

HUBUNGAN DUKUNGAN ORANG TUA TENTANG *MENARCHE* DENGAN TINGKAT KECEMASAN MENGHADAPI *MENARCHE* PADA SISWI SEKOLAH DASAR

Sri Sundari, Naomi P.H. Panjaitan

Akademi Kebidanan Ummi Khasanah, Jl. Pemuda Gandekan Bantul Yogyakarta

email: Zidniicun@gmail.com

Abstrak: Hubungan Dukungan Orang Tua tentang *Menarche* dengan Tingkat Kecemasan Menghadapi *Menarche* pada Siswi Sekolah Dasar. Remaja putri usia 10-13 tahun telah mengalami *menarche* (haid pertama), namun remaja putri belum siap menghadapi perubahan fisik dan merasa takut dengan keluarnya darah dari alat kemaluan. Hal ini membuat remaja putri merasa takut dan atau cemas menghadapi *menarche*, sehingga menimbulkan *fobia* atau *hypochondria* terhadap menstruasi terjadi karena kurangnya pengetahuan atau tidak adanya dukungan dari orang tua yang menjelaskan tentang *menarche*, karena itu dukungan orang tua sangat diperlukan dalam persiapan menghadapi *menarche* agar siswi tidak merasa cemas menghadapi *menarche*. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan dukungan orang tua tentang *menarche* dengan tingkat kecemasan menghadapi *menarche* pada siswi SD Negeri 2 Kadipiro Kasihan Bantul Yogyakarta. Metode penelitian yang digunakan adalah jenis penelitian analitik korelasional dengan rancangan *cross sectional*. Populasi penelitian semua siswi SD Negeri 2 Kadipiro Kasihan Bantul Yogyakarta yang berusia 10-13 tahun. Teknik sampling menggunakan *total sampling*, jumlah sampel sebanyak 34 siswi. Teknik pengumpulan data menggunakan instrumen berupa kuesioner. Data dianalisis menggunakan uji statistik *sperman rank*. Berdasarkan hasil analisis diketahui sebagian besar dukungan orang tua dalam kategori cukup sebanyak 14 responden (41,2%), sebagian besar tingkat kecemasan siswi dalam kategori sedang sebanyak 12 responden (35,3%). Uji *sperman rank* diperoleh $p = 0,002$ lebih kecil dari 0,005 ($p < 0,05$). Ada hubungan dukungan orang tua tentang *menarche* dengan tingkat kecemasan menghadapi *menarche* pada siswi SD Negeri 2 Kadipiro Kasihan Bantul Yogyakarta. Diperlukan komunikasi orang tua yang lebih sering untuk memberikan informasi tentang *menarche* agar anak menjadi lebih siap menerima perubahan fisik yang terjadi selama *menarche*.

Kata Kunci: dukungan orang tua, *menarche*, tingkat kecemasan

Abstract: The Relationship of the Parent Support about Menarche with the Anxiety Level Facing Menarche on Female Students of Elementary School. Young girls aged 10-13 years have experienced menarche (the first menstruation), but young girls are not ready to face physical changes and fear with the release of blood from the genitals. This makes young girls feel afraid and or anxious about menarche, causing phobias or hypochondria to menstruation. It happens due to the lack of knowledge or lack of support from parents who explain about menarche, therefore the support of parents is needed in preparation for menarche so that students do not feel anxious about menarche. The purpose of this research is to know the relationship of the parent support about menarche with the anxiety level facing menarche on female students of State Elementary School 2 Kadipiro Kasihan Bantul Yogyakarta. The research method used is correlational analytic research with cross sectional design. The study population is all female students of SD Negeri 2 Kadipiro Kasihan Bantul Yogyakarta, aged 10-13 years. The sampling technique used total sampling and the number of samples was 34 female students. The technique of collecting data uses the questionnaire instrument. Data were analyzed using sperman rank test. Based on the results of the analysis it is known that most of the parent support in the sufficient category are as many as 14 respondents (41.2%), most students' anxiety level in the medium category as many as 12 respondents (35.3%). Sperm test rank

is obtained $p = 0,002$ less than $0,005$ ($p < 0,05$). There is a relationship of parental support about menarche with the anxiety level facing menarche to female students of SD Negeri 2 Kadapiro Kasihan Bantul Yogyakarta. More parent communication is needed to provide information about menarche so that the child becomes more ready to accept the physical changes that occur during menarche.

Keywords: parental support, menarche, anxiety level

Masa remaja adalah masa peralihan dari masa anak-anak ke masa dewasa yang terjadi pada usia 10-19 tahun yang ditandai dengan perubahan fisik, emosi, dan psikis, serta terjadi pematangan organ reproduksi. Perubahan fisik ditandai oleh pertumbuhan payudara, pertumbuhan rambut daerah pubis dan aksila serta panggul mulai melebar dan membesar, selain itu organ reproduksi yang berada di dalam juga mengalami perkembangan dan perubahan untuk mempersiapkan haid pertama (Lestari, 2011).

Menarche atau menstruasi pertama terjadi akibat proses sistem hormonal yang kompleks, setelah panca indra menerima rangsangan yang diteruskan ke pusat dan diolah oleh *hipotalamus*, dilanjutkan dengan *hipofise*, memulai sistem portal dikeluarkan *hormon gonadotropin* perangsang folikel dan *leutenizing hormon* (LH) untuk merangsang indung telur. Pencapaian kematangan seksual ditandai dengan produksi semen yang biasanya timbul dalam bentuk mimpi basah (pada pria) datangnya menstruasi (pada wanita) (Makhfudli 2009).

Sekitar 95% di Amerika Serikat wanita remaja mempunyai tanda-tanda pubertas dengan *menarche* pada umur 12 tahun dan umur rata-rata 12,5 tahun yang diiringi dengan pertumbuhan fisik saat *menarche*. Di Maharashtra, India rata-rata usia *menarche* pada anak perempuan adalah 12,5 tahun. 24,92% *menarche* dini 10-11 tahun, 64,77% *menarche* ideal 12-13 tahun dan 10,30% *menarche* terlambat 14-15 tahun (Rokade *et al.*, 2009). Di Indonesia usia remaja yang mendapat *menarche* bervariasi rata-rata 12,5 tahun, dan ada juga yang baru berusia delapan tahun sudah memulai sik-

lus haid namun jumlah ini sedikit sekali (Munda, dkk, 2013). Usia paling lama mendapat *menarche* adalah 16 tahun. Usia mendapat *menarche* tidak pasti atau bervariasi, akan tetapi terdapat kecenderungan bahwa dari tahun ketahun wanita remaja mendapat haid pertama pada usia yang lebih muda (Lestari, 2011).

Menarche dapat menimbulkan perubahan psikologis bagi remaja putri, diantaranya yaitu perubahan aspek psikologis yang terjadi pada remaja putri, dapat berupa emosional yaitu perasaan cemas (Natsuaki, Leve & Mendle, 2010). Contoh rasa cemas yang dirasakan remaja seperti rasa terkejut bahkan trauma, rasa takut, bersikap irasional serta mudah tersinggung (Yolanda, Taufik dan Nurfarhanah, 2013). Kecemasan merupakan respon dari individu terhadap suatu keadaan yang tidak menyenangkan dan dialami oleh semua makhluk hidup dalam kehidupan sehari-hari dan digolongkan ke dalam pengalaman yang tidak menyenangkan yang biasanya ditandai dengan beberapa gejala seperti jantung berdebar-debar, sesak nafas, perasaan khawatir, rasa takut yang tidak normal, rasa ragu pada diri sendiri, dan merasa adanya ancaman (Nainggolan dan Tambunan, 2013). Hal ini sesuai dengan yang diungkapkan Kartono (2006) bahwa gejala yang sering terjadi dan sangat mencolok pada peristiwa *menarche* adalah ketakutan dan kecemasan.

Orang tua secara lebih dini harus memberikan penjelasan tentang *menarche* pada anak perempuannya, agar anak lebih mengerti dan siap dalam menghadapi *menarche* (Muriyana, 2008). Sayangnya tidak semua ibu memberikan informasi yang memadai kepada putrinya. Sebagian ibu

enggann membicarakan secara terbuka sampai remaja mengalami *menarche*. Hal ini menimbulkan kecemasan pada remaja bahkan sering tumbuh keyakinan bahwa haid itu sesuatu yang tidak menyenangkan, merasa malu dan menganggap penyakit jika saat haid merasa letih dan terganggu.

Apabila gangguan ini terus berlanjut dan tidak segera diatasi, maka akan dapat menimbulkan fobia atau *hypochondria* (keadaan murung) terhadap menstruasi. Fobia atau *hypochondria* yang terjadi secara terus menerus akan dapat mempengaruhi beberapa fungsi fisik, seperti hormon seksual, sehingga akan dapat menyebabkan terjadinya retensi pada menstruasi (Lubis, 2013; Kartono, 2006). Apabila seorang remaja putri merasakan gangguan ringan seperti cemas dan takut, namun tidak mendapat penanganan lebih lanjut, dapat mengakibatkan gangguan psikis yang lebih berat bagi remaja itu sendiri.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 09 April 2016 di SD Negeri 2 Kadipiro Kecamatan Kasihan Bantul Yogyakarta pada tahun 2016, diperoleh sepuluh responden siswi, satu diantara sepuluh responden sudah mengalami *menarche*, dan sembilan siswi belum mendapat *menarche* di dapatkan keterangan tiga orang tidak merasa cemas menghadapi *menarche* dan enam siswi mengatakan bahwa merasa cemas menghadapi *menarche*. Siswi mengatakan cemas, cemas yang mereka rasakan karna takut akan melihat darah yang keluar dari kemaluan dan takut merasakan nyeri pada saat *menarche*. Saat mereka merasa cemas tentang masalah *menarche* mereka biasa menceritakan tentang kecemasan yang mereka rasakan pada ibu, tetapi anak tidak mendapatkan pemahaman dari orang tua tentang proses dari *menarche* sehingga anak masih merasa cemas dan takut mengalami *menarche*.

Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan dukungan orang tua tentang *menarche* dengan tingkat kecemasan menghadapi *menarche*

siswi SD Negeri 2 Kadipiro Kasihan Bantul Yogyakarta 2016”. Tujuan umum untuk mengetahui hubungan dukungan orang tua tentang *menarche* dengan tingkat kecemasan menghadapi *menarche* pada siswi SD Negeri 2 Kadipiro Kecamatan Kasihan Bantul Yogyakarta Tahun 2016.

METODE

Jenis penelitian menggunakan analitik korelasional yaitu merupakan penelitian atau penelaahan hubungan antara dua variabel pada suatu situasi atau sekelompok subyek, hal ini dilakukan untuk melihat hubungan antara variabel satu dengan variabel yang lain. Pendekatan yang digunakan *cross sectional* (potong lintang) yaitu penelitian untuk mempelajari dinamika korelasi antara faktor-faktor risiko dengan efek, dengan cara pendekatan, observasi atau pengumpulan data sekaligus pada suatu saat (*point time approach*) (Notoatmodjo, 2012).

Variabel *independent* atau variabel bebas dalam penelitian ini adalah dukungan orang tua tentang *menarche*. Variabel *dependen* atau variabel terikat dalam penelitian ini adalah tingkat kecemasan menghadapi *menarche* pada siswi SD. Populasi dari penelitian ini adalah seluruh siswi SD Negeri 2 Kadipiro Kasihan Bantul Yogyakarta tahun 2016 berjumlah 34 siswi. Teknik sampling menggunakan *total sampling*, jumlah sampel sebanyak 34 siswi. *Total sampling* adalah teknik penentuan sampel bila semua anggota populasi digunakan sebagai sampel (Sugiyono, 2012). Instrumen pengumpulan data yaitu variabel bebas dukungan orang tua tentang *menarche* dengan tingkat kecemasan menghadapi *menarche* pada siswi SD. Kuesioner berisi 30 pertanyaan menggunakan skala *likert* untuk pernyataan *favourabel* jika responden menjawab sangat setuju (skor 4), setuju (skor 3), ragu-ragu (skor 2), tidak setuju (skor 1), sangat tidak setuju (skor 0). Sedangkan untuk pernyataan *unfavourabel* jawaban sangat setuju (skor 0), setuju (skor 1), ragu-ragu (skor

2) tidak setuju (skor 3), sangat tidak setuju (skor 4). Variabel terikat, tingkat kecemasan menghadapi *menarche* yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner baku dari *Hamilton* yang biasa dikenal dengan *HRS-A (Hamilton Rating Scale for Anxiety)*, *HRS-A* ini digunakan untuk mengukur tingkat kecemasan menghadapi *menarche* (Saifuddin, 2012). Instrumen ini berisi 30 pernyataan yang menunjukkan gejala dari kecemasan. Cara pengisian dengan memberikan tanda cek pada kolom, pertanyaan menggunakan skala *HRS-A (Hamilton Rating Scale for Anxiety)*, untuk pernyataan uji validitas menggunakan rumus *product moment* dilakukan terhadap kuesioner dukungan orang tua sebanyak 30 pernyataan, kemudian hasilnya diujikan pada 30 responden dengan nilai r tabel adalah 0,361. Setelah melakukan uji validitas didapatkan 22 pernyataan yang valid dengan hasil r hitung $>$ r tabel yaitu sebesar 0,361 dan delapan pernyataan yang tidak valid, pernyataan *favorabel* yang tidak valid nomor 16 dengan nilai 0,155, nomor 17 dengan nilai 0,326, nomor 20 dengan nilai 0,345, nomor 28 dengan nilai 0,100, nomor 30 dengan nilai 0,326 dan pernyataan *unfavorabel* nomor 21 dengan nilai 0,210, nomor 22 dengan nilai 0,342, dan nomor 23 dengan nilai 0,168 dengan nilai hitung $>$ r tabel yaitu sebesar 0,361. Uji validitas dilakukan pada tingkat kecemasan menghadapi *menarche* sebanyak 30 pernyataan, yaitu 14 pernyataan baku menurut *HRS-A* dan 16 pernyataan yang dibuat oleh peneliti, kemudian hasilnya diujikan pada 30 responden dengan nilai r tabel adalah 0,361. Setelah melakukan uji validitas didapatkan 28 pernyataan yang valid dengan hasil r hitung $>$ r tabel yaitu sebesar 0,361 dan dua pernyataan yang tidak valid, pernyataan *favorabel* tidak valid nomor 18.

Uji realibilitas menggunakan rumus *Alpha Cronbach* pada kuesioner dukungan orang tua tentang *menarche* adalah sebesar $0,655 > 0,6$ maka dinyatakan instrumen yang digunakan dalam penelitian ini dapat dipercaya atau reliabel. Hasil dari

uji realibilitas pada kuesioner tingkat kecemasan menghadapi *menarche* pada siswi SD adalah sebesar $0,748 > 0,6$ maka dinyatakan instrumen yang digunakan dalam penelitian ini dapat dipercaya atau reliabel. Proses analisis data menggunakan uji *sperman rank* diperoleh $p = 0,002$ yang lebih kecil dari $0,005$ ($p < 0,05$).

HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

Tabel 1. Karakteristik Responden

Kategori	Frekuensi	Persentase
10 tahun	3	8,8
11 tahun	7	20,6
12 tahun	20	58,8
13 tahun	4	11,8
Total	30	100,0

(Sumber: Data Primer, 2016)

Berdasarkan tabel 1. diketahui bahwa karakteristik responden berdasarkan usia siswi SD Negeri 2 Kasihan Bantul, sebagian besar adalah berusia 12 tahun yaitu sebanyak 20 responden (58,8).

Tabel 2. Hubungan Dukungan Orang Tua tentang Menarche pada siswi SD Negeri 2 Kadipiro

Kategori	Frekuensi	Persentase
Baik	9	26,5
Cukup	14	41,2
Kurang	11	32,4
Total	34	100,0

(Sumber: Data Primer, 2016)

Berdasarkan tabel 2. diketahui bahwa dukungan orang tua tentang *menarche* pada siswi SD Negeri 2 Kadipiro Kecamatan Kasihan Bantul Yogyakarta Tahun 2016, sebagian besar responden adalah cukup yaitu sebanyak 14 responden (41,2).

Tabel 3. Tingkat Kecemasan Siswi dalam Menghadapi Menarche di SD Negeri 2 Kadipiro

Kategori	Frekuensi	Persentase
Tidak Ada Kecemasan	1	2,9
Ringan	8	23,5
Sedang	12	35,3
Berat	11	32,4
Berat Sekali	2	5,9
Total	34	100,0

(Sumber: Data Primer, 2016)

Tabel 4. Hubungan Dukungan Orang Tua tentang Menarche dengan Tingkat Kecemasan Menghadapi Menarche di SD Negeri 2 Kadipiro

Dukungan	Tingkat Kecemasan										Total	p	r	
	Tidak		Ringan		Sedang		Berat		Berat Sekali					
	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%				
Baik	1	2,9	5	14,7	2	5,9	1	2,9	0	0	9	26,5	0,002	0,508
Cukup	0	0	3	8,8	5	14,7	5	14,7	1	2,9	14	41,2		
Kurang	0	0	0	0	5	14,7	5	14,7	1	2,9	11	32,4		
Total	1	2,9	8	23,5	12	35,3	11	32,4	2	5,9	34	100		

(Sumber: Data Primer, 2016)

Berdasarkan tabel 4. diketahui ada hubungan dukungan orang tua tentang *menarche* dengan tingkat kecemasan menghadapi *menarche* pada siswi SD Negeri 2 Kadipiro Kecamatan Kasihan Bantul Yogyakarta tahun 2016, didapat nilai signifikansi yaitu sebesar 0,002. Dibandingkan dengan taraf signifikansi 5% atau sebesar 0,05 menunjukkan bahwa $p = 0,002 < 0,05$, maka H_0 ditolak H_a di terima sehingga dapat disimpulkan ada hubungan dukungan orang tua tentang *menarche* dengan tingkat kecemasan menghadapi *menarche* pada siswi SD Negeri 2 Kadipiro Kecamatan Bantul Yogyakarta tahun 2016 dengan r senilai 0,508 sehingga masuk kategori sedang.

PEMBAHASAN

Dukungan orang tua tentang *menarche* pada siswi SD Negeri 2 Kadipiro Kecamatan Kasihan Bantul Yogyakarta Tahun 2016, sebagian besar responden adalah termasuk kategori cukup yaitu sebanyak 14 responden. Dukungan orang tua di dalam keluarga sangat penting dalam perkembangan dan pertumbuhan anak, terutama pada masa remaja. Dukungan orang tua terhadap remaja putri pada saat *menarche* sebagai pendidik,

Berdasarkan tabel 3. diketahui bahwa tingkat kecemasan siswi dalam menghadapi *menarche* di SD Negeri 2 Kadipiro Kecamatan Kasihan Bantul Yogyakarta Tahun 2016, sebagian besar responden adalah termasuk kategori sedang yaitu sebanyak 12 responden (35,3).

memberi informasi dan sebagai pemberi asuhan (Singgih, 2008). Dukungan orang tua mempunyai hubungan dengan persepsi remaja putri tentang *menarche*. Dukungan orang tua yang baik dalam pemahaman menstruasi dan permasalahannya cenderung akan memberikan persepsi remaja putri yang baik tentang *menarche* dibandingkan dengan orang tua yang kurang memperhatikan anaknya (Wulandari, 2008).

Tingkat kecemasan siswi dalam menghadapi *menarche* di SD Negeri 2 Kadipiro Kecamatan Kasihan Bantul Yogyakarta Tahun 2016, sebagian besar responden adalah sedang yaitu sebanyak 12 responden. Kecemasan merupakan pengalaman emosi yang tidak menyenangkan yang datang dari dalam bersifat meningkat menggelisahkan dan menakutkan yang tidak diketahui oleh individu. Perasaan ini disertai oleh komponen-komponen somatik fisiologis, otomatis, biokimiawi, hormonal, perilaku (Stuart dan Laraira, 2002). Menurut Stuart dan Sundeen (2000) menyatakan bahwa kehadiran orang lain dapat membantu seseorang mengurangi kecemasan dan lingkungan mempengaruhi area berfikir seseorang.

Berdasarkan uji bivariat dengan menggu-

nakan uji *sperman rank* didapatkan nilai *significancy* pada hasil menunjukkan ($p\text{-value} = 0,002 < 0,05$). Maka H_0 di tolak H_a di terima sehingga dapat di simpulkan ada hubungan dukungan orang tua tentang *menarche* dengan tingkat kecemasan menghadapi *menarche* pada siswi SD Negeri 2 Kadipiro Kasihan Bantul Yogyakarta Tahun 2016. Dengan ρ senilai 0,508 masuk kategori sedang. Kuntjoro (2002) menyatakan bahwa memasuki masa pubertas maka keluarga menjadi penting dan berharga sehingga akan menambah harga diri dan ketentraman hidup seseorang. Seseorang yang mempunyai dukungan yang tinggi maka akan kurang menilai situasi penuh stres dan tidak memperdulikan banyak stres yang dialami. Sehingga semakin tinggi dukungan keluarga maka semakin rendah tingkat kecemasan responden dalam menghadapi *menarche*.

Hartatin, dkk (2013) menambahkan bahwa dukungan keluarga mempengaruhi kesiapan remaja putri menghadapi *menarche*. Dengan adanya dukungan keluarga yang diterima oleh remaja putri, maka rasa cemas mereka dalam menghadapi *menarche* dapat berkurang sehingga mereka akan lebih siap dalam menghadapi *menarche*. Hal ini sesuai dengan penelitian Ervina (2013) dengan judul hubungan dukungan keluarga dengan tingkat kecemasan pada remaja putri dalam menghadapi *menarche* di MI Salafiyah Simbang Kulon 02 Kabupaten Pekalongan Tahun 2012. Dengan hasil ada hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dengan tingkat kecemasan remaja putri dalam menghadapi *menarche* di MI Salafiyah Simbang Kulon 02 Kabupaten Pekalongan.

KESIMPULAN

Ada hubungan dukungan orang tua tentang *menarche* dengan tingkat kecemasan menghadapi *menarche* pada siswi SD Negeri 2 Kadipiro Tahun 2016 dengan nilai *significancy* pada hasil menunjukkan ($p\text{-value} = 0,002 < 0,05$). Dengan nilai ρ 0,508 sehingga masuk kategori sedang. Ha-

sil penelitian ini di harapkan orang tua lebih sering berkomunikasi dengan anak untuk memberikan informasi tentang *menarche* agar anak lebih siap dalam menghadapi *menarche* dan bisa menerima perubahan fisik yang terjadi selama *menarche*.

DAFTAR RUJUKAN

- Effendi, F., & Makhfudli. 2009. *Keperawatan Komunitas: Teori dan Praktik*. Jakarta: Erlangga.
- Ervina Ulfa. 2013. *Hubungan Dukungan Keluarga dengan Tingkat Kecemasan pada Remaja Putri dalam Menghadapi Menarche Di MI Salafiyah Simbang Kulon 02 Kabupaten Pekalongan*. <http://www.scribd.com/doc/293528790/91hubungan-dukungan-keluarga-dengan-tingkat-kecemasan-pada-remaja-putri-dalam-menghadapi-menarche-Di-MI-salahfiyah-simbang-kulon-02-kabupaten-pekalongan>. Diakses pada tanggal 20 Febuari 2016 Pukul 13.40 WIB.
- Gunarsa, Singgih. 2008. *Psikologi Praktis: Anak, Remaja dan Keluarga*. Jakarta: Gunung Mulia.
- Hartatin. 2013. *Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kesiapan Remaja Putri dalam Menghadapi Menarche di SMP Negeri 4 Parepare*. Makasar.
- Kartono, K. 2006. *Psikologi Wanita, Jilid2 "Mengetahui Wanita Sebagai Ibu dan Nenek"*. Bandung: Mandiri Maju.
- Kuntjoro. 2002. *Masalah Kesehatan Jiwa Lansia*. http://www.e_psikologi.com. Diakses pada tanggal 05 Juni 2016 Pukul 17.20 WIB.
- Lestari, N. 2011. *Tips Praktis Mengetahui Masa Subur*. Yogyakarta: Katahati.
- Lubis, M.N. 2013. *Psikologis Kespro Wanita dan Perkembangan Reproduksinya Ditinjau dari Aspek Fisik dan Psikologis*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Munda, S.S., Wegey, F.W., dan Watania, J. 2013. Hubungan antara IMT dengan Usia Me-

- narche pada siswi SD dan SMP di Kota Manado. *Jurnal Ilmiah Kedokteran Klinik*.
- Muriyana, D.S. 2008. *Studi Kualitatif tentang Kesiapan Remaja Putri Sekolah Dasar dalam Menghadapi Menarche pada Usia 10-12 Tahun*. <http://digilibunimus.ac.id/> Diakses pada tanggal 11 Januari 2016.
- Nainggolan,E., Tambunan.D. 2013. *Tingkat Kecemasan Orang Tua Menghadapi Perubahan Prilaku Remaja Pada Masa Pubertas di Kelurahan Balige*. <http://download.portalgaruda.org/article.php?article=248677val=1545> Diakses pada tanggal 10 Januari 2016 Pukul 09.00 WIB.
- Natsuaki, M. N., Leve,L. D., & Mendle, J. 2010. *Going Trough Therites of Passage: Timing and Transision of Menarche, Childhood Sexual Abuse and Anxietysymptom in Girls*. <http://media.proquest.com/media/pq/classic>. Diakses tanggal 19 Februari 2016.
- Notoatmodjo, S. 2012. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Rokade, SA., Mane AK. 2009. *A Study Of Age Menarche, The Secular Trend And Factors Associated With It*. The Internet Journal of Biological Antropology Volume 3 Number 2.
- Saiffudin, Azwar. 2012. *Penyusunan Skala Psikologi*. Edisi 2. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Stuart,G.W & Laraia, M.T. 2005. *Principles and Practice of Psychiatric Nursing*. 7th Edition. St. Louis: Mosby.
- Stuart,G.W., & Sudeen, Sj. 2000. *Princeples And Practice of Psychiatric Nursing*. St. Louis: Mosby Year Book.
- Sugiyono. 2012. *Statistika untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Wulandari. 2008. *Peran Orang Tua terhadap Persepsi Remaja Putri tentang Menarche di Kabupaten Purworejo*. Skripsi. Universitas Gajah Mada.
- Yolanda, Taufik, & Nurfarhanah. 2013. *Hubungan antara Pengetahuan tentang Menarche dengan Kecemasan Sisiwi*. <http://eprints.uns.ac.id/9381/>. Diakses pada tanggal 20 Febuari 2016 Pukul 16.40 WIB.
- Yuliasri, T.R. 2014. Hubungan Tingkat Pengetahuan Kesehatan Reproduksi dengan Kesiapan Menghadapi Menarche. *Jurnal Ilmu Kebidanan Akademi Kebidanan Ummi Khasanah*. Jilid 1 (1): 55-60.