one group pretest posttest designs*. Populasi terdiri dari siswi kelas 5 dan 6 yang belum mengalami menstruasi sebanyak 56 siswi di SD Negeri 24 Palembang. Teknik pengambilan sampel dengan menggunakan *simple random sampling* sejumlah 20 responden. Alat ukur berupa kuesioner tentang kesiapan psikologis menghadapi *menarche* berjumlah 19 pertanyaan. Uji analisis statistik yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji *dependent t-test 2 tail*. Hasil uji t-tes 2 sampel dependent hasil $t_{hitung} (-13262)$, $p = 0,000 < \alpha(0,05)$ sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima. Hal ini berarti ada pengaruh pendidikan kesehatan tentang menstruasi terhadap kesiapan psikologis siswi kelas 5 dan 6 SD dalam menghadapi *menarche* di SD Negeri 24 Palembang dibuktikan dengan perbedaan kesiapan psikologis siswi sebelum (5%) dengan sesudah (90%) diberikan pendidikan kesehatan. Diharapkan pemberian pendidikan kesehatan diberikan kepada siswi pra remaja sedini mungkin untuk mengatasi ketidaksiapan psikologis dalam menghadapi *menarche*.

Kata kunci : Pendidikan Kesehatan, Kesiapan Psikologis, Menarche

ABSTRACT

Health education is important because health education makes a person ready to face early menstruation. So the first thing that must be done is to provide comprehensive knowledge about it. This research aims to know the influence of health education about menstruation toward psychological readiness fifth and sixth grade students in facing menarche at SD Negeri 24 Palembang. This research was pre experimental designs by using one group pretest posttest research designs. The population consists of a students of fifth and sixth grade which have not experience menstruation as many as 54 students at SD Negeri 24 Palembang. Sampling technique used simple random sampling on 20 respondents. The device was in the form of a questionnaire about psychological readiness of menarche with 19 questions. The statistical analysis tests used in this study was dependent t-test 2 tail. Test results of the t-tes 2 sample dependent result $t_{count} (-13262)$, $p = 0,000 < \alpha(0,05)$ so H_0 is rejected and H_a is accepted. It means there is influence of health education about menstruation against

psychological readiness on the students of fifth and sixth grade in facing menarche at SD Negeri 24 Palembang is shown by the differences of psychological readiness before (5%) and after (90%) given health education. It is expected that health education to female adolescents is given as early as possible to overcome psychological unreadiness to face the menarche.

Keywords : Health Education, Psychological readiness, Menarche

PENDAHULUAN

Remaja merupakan penduduk dalam rentang usia 10-19 tahun, (WHO, 2014). Menurut peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 25 tahun 2014, remaja merupakan penduduk dalam rentang usia 10-18 tahun. Menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana (BKKBN) rentang usia remaja adalah 10-24 tahun dan belum menikah. Berdasarkan data dari Unicef 2021, dari 270.230.917 jumlah populasi Indonesia 2/3 berada pada usia produktif. 17 % adalah remaja usia 10 sampai 19 tahun. Data jumlah remaja untuk kelompok umur 10 hingga 14 tahun di Sumatera Selatan Pada tahun 2019 berjumlah 745 060, Tahun 2020 berjumlah 710 807, dan pada tahun 2021 berjumlah 719 733 (BPS Sumsel, 2021).

Pada masa ini remaja menjalani proses yang berat karena membutuhkan banyak penyesuaian dan sering kali menimbulkan kecemasan. Problema kesehatan reproduksi remaja dapat dikatakan sebagai masa kebingungan hal ini dikarenakan pada saat itu remaja belum memiliki pengetahuan yang memadai mengenai perkembangan tubuhnya sendiri. Pertumbuhan badan dan pematangan organ-organ reproduksi seperti pematangan seksual merupakan salah satu masalah besar yang mereka hadapi. Salah satu perkembangan seorang anak kearah pematangan seksual adalah pada masa pubertas (BKKBN,2014).

Pubertas merupakan proses dimana seorang individu yang belum dewasa akan mengalami ciri-ciri fisik dan sifat yang memungkinkan mampu bereproduksi. Pada remaja putri, sebagian besar merupakan respon tubuh terhadap kerja estrogen yang meluas yang disekresikan oleh ovarium yang baru aktif dibawah pengaruh gonadotropin yang disekresi oleh hipofisis anterior. Kriteria yang digunakan untuk mengetahui timbulnya

pubertas serta memastikan masa pubertas yang telah dicapai yaitu dengan adanya *menarche* (haid pertama) pada anak perempuan. Menurut Wiknjosastro (2018) kejadian yang penting dalam pubertas adalah pertumbuhan badan yang cepat, timbulnya ciri-ciri kelamin sekunder, *menarche* dan perubahan psikis. *Menarche* merupakan haid pertama yang terjadi pada seorang wanita. Hasil RISKESDAS Indonesia tahun 2012 menunjukkan hasil bahwa rata-rata usia *menarche* di Indonesia pada usia 13 tahun, dengan kejadian lebih awal pada usia kurang dari 9 tahun atau lebih lambat sampai usia 17 tahun. (Kemenkes RI dalam Minartin, 2019).

Berdasarkan hasil penelitian Sayogo dalam minartin 2019. didapatkan hasil bahwa pada permulaan menstruasi akan menjadi peristiwa yang traumatik pada beberapa remaja putri yang tidak mempersiapkan dirinya terlebih dahulu. Remaja putri membutuhkan informasi tentang proses menstruasi dan kesehatan selama menstruasi. Remaja putri akan mengalami kesulitan dalam menghadapi menstruasi yang pertama jika sebelumnya belum pernah mengetahui atau membicarakannya baik dengan teman sebaya atau orang tua. Ketidaksiapan dalam menghadapimenarche ini dapat disebabkan karena kurangnya pengetahuan anak tentang menstruasi. Menurut Lutfiya sebanyak 50% remaja putri memiliki pengetahuan yang kurang tentang menstruasi dan mengatakan tidak siap untuk menghadapi *menarche* (Lutfiya, 2016). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rohmah, menyatakan bahwa remaja yang memiliki skor tinggi pada pengetahuan tentang menstruasi juga memiliki skor tinggi pada kesiapan menghadapi *menarche* (Rohmah, Djamar dan Rahayu, 2015). Pengetahuan yang dimiliki oleh remaja putri akan mendorong ia untuk

mempersiapkan diri dengan datangnya menarche.

Pendidikan kesehatan mengenai menstruasi sangatlah penting karena dengan adanya pendidikan kesehatan membuat seseorang menjadi siap dalam menghadapi menstruasi awal. Maka upaya pertama yang harus dilakukan adalah memberikan pengetahuan yang menyeluruh mengenai hal tersebut (Santrock,2003). Pendidikan kesehatan merupakan bagian dari promosi kesehatan yaitu usaha untuk membantu individu dan masyarakat dalam meningkatkan perilaku atau kemampuan untuk mencapai kesehatan optimal (Notoadmodjo,2005). Dapat diketahui bahwa dengan memberikan pendidikan kesehatan reproduksi tentang menstruasi akan meningkatkan pengetahuan dan informasi tentang menstruasi sehingga remaja dapat siap menghadapi *menarche*. Selanjutnya dari pengetahuan-pengetahuan itu akan menumbuhkan kesadaran individu dan dengan kesadaran tersebut mereka akan berperilaku sesuai dengan pendidikan yang diperolehnya (Notoadmodjo,2005).

Berdasarkan uraian diatas, penulis tertarik mengadakan penelitian dengan memberikan pendidikan kesehatan tentang menstruasi di SD tersebut terhadap kesiapan psikologis siswi kelas 5 dan 6 SD menghadapi *menarche* di SD Negeri 24 Palembang

METODE PENELITIAN

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Pre Experimental Designs* dengan menggunakan rancangan penelitian *One Group Pretest Posttest Designs*, dimana ciri penelitian ini adalah mengungkapkan hubungan sebab akibat dengan cara melibatkan satu kelompok subjek. Kelompok subjek diobservasi sebelum dilakukan intervensi, kemudian di observasi lagi setelah intervensi (Nursalam,2013). Sampel yang digunakan oleh peneliti berjumlah 20 sampel diambil secara acak menggunakan lotre dari populasi yang berjumlah 54 siswi yang belum mengalami menstruasi. Variabel yang dianalisis secara univariat dalam penelitian ini adalah kesiapan psikologis Analisis bivariat merupakan analisis untuk mengetahui interaksi dua variabel, baik berupa komparatif, asosiatif

maupun korelatif. Data yang diperoleh dari jawaban responden diberikan skor untuk setiap item pertanyaan, kemudian dijumlahkan dan dikategorikan sesuai dengan kategori kesiapan. Untuk mengetahui interaksi 2 variabel maka dilakukan uji normalitas data, uji kenormalan distribusi yang dipakai adalah *Uji Shapiro Wilk* karena jumlah responden < 50 dengan hasil data berdistribusi normal (signifikasi $0,236$ dan $0,073 > \alpha 0,05$), karena data berdistribusi normal menggunakan uji statistik yang digunakan yaitu uji t 2 sampel dependen.

HASIL PENELITIAN

A. Analisis Univariat

1. Kesiapan Psikologis Siswi Sebelum Diberikan Pendidikan Kesehatan

Kesiapan psikologis responden dalam menghadapi menarche sebelum diberikan pendidikan kesehatan dapat dilihat pada tabel 1.

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Kesiapan Psikologis Siswi dalam Menghadapi Menarche Sebelum Diberikan Pendidikan Kesehatan di SD Negeri 24 Palembang

Kesiapan Psikologis	Frekuensi	Persentase (%)
Tidak Siap	19	95,0
Siap	1	5,0
Jumlah	20	100

Berdasarkan tabel 1, dapat diketahui bahwa sebelum diberikan pendidikan kesehatan tentang menstruasi, sebagian besar responden merasa tidak siap dalam menghadapi menarche, yaitu sejumlah 19 siswi (95,0%), sedangkan yang siap hanya 1 siswi.

2. Kesiapan Psikologis Siswi Sesudah Diberikan Pendidikan Kesehatan

Kesiapan psikologis responden dalam menghadapi menarche sesudah diberikan pendidikan kesehatan dapat dilihat pada tabel 2.

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Kesiapan Psikologis Siswi dalam Menghadapi Menarche Setelah Diberikan Pendidikan Kesehatan di SD Negeri 24 Palembang

Kesiapan Psikologis	Frekuensi	Persentase (%)
Tidak Siap	2	10,0
Siap	18	90,0
Jumlah	20	100

Berdasarkan tabel 2, dapat diketahui bahwa setelah diberikan pendidikan kesehatan tentang menstruasi, sebagian besar responden sudah merasa siap dalam menghadapi menarche, yaitu sejumlah 18 siswi (90%), sedangkan yang masih tidak siap hanya 2 siswi (10%).

B. Analisis Bivariat

Tabel 3 Analisis Perbedaan Tingkat Kesiapan Psikologis Siswi dalam Menghadapi Menarche Sebelum dan Sesudah Diberikan Pendidikan Kesehatan di SD Negeri 24 Palembang

Variabel	Perlakuan	N	Mean	SD	T	p-value
Tingkat Kesiapan Psikologis	Pre	20	3,30	2,452	-13,262	0,000
	Post	20	14,45	2,911		

Berdasarkan tabel di atas, dapat diketahui bahwa rata-rata skor tingkat kesiapan psikologis siswi dalam menghadapi menarche sebelum diberikan pendidikan kesehatan sebesar 3,30, kemudian meningkat menjadi 14,45 setelah diberikan pendidikan kesehatan.

Berdasarkan uji t 2-sampel dependen untuk data transformasi didapatkan $T = -13262$ dengan p-value sebesar 0,000. Oleh karena $p\text{-value } 0,000 < \alpha (0,05)$, ini berarti bahwa pemberian pendidikan kesehatan tentang menstruasi mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap kesiapan psikologis siswi kelas 5 dan 6 SD menghadapi *menarche* sebelum diberikan pendidikan kesehatan dan kesiapan psikologis siswi setelah diberikan pendidikan kesehatan di SD Negeri 24 Palembang

PEMBAHASAN

1. Kesiapan Psikologis Siswi Sebelum diberikan Pendidikan Kesehatan.

Berdasarkan hasil penelitian terhadap 20 responden menunjukkan bahwa 19 responden (95%) mengatakan tidak siap menghadapi menstruasi pertama kali, hanya 1 responden (5%) yang mengatakan siap secara psikologis menghadapi menstruasi pertama kali.

Berdasarkan kuesioner yang dibagikan sebelum diberikan pendidikan kesehatan kepada 20 responden

Untuk mengetahui adakah pengaruh pendidikan kesehatan tentang menstruasi terhadap kesiapan psikologis siswi dalam menghadapi menarche siswi kelas 5 dan 6 SD menghadapi *menarche* di SD Negeri 24 Palembang.

Analisis bivariat pada penelitian ini digunakan untuk mengetahui perbedaan tingkat kesiapan psikologis siswi sebelum diberikan pendidikan kesehatan tentang menstruasi dan *menarche* dengan kesiapan psikologis siswi sesudah diberikan pendidikan kesehatan di SD Negeri 24 Palembang. Untuk menguji hubungan ini digunakan uji t 2-sampel dependent, hal ini dikarenakan data sampel hasil transformasi diperoleh berdistribusi normal, hasil dari uji ini disajikan berikut ini.

ketidaksiapan secara psikologis dalam menghadapi menstruasi pertama kali ini disebabkan karena kurangnya informasi tentang menstruasi, hal ini dibuktikan dengan hasil penelitian yang menunjukkan dari 20 responden hanya 4 responden (20%) yang mengatakan sudah mendapat informasi tentang menstruasi. Informasi yang diperoleh oleh responden dari 4 responden tersebut 2 responden

mengatakan mendapat informasi tentang menstruasi dari orang tua, 1 responden mengatakan mendapat informasi dari majalah/bahan bacaan dan 1 responden lagi mendapat informasi dari teman. Dari 4 responden yang sudah mendapatkan informasi tentang menstruasi hanya 1 responden yang mengatakan siap dalam menghadapi menstruasi sumber informasi tersebut diperoleh dari orang tua. Dapat diketahui bahwa media dan teman belum dapat menjamin kesiapan siswi dalam menghadapi menstruasi pertama kali, hal ini dimungkinkan karena majalah yang dibaca hanya memberikan informasi secara tidak mendetail, kemudian sumber informasi dari teman juga tidak menjamin kesiapan siswi dikarenakan juga karena teman hanya mengerti secara sekilas saja. Menurut Dariyo (2014) pemberian informasi mengenai kesehatan reproduksi sedini mungkin dapat dilakukan oleh orang tua dirumah maupun guru di sekolah.

Hasil penelitian yang diperoleh sebelum diberikan pendidikan kesehatan tentang menstruasi yaitu banyak responden yang tidak tahu dan bingung tentang apa yang harus dilakukan saat menstruasi pertama kali datang seperti cara memakai pembalut, cara merawat dan membuang pembalut bekas. Sebagian besar responden menganggap bahwa menstruasi merupakan suatu peristiwa yang traumatis dan menakutkan dibuktikan dengan ketakutan saat darah keluar dari alat kelamin, takut akan menjadi omongan orang atau teman saat menstruasi pertama kali datang. Banyak responden yang mengatakan khawatir saat menstruasi datang tidak bisa bermain dengan teman-temannya, merasa sedih tidak bisa menjalankan ibadah saat menstruasi. Selain itu hampir semua responden mengatakan tidak siap menghadapi menstruasi apabila datang secara tiba-tiba kapanpun dan dimanapun. Berdasarkan penelitian dari Novita Dewi dkk 2020, didapatkan hasil Pemberian pendidikan kesehatan yang diberikan kepada responden adalah sarana dalam pemberian informasi kepada individu atau kelompok tentang hal-hal yang belum diketahui oleh

responden. Hal ini dapat memberi pemahaman yang lebih detail dan rinci terkait dengan menstruasi. Setelah responden banyak mengetahui tentang informasi yang mereka tidak tahu sebelumnya maka responden akan terlihat lebih siap jika akan mengalami suatu hal yang baru yang belum pernah mereka rasakan sebelumnya. Pengetahuan tentang kesehatan yang dimiliki seseorang amat penting peranannya dalam menentukan nilai kesehatan terhadapnya. Dengan berbagai informasi kesehatan akan menambah luas pengetahuan dan pemahamannya tentang kesehatan. Dilihat dari faktor usia sebagian besar responden berusia 11 tahun (55%), diusia pra remaja ini sudah waktunya diberikan pemberian informasi yang benar dan jujur mengenai kesehatan reproduksi wanita untuk mencegah terjadinya masalah berkaitan dengan kesehatan reproduksi. Maka upaya yang perlu dilakukan yaitu memberikan informasi yang menyeluruh berkaitan dengan menstruasi.

2. Kesiapan Psikologis Siswi Setelah diberikan Pendidikan Kesehatan.

Berdasarkan hasil penelitian terhadap 20 responden menunjukkan bahwa 18 responden (90%) mengatakan siap secara psikologis menghadapi menstruasi pertama kali, hanya 2 responden (10%) yang mengatakan tidak siap secara psikologis menghadapi menstruasi pertama kali.

Menurut kuesioner yang dibagikan setelah pemberian pendidikan kesehatan kepada responden dengan pertanyaan yang sama dengan sebelum diberikan pendidikan kesehatan, sebagian besar responden mengatakan siap secara psikologis 90% menghadapi menstruasi. Kesiapan psikologis responden disebabkan karena adanya pemberian informasi melalui pendidikan kesehatan berupa penyuluhan (Fitriani,2011) tentang menstruasi. Kesiapan ini dibuktikan bahwa sebagian besar responden sudah tidak merasa takut saat melihat darah menstruasi pertama kali, responden mengatakan setelah diberikan pendidikan kesehatan tentang menstruasi sebagian besar

mengatakan tidak merasa takut, khawatir dan sedih lagi. Kesiapan psikologis responden tersebut seperti yang dikatakan Kartono (2016), bahwa remaja menganggap menstruasi adalah hal yang normal yang tidak membebani pikirannya yang ditandai dengan percaya diri, tidak takut, tidak cemas, tidak tegang, tidak mengalami gangguan saat menstruasi datang dan mau menerima keadaannya sebagai wanita yang harus mengalami menstruasi, sedangkan 2 responden (20%) yang tidak siap dipengaruhi oleh rasa malu yang masih dimiliki.

A. Analisis Bivariat

Analisis bivariat digunakan untuk menginteraksi dua variabel yaitu variabel independen dan variabel dependen, untuk mengetahui apakah hipotesis diterima atau ditolak dengan menggunakan uji statistik t-test 2 sampel dependent.

Hasil pengujian statistik dengan t-test 2 sampel dependent dapat diketahui bahwa nilai $T = -13262$ dengan nilai $p = 0,000$, $\alpha = 0,05$ ($p < \alpha$), sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima. Hal ini menunjukkan bahwa ada perbedaan yang bermakna antara kesiapan psikologis siswi sebelum diberikan pendidikan kesehatan dengan kesiapan psikologis siswi setelah diberikan pendidikan kesehatan, perbedaan yang bermakna tersebut dapat dilihat dari nilai skor rata-rata kesiapan psikologis siswi dalam menghadapi menstruasi pertama kali bahwa sebelum diberikan pendidikan kesehatan tentang menstruasi skor sebesar 3,30 kemudian meningkat menjadi 14,45 setelah diberikan pendidikan kesehatan tentang menstruasi.

Berdasarkan hasil penelitian dari Rangkuti Tahun 2020 menyatakan bahwa pendidikan kesehatan tentang menarche efektif untuk meningkatkan persiapan siswa dalam menghadapi menarche. Hal ini berarti pendidikan kesehatan mempengaruhi persiapan siswi dalam menghadapi menarche. Pemberian informasi yang benar tentang menstruasi melalui penyuluhan dapat mengurangi ketidaksiapan psikologis berupa kecemasan yang merupakan gejala yang

sering terjadi pada saat menstruasi pertama kali dan dengan mengikuti penyuluhan remaja putri akan dapat memahami bahwa menstruasi merupakan peristiwa yang penting bagi dirinya yang menjadi pertanda dari kematangan seksual dan erat hubungannya dengan fungsi reproduksi (Kartono, 2016). Menurut WHO pendidikan kesehatan merupakan proses membuat orang mampu meningkatkan dan memperbaiki kesehatan mereka, proses tersebut merupakan suatu proses perubahan diri manusia yang ada hubungannya dengan tercapainya tujuan kesehatan perorangan dan masyarakat. Ini sama halnya dengan penelitian bahwa dengan adanya pendidikan kesehatan dapat berpengaruh terhadap kesiapan psikologis siswi dalam menghadapi menstruasi pertama kali.

Pendidikan kesehatan merupakan bagian dari promosi kesehatan yaitu usaha untuk membantu individu dan masyarakat dalam meningkatkan perilaku atau kemampuan untuk mencapai kesehatan optimal (Notoadmodjo,2015). Dapat diketahui bahwa dengan memberikan pendidikan kesehatan reproduksi tentang menstruasi akan meningkatkan pengetahuan dan informasi tentang menstruasi sehingga remaja dapat siap menghadapi *menarche*. Selanjutnya dari pengetahuan-pengetahuan itu akan menumbuhkan kesadaran individu dan dengan kesadaran tersebut mereka akan berperilaku sesuai dengan pendidikan yang diperolehnya (Notoadmodjo,2015). Hal ini dapat dilihat dari hasil penelitian bahwa setelah dilakukan pemberian informasi kesehatan reproduksi tentang menstruasi responden mendapat pengetahuan-pengetahuan kesehatan reproduksi tentang menstruasi sehingga setelah mendapatkan pengetahuan tersebut responden menjadi mengerti dan akhirnya menjadi siap dalam menghadapi menstruasi pertama kali. Sehingga pemberian informasi tentang menstruasi sangat berpengaruh terhadap sikap sadar yang dimiliki responden yang pada akhirnya akan berpengaruh terhadap kesiapan psikologis dalam menghadapi menstruasi pertama kali.

KESIMPULAN

Kesiapan psikologis dalam menghadapi menarche sebelum diberikan pendidikan kesehatan yaitu 5%. Kesiapan psikologis dalam menghadapi menarche setelah diberikan pendidikan kesehatan yaitu 90%. Ada pengaruh pendidikan kesehatan tentang menstruasi terhadap kesiapan psikologis siswi kelas 5 dan 6 SD dalam menghadapi menarche di SD Negeri 24 Palembang ($p\text{-value} = 0,000 < \alpha (0,05)$).

DAFTAR PUSTAKA

- Al-Mishwar M., 2016. *Psikologi Remaja*. Bandung : Pustaka Setia.
- Arikunto, S., 2016. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.
- August, A.R.J., dan Katharina., 2012, *Pemberdayaan Wanita Dalam Bidang Kesehatan*. Yogyakarta : Andi Offset.
- Azwar S., 2017, *Sikap Manusia Teori dan Pengukurannya*. XI. Jakarta : Pustaka Pelajar.
- BKKBN: *Reproductive Health (ARH)*., 2014. *Remaja Memerlukan Informasi Kesehatan Reproduksi*. Semarang . Availableonline : <http://www.bkkbn.go.id/Webs/DetailRublik.aspx?MyID =2126>.
- BPS Sumsel. 2021.*Jumlah Penduduk Menuut Kelompok Umur (Jiwa), 2019-2021*. <https://sumsel.bps.go.id/indicator/12/2/78/1/jumlah-penduduk-menurut-kelompok-umur.html>
- Ciptorini., 2017. Pentingnya Informasi Kesehatan Reproduksi Remaja, diakses pada tanggal 10 April 2011 dari <http://kespro%dinkes.html>.
- Dariyo, 2014. *Psikologi Perkembangan Remaja*. Bogor : Ghalia Indonesia.
- Djamarah, 2015. *Pendidikan Kesehatan Reproduksi Remaja*, Yogyakarta : Graha Ilmu.
- Dorland, 2015. *Buku Saku Kedokteran*. Jakarta : EGC.
- Fentiana Dewi. 2015. *Persepsi remaja putri anak TKI tentang perubahan fisik pada masa pubertas di SMPN 2 Sukorejo Desa Prajegan Kecamatan Sukorejo Kabupaten Ponorogo*. <http://eprints.umpo.ac.id/1622/2/BAB%201.pdf>
- Ferry, 2017. *Koping Adaptasi Menarche Sebagai Strategi Peningkatan Kesehatan Reproduksi Remaja*. : <http://ferryfendi.blogspot.com/2007/11/koping-adaptasimenarche-sebagai.html>.
- Fitriani S, 2011. *Promosi Kesehatan*. Yogyakarta : Graha Ilmu.
- Hidayat, 2019. *Metodologi Kebidanan dan Teknik Analisis Data*. Jakarta : Salemba Medika.
- Hurlock, E.B., 2014. *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan Edisi 5, Cetakan 11*. Jakarta : Erlangga.
- Jones, D.,2011, *Dasar-dasar Obstetri dan Ginekologi*, alih bahasa dr.Hadiyanto, Hipokrates, Jakarta.
- Kartono, K., 2016. *Psikologi Wanita 1 Mengenal Gadis Remaja dan Wanita Dewasa*. Bandung : Mandar Maju.
- Minartin P, 2019.*Hubungan antara Pengetahuan tentang Menstruasi dengan Sikap Menghadapi Menarche Pada Siswi Kelas 5 dan 6 di SD Negeri 03 Mandonga*. <http://repository.poltekkes-kdi.ac.id/1149/2/BAB%201.pdf>
- Manuaba,I.B.G. 2012. *Memahami Kesehatan Reproduksi Wanita*. Jakarta : Arean.
- Notoatmodjo, S., 2015. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.

- Novita Dewi, dkk, 2020. *Kesiapan Menghadapi Menarche Pada Anak Sekolah Dasar Sebelum dan Setelah Diberikan Pendidikan Kesehatan*. Jurnal *The Shine* Cahaya Dunia S-1 Keperawatan Volume 5 No 2 (2020). <https://ejournal.annurpurwodadi.ac.id/index.php/TSCSIKep/article/view/236>
- Nursalam, 2013. *Konsep Dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pedoman Skripsi, Tesis dan Instrumen Penelitian Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Prawirohardjo, S., 2015. *Buku Acuan Nasional Pelayanan Kesehatan Maternal dan Neonatal*. Jakarta : Yayasan Bina Pustaka.
- Proverawati A, Siti M., 2019. *Menarche Menstruasi Pertama Penuh Makna*. Yogyakarta : Muha Medika.
- Rangkuti S.2020.*Pengaruh Pendidikan Kesehatan tentang Persiapan Menghadapi Menarche Pada Siswa SD 060963 Tahun 2020*.Jurnal Kesehatan Masyarakat. Volume 1, No 1 Juli 2021. <https://journal.physan.id/index.php/jkm/article/download/6/14>
- Riyanto A, 2011. *Aplikasi Metodologi Penelitian Kesehatan*, Yogyakarta : Muha Medika.
- Santrock, J.W. 2013. *Perkembangan Remaja Edisi Revisi, Cetakan 8*. Gravindo Jakarta : Persada.
- Sarwono S, 2016. *Psikologi Remaja*. Jakarta : Raja Grafindo Persada.
- Saryono, A.,2018, *Metode Penelitian Kebidanan DIII, DIV, S1 dan S2*. Yogyakarta : Muha Medika.
- Sugiyono, 2017. *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- _____, 2021. *Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Remaja Pada Masa Pandemi Covid-19 di Desa Dalung Kabupaten Badung Tahun 2021*. <http://repository.poltekkes-denpasar.ac.id/7612/4/BAB%20I%20Pendahuluan.pdf>
- Unicef. 2021. *Profil Remaja 2021*. <https://www.unicef.org/indonesia/media/9546/file/Profil%20Remaja.pdf>
- Wiknjosastro, H., 2018. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Yetty, Asmar., 2015, *Psikologi Ibu dan Anak*. Yogyakarta : Fitramaya.