



Analisis Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kesiapan Remaja Putri Dalam Menghadapi *Menarche* Pada Siswi Di Madrasah Ibtidaiyah (MI) Al-Khairiyah Pabean Kota Cilegon

Indah Nurfazriah

Universitas Faletehan Serang-Banten, Indonesia

Jl. Raya Cilegon KM.06 Pelamunan Kramatwatu Serang Banten Indonesia

Korespondensi penulis : indah.herdiana87@gmail.com

Abstract. A brief history Adolescence is a time of at this point of time, between childhood and adulthood, sexual maturity sets in and the reproductive organs (in women) begin to function (*Menarche*). The goal of this research was to better understand how to better prepare young women for *menarche*. Method: This study employs a quantitative Cross sectional research strategy. There were a total of 33 female students included in the sample. Multivariate analysis with the *t* test and bivariate analysis with the chi square test are employed. Results: The study found that a significant proportion of adolescents (25 out of 83.3%; $p = 0.043$) were unprepared for *menarche* because of a lack of knowledge, that a similar proportion (84.6%; $p = 0.041$) were severely anxious about entering puberty, and that a significant proportion (23 out of 88.5%; $p = 0.009$) had little support from their parents. Conclusion: It follows that adolescent girls' preparedness for *menarche* is significantly impacted by their prior exposure to information about the process, their degree of concern about it, and the level of support they receive from their parents.

Keywords: : Support Parents, *Menarche* preparation, Knowledge, Anxiety Level

Abstrak. Remaja adalah Peralihan dari masa kanak-kanak menjadi dewasa, pada tahap remaja ini terjadi kematangan seksual dan mulai berfungsinya organ-organ reproduksi dihitung dari mulainya haid yang pertama pada wanita (*Menarche*). Tujuan penelitian ini yaitu untuk menganalisis faktor-faktor yang mempengaruhi Kesiapan remaja putri dalam menghadapi *menarche*. Metode: Jenis penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif dengan desain penelitian *Cross Sectional*. Teknik yang digunakan teknik *total sampling* sebanyak 33 siswi. Analisis yang digunakan adalah analisis univariat dan bivariat dengan menggunakan uji *chi square*. Hasil : penelitian didapatkan siswi yang tidak siap dalam menghadapi *menarche* dengan tingkat pengetahuan kurang sebanyak 25 siswi (83,3%) dengan *p-value* 0,043, terdapat siswi dengan tingkat kecemasan berat sebanyak (84,6%), dengan *p-value* 0,041 dan dukungan orangtua yang kurang sebanyak 23 siswi (88,5%) dengan *p-value* 0,009. Simpulan : Sehingga dapat disimpulkan tingkat pengetahuan, tingkat kecemasan dan dukungan orangtua memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kesiapan remaja putri dalam menghadapi *menarche*.

Kata Kunci: Dukungan Orangtua, Kesiapan *Menarche*, Pengetahuan, Tingkat Kecemasan

LATAR BELAKANG

Dalam hal menghasilkan generasi masa depan yang sejahtera bagi suatu negara, kesehatan reproduksi di kalangan anak muda memainkan peran penting. Masa remaja adalah waktu yang ideal untuk membangun rutinitas yang bermanfaat, terutama yang berkaitan dengan menjaga kesehatan reproduksi, yang dapat menjadi aset berharga dalam jangka panjang. Oleh karena itu, generasi muda saat ini perlu menyadari bagaimana menjalani kehidupan reproduksi yang sehat untuk melindungi diri dari berbagai masalah kesehatan terkait reproduksi yang ada saat ini.

Efek jangka panjang pada remaja termasuk kecemasan dan berkembangnya sikap negatif terhadap menstruasi karena kepercayaan yang tersebar luas bahwa itu adalah tanda penyakit dan harus diperlakukan seperti itu, yang dapat membuat wanita muda merasa sedih dan tidak dapat berkonsentrasi pada saat-saat intim. murung) terhadap menstruasi. Fobia yang terjadi terus menerus dapat mempengaruhi fungsi fisik, contohnya hormon seksual, sehingga menyebabkan terjadinya penghambatan saat menstruasi (Sundari & Panjaitan, 2016).

Menurut *World Health Organization* (2017) menyebutkan bahwa usia remaja antara 10-19 tahun dengan rata-rata umur *menarche* 13 tahun. Di dunia diperkirakan sebanyak 1,2 Milyar atau 18% dari penduduk dunia adalah remaja yang berusia 10-24 tahun, dan sebanyak 85% hidup di negara berkembang. Umur *menarche* remaja putri cenderung mengalami percepatan selama 100 tahun terakhir. Terdapat studi yang telah dilakukan di beberapa negara yang menunjukkan rata-rata umur *menarche*. Di Amerika Serikat, rata-rata umur *menarche* adalah lebih dari 14 tahun sejak tahun 1994 dan sekarang menurun menjadi 12,8 tahun, sedangkan di Kanada rata-rata umur *menarche* berkisar 8,5-15,6 tahun dan di Jamaika rata-rata umur *menarche* nya 13,8 tahun. Umur *menarche* di Asia seperti Hongkong dan Jepang rata-rata adalah 12,2 tahun dan 12,38 tahun.

Temuan Survei Kesehatan Demografi di Indonesia tahun 2017 menunjukkan bahwa mayoritas remaja putri mencapai usia *menarche* antara usia 11 dan 14 tahun, dengan onset paling awal terjadi antara usia 8 hingga 10 tahun dan terakhir terjadi antara usia 17 hingga 18 tahun.

Menurut data terbaru Kemenkes RI (2018), rata-rata usia *menarche* di Indonesia adalah 12 tahun, dengan prevalensi 60%; antara usia 9 dan 10 tahun, angkanya adalah 2,6%; antara 11 dan 12, 30,3%; dan antara 13 dan 14, seluruhnya 30%. Dia mengalami *menarche* setelah usia tiga belas tahun.

Berdasarkan penelitian pendahuluan yang dilakukan pada bulan Oktober 2022 di Madrasah Ibtidaiyah (MI) Al-Khairiyah Kota Cilegon terhadap sampel 10 siswi, ditemukan

tujuh siswi tersebut memiliki pengetahuan *menarche* yang kurang. Lima dari sepuluh siswa (50%) melaporkan merasa tidak siap untuk *menarche* karena topik tersebut tidak pernah didiskusikan dengan orang dewasa. Ada tujuh (70%) siswi yang belum siap *menarche*.

Dengan latar belakang tersebut, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul Analisis Faktor- Faktor Yang Mempengaruhi Kesiapan Remaja Putri Dalam Menghadapi *Menarche* pada Siswi di Madrasah Ibtidaiyah (MI) Al Khairiyah Pabean Kota Cilegon tahun 2022.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan desain *Cross Sectional*. Tujuan penelitian ini adalah menganalisis faktor-faktor yang berhubungan dengan sikap remaja terhadap *menarche*. Sampel yang digunakan sebanyak 33 siswa, dengan menggunakan teknik *total sampling*. Untuk menganalisis data, penelitian ini menggunakan analisis univariat dan bivariat, dengan menerapkan uji *chi square*.

HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Remaja Putri pada Siswi di MI Al Khairiyah Pabean Kota Cilegon Tahun 2022

Tingkat Pengetahuan	Frekuensi	Persentase (%)
Baik	3	9,1
Kurang	30	90,9
Total	33	100

Sumber : data pimer (2022)

Tabel 1 menunjukkan tingkat pengetahuan 33 siswa; sebagian besar siswi SMA (90,9%), berdasarkan sampel ini, memiliki tingkat pendidikan yang lebih rendah.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan Remaja Putri pada Siswi di MI Al Khairiyah Pabean Kota Cilegon Tahun 2022

Tingkat Kecemasan	Frekuensi (F)	Persentase (%)
Tidak Cemas	4	12,1
Ringan	2	6,1
Sedang	3	9,1
Berat	13	39,4
Sangat Berat	11	33,3
Total	33	100

Sumber : data pimer (2022)

Dari data pada tabel 2 diketahui bahwa 13 siswa (39,4%) mengalami tingkat stres tinggi, sedangkan 2 siswa (6,1%) memiliki tingkat stres rendah.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Dukungan Orangtua pada Siswi di MI Al Khairiyah Pabean Kota Cilegon Tahun 2022

Dukungan Orangtua	Frekuensi (F)	Persentase (%)
Baik	7	21,2
Kurang	26	78,8
Total	33	100

Sumber : data pimer (2022)

Dari data pada tabel 3, kita dapat menyimpulkan bahwa dari 33 siswa yang disurvei, 26 dari mereka (atau 78,8%) memiliki dukungan orang tua yang tidak memadai.

Tabel 4. Hubungan Antara Tingkat Pengetahuan dengan Kesiapan Remaja Putri dalam Menghadapi *Menarche*

Tingkat Pengetahuan	Kesiapan Remaja Putri				Total	P Value	
	Siap		Tidak Siap				
	N	%	N	%			N
Baik	2	66,7%	1	33,3%	3	100%	0,043
Kurang	5	16,7%	25	83,3%	30	100%	
Total	7	21,2%	26	78,8%	33	100%	

Sumber : data pimer (2022)

Seperti yang ditunjukkan pada Tabel 4, satu dari tiga siswa dengan tingkat pendidikan tinggi tidak siap menghadapi *menarche*. Namun, dari tiga puluh siswa dengan tingkat pendidikan yang lebih rendah, dua puluh lima (83%) belum siap untuk *menarche*. Perbedaan ini signifikan secara statistik ($p = 0,043$).

Tabel 5. Hubungan Antara Tingkat Kecemasan dengan Kesiapan Remaja Putri dalam Menghadapi *Menarche*

Tingkat Kecemasan	Kesiapan Remaja Putri				Total	P value
	Siap		Tidak Siap			
	N	%	N	%		
Tidak Cemas	3	75%	1	25%	4	100%
Ringan	1	50%	1	50%	2	100%
Sedang	0	0%	3	100%	3	100%
Berat	2	15,4%	11	84,6%	13	100%
Sangat Berat	1	9,1%	10	90,9%	11	100%
Total	7	21,2%	26	78,8%	33	100%

0,041

Sumber : data pimer (2022)

Tabel 5 menunjukkan bahwa di antara kelompok 13 anak perempuan yang mencapai tingkat perkembangan pubertas tertinggi, sebanyak 11 dari mereka (sekitar 84,6 %) tidak merasa siap menghadapi *menarche*. Di sisi lain, dalam kelompok anak perempuan yang mencapai tingkat perkembangan pubertas terendah, 1 tidak. siap menghadapi *menarche* (mayoritas 50,0%), menghasilkan nilai p 0,041.

Tabel 6. Hubungan Antara Dukungan Orangtua dengan Kesiapan Remaja Putri dalam Menghadapi *Menarche*

Dukungan Orangtua	Kesiapan Remaja Putri				Total	P value
	Siap		Tidak Siap			
	N	%	N	%		
Baik	4	57,1%	3	42,9%	7	100%
Kurang	3	11,5%	23	88,5%	26	100%
Total	7	21,2%	26	78,8%	33	100%

0,009

Sumber : data pimer (2022)

Berdasarkan hasil yang ditunjukkan pada tabel 6, empat dari tujuh anak perempuan dengan dukungan orang tua yang baik siap menghadapi *menarche*, sedangkan tiga dari dua puluh enam anak perempuan dengan dukungan orang tua yang buruk tidak siap.

PEMBAHASAN

Berdasarkan analisis data, terlihat adanya hubungan antara tingkat pendidikan dengan kesiapan *menarche* ($p = 0,043$; lihat Tabel 4). Dua puluh lima dari tiga puluh lima (83%) siswi kurang pengetahuan dan tidak siap menghadapi *menarche*.

Temuan ini konsisten dengan Zeni et al. dkk (2022) dan menunjukkan bahwa sebagian besar pemuda saat ini kekurangan pengetahuan yang diperlukan untuk berhasil dalam masyarakat saat ini. permulaan menstruasi. Remaja dengan informasi yang tidak memadai mungkin salah mengira awal *menarche* sebagai gejala penyakit, yang menyebabkan kecemasan dan depresi. Hal seperti ini membuat remaja putri tidak siap menghadapi *menarche*.

Menurut Sri Rahma (2020), salah satu penentu keberhasilan seseorang di dunia kerja adalah tingkat kepastian (kemampuan berpikir) mereka. Hal ini terutama berlaku untuk wanita muda ketika mereka menghadapi awal *menarche*. Mereka yang memiliki tingkat kepercayaan diri yang lebih tinggi lebih siap untuk menghadapi tantangan dan mencari solusi daripada mereka yang memiliki harga diri yang lebih rendah.

Menurut penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Silvia, dkk (2021), 9 dari 18 siswi yang disurvei tidak siap menghadapi *menarche* karena kurangnya pengetahuan. Menurut Yanti (2017), pengetahuan individu berperan sebagai pemicu perilakunya. Mengetahui cara menjaga diri secara mental dan emosional setiap hari merupakan ritual harian yang membutuhkan ilmu sebagai prasyarat. Semakin banyak pengetahuan yang dimiliki seseorang, semakin baik pengetahuan itu.

Berdasarkan analisis data Tabel 5, diperoleh nilai p sebesar 0,043 yang menunjukkan adanya korelasi antara kecemasan pubertas dan kematangan seksual. Tiga belas dari enam belas (84,6%) mahasiswi melaporkan mengalami peningkatan tingkat keragu-raguan atau ketidaknyamanan dalam persiapan *menarche*.

Hasil penelitian ini relevan dengan penelitian sebelumnya, yang dilakukan oleh Dwi, dkk (2016) menunjukkan bahwa sebagian besar remaja memiliki tingkat kecemasan sedang dan tidak siap dalam menghadapi *menarche* sebanyak 41,7%. Ketidakmampuan pikiran remaja untuk secara akurat menilai dampak emosional dari suatu situasi adalah tanda ketidakdewasaan yang berbahaya yang dapat menyebabkan kerusakan pada pikiran dan

tubuh. Kesiapan adalah faktor individu yang menentukan kecemasan. Siswa dengan kesiapan tinggi lebih cenderung memiliki tingkat kecemasan ringan, sedangkan siswa dengan kesiapan rendah akan mengalami tingkat kecemasan yang lebih berat.

Berdasarkan tabel 6, hasil analisis data menunjukkan bahwa ada hubungan antara dukungan orang tua dengan sikap remaja tentang *menarche* ($p = 0,009$). Ada 23 siswa (88,5%) yang melaporkan menerima dukungan orang tua yang tidak memadai atau tidak ada saat mereka melewati masa pubertas.

Temuan penelitian ini menguatkan temuan Mukhlis (2016) yang menemukan bahwa hanya 18 dari 19 anak perempuan yang kurang memiliki kedewasaan yang didukung oleh orang dewasa, dengan nilai $p 0,0001$ menunjukkan adanya korelasi antara keterlibatan orang tua dan kedewasaan. Perhatian dari orang dewasa merupakan faktor yang sangat penting dalam mempersiapkan remaja untuk *menarche*. Bagian penting dari peran orang dewasa adalah memberikan informasi tentang perkembangan remaja. Memberikan informasi atau pengetahuan yang akurat dapat membantu wanita muda merasa lebih siap menghadapi perubahan yang datang dengan *menarche* dan membuat mereka lebih nyaman saat mendekati *menopause*.

Menurut Sri Sundari (2016), bimbingan orang tua dalam keluarga sangat penting bagi perkembangan dan pertumbuhan anak, terutama pada masa remaja. Bantuan dari anggota keluarga dalam peran pendidik, penyedia informasi, dan penghibur. Anak perempuan di usia remaja yang memiliki panutan orang dewasa yang positif lebih cenderung memiliki pandangan dunia yang positif.

KESIMPULAN

Hasil penelitian yang dilakukan terhadap 33 siswi Madrasah Ibtidaiyah (MI) Al-Khairiyah di kecamatan miskin kota Cilegon tahun 2022 menunjukkan bahwa tingkat pendidikan, kemiskinan, dan dukungan orang tua berpengaruh signifikan terhadap sikap remaja putri. mendekati *menarche*.

DAFTAR PUSTAKA

- Ariani, A. (2014). Aplikasi Metodologi Penelitian Kebidanan dan Kesehatan Reproduksi. Nuha Medika.
- Asmadi(2018), Remaja, Dalam : Juntik T, Andrika , Dinamika Perkembangan Anak dan Remaja, Arcan, Jakarta, pp.69-71
- Ayu, S. . (2014). Hubungan Antara Tingkat Pengetahuan dengan Kesiapan Menghadapi Menarche pada Siswi Kelas IV,V, dan VI SD Muhammadiyah Kliwonan.
- Badrya, L. Perbedaan Tingkat Kecemasan antara Mahasiswa Kedokteran Laki-laki dan Perempuan Angkatan 2011 FKIK UIN Syarif Hidayatullah Jakarta dalam Menghadapi Ujian OSCE. Jakarta. 2014.
- Cecil, R. L., Goldman, L., & Schafer, I. A. (2012). Goldman's Cecil Medicine (ed. 24). Philadelphia: Elsevier Saunders.
- Cutler, Eittah HFA. (2017). Effect of Breakfast Skipping on Young Female's Menstruation. Health Science Journal. 8(4): 469-484.
- Fudyartanta, K.(2012). Psikologi Kepribadian. Pustaka Pelajar.
- Hidayah, N., & Palila, S. (2018). Kesiapan Menghadapi Menarche pada Remaja Putri Prapubertas Ditinjau dari Kelekatan Aman Anak dan Ibu. Psymphatic : Jurnal Ilmiah Psikologi, 5(1), 107–114. <https://doi.org/10.15575/psy.v5i1.2.021>
- Ibrahim, 2020, Pendidikan Kesehatan Bagian dari Promosi Kesehatan. .Yogyakarta: Alex media computindo pp.61-69
- Indarsita, D., & Purba, Y. (2018). Pengetahuan Dan Kesiapan Remaja Putri Dalam Menghadapi Menarche Di Sd Negeri No 064023 Medan Tahun 2017. Jurnal Ilmiah PANNMED (Pharmacist, Analyst, Nurse, Nutrition, Midwifery, Environment, Dentist), 12(2), 183–188. <https://doi.org/10.36911/pannmed.v12i2>.
- Janiwanti B, P. H. Z. (2013). Pendidikan Psikologi untuk Bidan suatu Teori dan Terapannya. Rapha Publishing.
- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. (2017). Situasi Kesehatan Reproduksi Remaja. Kementerian Kesehatan RI.
- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). Profil Kesehatan Indonesia.
- Kusmiran, E (2016). Kesehatan reproduksi remaja dan wanita. Jakarta: Salemba Medika
- Lestari, S. (2012). Psikologi Keluarga Penanaman Nilai dan Penanganan Konflik dalam Keluarga. Kencana Prenada Medika Group.
- Linda. (2015). “ Remaja putri dalam kesiapan menghadapi menarche” (diakses pada tanggal 14 Oktober, 2015), diunduh dari http://eprints.undip.ac.id/32685/5/inda_99.pdf
- Lestari, (2016), Peran Orang Tua. Jakarta : Universitas terbuka pp.44-49
- M, Fajria L, D. N. . (2014). Gambaran Faktor Penyebab Menarche Dini pada Siswi SMPN 4 Kota Pariaman. Ners Jurnal Keperawatan, 11–19.
- Mahmudah, N., & Daryanti, M. S. (2021). Kesiapan dalam menghadapi menarche pada siswi sekolah. 6(1), 72–78.
- Mansyur H, B. T. (2014). Psikologi Ibu dan Anak. Salemba Medika.

- Marmi. (2013). Kesehatan Reproduksi. Yogyakarta. Pustaka Medika.
- Mugawati, A. (2016). Hubungan Gaya Hidup dengan Kejadian Menarche di SMA Negeri I Driyorejo Kabupaten Gresik.
- Ningsih, E. D., & Yulianti, T. S. (2016). Hubungan Antara Tingkat Pengetahuan Tentang Menstruasi Dengan Kecemasan Pada Remaja Putri Kelas VII di SMP Tarakanita Solo Baru Sukoharjo. *Indonesian Journal on Medical Science*, 3(1), 42–50.
- Ni Putu. (2021). Hubungan Dukungan Orang Tua Dengan Kesiapan Remaja Putri Menghadapi Menarche Di Sekolah Dasar Negeri 6 Gianyar. Poltekkes Denpasar.
- Notoadmodjo, P. (2018). Metodologi Penelitian Kesehatan. Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2014). Ilmu Prilaku Kesehatan. PT Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, Soekidjo. (2018). Promosi Kesehatan Teori dan Aplikasinya, Jakarta : Rineka Cipta.
- Novitasari, S., Wardani, H. E., & Ariwinanti, D. (2018). Hubungan Pengetahuan Tentang Menstruasi Dengan Kesiapan Dalam Menghadapi Menarche Pada Siswi Sdn Asrikaton 1. *Preventia : The Indonesian Journal of Public Health*, 3(2), 131. <https://doi.org/10.17977/um044v3i2p131-135>
- Nursalam. (2017). konsep dan penerapan metodologi penelitian ilmu kesehatan. Salemba Medika.
- Priyoto.,(2014). Teori Sikap dan Perilaku dalam Kesehatan. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Proverawati, A., & Misaroh, S.(2015) Menarche: Menstruasi Pertama Penuh Makna. Yogyakarta: Nuha Medika;
- Putra. (2016). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Umur *Menarche* (Menstruasi Pertama) pada Siswi Sekolah Dasar di Kota Denpasar.
- Putri RLD, S. M. (2014). *Factor Analysis Of Early Menarche Age Relations*. *Jurnal Biometrika Dan Kependudukan*, 42–50.
- Rosiardani, S. A. (2017). Hubungan Status Gizi Dan Gaya Hidup Dengan Kejadian *Menarche* Dini Pada Anak Sekolah Dasar Di Surabaya. In *Journal of Chemical Information and Modeling* (Vol. 53, Issue 9).
- Safitri D, A. (2014). Analisis Indikator Gaya Hidup yang Berhubungan dengan Usia *Menarche* Remaja Putri.
- Salsabiela, S. (2020). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Usia Menarche Pada Siswi Kelas Vii Di Smpn 129 Jakarta Utara Tahun 2020. Skripsi.
- Samsulhadi.(2017). Menarche, Haid dan siklusnya. Dalam: Anwar M, Baziad A, Prabow P, penyunting. Ilmu kandungan.Edisi ke-3.PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo. Jakarta.
- Sarwono, Sarlito W (2018). Psikologi Remaja. Jakarta: Rajawali Pers
- Saputro, Z. K. (2017). Memahami Ciri dan Tugas Remaja. *Jurnal Aplikasi Ilmu Agama*.
- Septiana, S. (2015). Hubungan antara Usia Menarche Ibu dengan Usia Menarche Anak pada Mahasiswa Tingkat I di Akademi Kebidanan Mamba UL Uhum Surakarta.
- Setiyani, M. S. (2020). Pengaruh Penggunaan Smartphone Terhadap Usia Menarche pada Siswi SMP Muhammadiyah Alternatif 1 Kota Magelang pada Tahun 2020. 1–9.

- Spencer A & Greene Beverly (2017) the Effect of Counseling on Knowledge and Attitudes Toward Menarche in Class. 5(3), 37–47.
- Suliswati. (2014). Konsep Dasar Keperawatan Kesehatan Jiwa. EGC.
- Suliswati, D.S. (2017). Kecemasan & Bagaimana Mengatasi Penyebabnya Jakarta : Pustaka Populer Obor
- Sundari, S., & Panjaitan, N. P. H. (2016). Hubungan Dukungan Orang Tua Tentang Menarche Dengan Tingkat Kecemasan Menghadapi Menarche Pada Siswi Sekolah Dasar. Jurnal Ilmu Kebidanan, Jilid 3 No, 104–110.
- Susanti, A. V. (2012). Faktor Risiko Kejadian Menarche Dini pada Remaja di SMP N 30 Semarang. Journal of Nutrition College, 115– 126.
- Utami, Y. A. P. (2019). Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Tingkat Kecemasan Remaja Dalam Menghadapi Menarche Pada Siswi Kelas V Dan Vi Di Sd Negeri 1 Ceper Klaten. Jurnal Keperawatan, 4(1), 1–12.
<http://digilib.unmuhjember.ac.id/download.php?id=3456>
- Wahyuni dan Rahmadewi (2011) Hubungan usia, sumber informasi, dan pengetahuan dengan kesiapan siswi menghadapi menarche di sdn pamulang indah tangerang selatan. <http://repository.stik-sintcarolus.ac.id/420/>
- Wiramihardja (2015) Sindrom Premenstruasi. Nuna Medika. Yogyakarta
- Yuniawati, (2016), Peran dan Pengaruh Keluarga, Dalam : Indriani, Priyani. Bimbingan dan Pembinaan Keluarga Remaja, PT Raja Grafindo, Jakarta, pp. 67-69.
- Yustinus Semiun (2015) Obesity and menstrual irregularity: Associations with SHBG, testosterone and insulin. Articles Epidemiology.
- Zeni Herliasari, Triana Indrayani, R. W. (2022). Analisis Kesiapan Menghadapi Menarche Remaja Awal Di SDN Jakasampurna X Kota Bekasi Tahun 2022.