

**PENGARUH PENYULUHAN KESEHATAN DENGAN MEDIA VIDEO DAN
LEAFLET TERHADAP KESIAPAN REMAJA MENGHADAPI
MENARCHE DI SDN 30 KOTA KENDARI
TAHUN 2019**



NASKAH PUBLIKASI

Oleh :
JUANNITA PERTIWI
P00312018074

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KENDARI
JURUSAN KEBIDANAN
PRODI D-IV
2019**

ABSTRAK

PENGARUH PENYULUHAN KESEHATAN DENGAN MEDIA VIDEO DAN LEAFLET TERHADAP KESIAPAN REMAJA MENGHADAPI *MENARCHE* DI SDN 30 KOTA KENDARI TAHUN 2019

Juannita Pertiwi¹, Sultina Sarita², Feryani²

Latar Belakang : Menstruasi pertama sering dihayati oleh remaja sebagai suatu pengalaman yang traumatis, terkadang anak yang belum siap menghadapi *menarche* akan timbul keinginan untuk menolak proses fisiologis tersebut, berbeda dengan remaja putri yang telah siap dalam menghadapi *menarche*, mereka akan merasa senang dan bangga, karena mereka menganggap dirinya sudah dewasa secara biologis.

Metode Penelitian : Penelitian ini merupakan jenis penelitian eksperimen dengan rancangan *Quasi Experimental* yaitu *Nonequivalent Group Design*. Populasi siswi kelas V dan VI SDN 30 Kota Kendari yang belum menstruasi berjumlah 38 orang. Penelitian ini menggunakan total sampling. Analisis data menggunakan uji statistik *Wilcoxon* dan *Mann Whitney*.

Hasil : Ada perbedaan kesiapan remaja sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan dengan media video dengan nilai *p-value* = 0,000 dan pada media leaflet dengan nilai *p-value* = 0,000. Serta ada pengaruh penyuluhan dengan media video dan leaflet terhadap kesiapan remaja menghadapi *menarche* dengan nilai *p-value* = 0,000 dimana nilai *p-value* ≤ 0,05

Kesimpulan dan Saran : Ada pengaruh penyuluhan kesehatan dengan media video dan leaflet terhadap kesiapan remaja menghadapi *menarche* di SDN 30 Kota Kendari.

Kata Kunci : Penyuluhan media video dan leaflet, Kesiapan remaja menghadapi *menarche*

¹ Mahasiswa Poltekkes Kemenkes Kendari Jurusan Kebidanan

² Dosen Poltekkes Kemenkes Kendari Jurusan Kebidanan

PENDAHULUAN

Remaja di Indonesia ada sebanyak 43,6 juta (19 persen) dari jumlah 237 juta jiwa penduduk. Jumlah ini besar dengan berbagai permasalahan yang sangat kompleks. Untuk menyelesaikan permasalahan ini dibutuhkan pendekatan yang secara khusus, apabila tidak dipersiapkan dengan baik remaja sangat berisiko terhadap masalah-masalah kesehatan reproduksi¹. Di Indonesia dan Negara-negara Asia Tenggara, seorang wanita remaja mendapat menstruasi pertama rata-rata 12 tahun dan usia paling kecil 8 tahun sudah memulai siklus haid namun jumlah ini sedikit sekali, dan usia 16 tahun merupakan usia paling lama.

Usia mendapat menstruasi pertama tidak pasti atau bervariasi, akan tetapi terdapat kecenderungan bahwa dari tahun ketahun wanita remaja mendapat haid pertama pada usia yang lebih muda².

Menurut hasil penelitian yang dilakukan³ rata-rata usia *menarche* di Indonesia adalah 12-14 tahun, dimana remaja yang mengalami *menarche* pada usia 12 tahun (31,33%), usia 13 tahun (31,30%) dan pada usia 14 tahun (18,24%). Usia rata-rata *menarche* terendah ditemukan di Yogyakarta (12 tahun), dan tertinggi di Kupang (13 tahun).

Menstruasi pertama sering dihayati oleh remaja sebagai suatu pengalaman yang traumatis, terkadang anak yang

belum siap menghadapi *menarche* akan timbul keinginan untuk menolak proses fisiologis tersebut. Mereka beranggapan bahwa haid itu sesuatu yang kejam dan mengancam. Anggapan tersebut dapat menjadikan gambaran fantasi yang sangat aneh bersamaan dengan kecemasan dan ketakutan yang tidak masuk akal. Hal tersebut mereka kaitkan dengan masalah perdarahan pada organ kelamin dan proses haid. Berbeda dengan remaja putri yang telah siap dalam menghadapi *menarche*, mereka akan merasa senang dan bangga, karena mereka menganggap dirinya sudah dewasa secara biologis⁴.

Remaja yang belum siap menghadapi *menarche* akan timbul keinginan untuk menolak proses fisiologis tersebut, mereka akan merasa haid sebagai sesuatu yang kejam dan mengancam, keadaan ini dapat berlanjut sampai dewasa jika remaja putri tidak diberikan informasi yang benar⁵. Berbeda bagi mereka yang telah siap dalam menghadapi *menarche*, mereka akan merasa senang dan bangga, dikarenakan mereka menganggap dirinya sudah dewasa secara biologis⁶.

Menurut penelitian⁷ didapatkan hasil bahwa anak yang tidak siap menghadapi *menarche* adalah sebesar 92,30% dan untuk anak yang telah siap menghadapi *menarche* adalah sebesar 7,69%, hal ini menunjukkan bahwa kesiapan anak masih sangat kurang. Kesiapan menghadapi *menarche* dapat dilakukan dengan cara memberikan informasi dan perhatian pada remaja putri pada masa menghadapi *menarche*, dengan demikian remaja putri akan menjadi lebih tenang dan siap menyambut datangnya *menarche*. Orang tua terutama ibu harus memberikan penjelasan tentang *menarche* pada anak perempuan-nya, agar anak lebih mengerti dan siap dalam menghadapi *menarche*⁸.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh⁹ di Karnatika India mengatakan bahwa 99,6% remaja putri

yang diteliti pernah mendengar tentang menstruasi sebelum mengalami *menarche*, namun seluruh responden belum memahami dengan jelas tentang menstruasi. Pada penelitian tersebut mengukur pengetahuan tentang menstruasi, dimana responden menyatakan menstruasi sebagai fenomena yang normal sebanyak 28,7%, responden yang tidak mengetahui menstruasi berhubungan dengan kehamilan 48,1%, responden yang tidak memahami cara penggunaan pembalut dengan benar pada saat menstruasi 44,1%, responden yang tidak memahami cara membersihkan organ genital selama menstruasi 56,8%.

Hasil penelitian¹⁰ mengungkapkan bahwa daya serap manusia yang hanya mengandalkan indera penglihatan saja hanya berkisar 82%. Pada media *leaflet*, hanya akan memperoleh materi dengan mengandalkan indera penglihatan saja. Penyajian materi kurang menarik dan daya serap yang diperoleh lebih sedikit dibandingkan dengan penyampaian materi dengan media video yang mengandalkan indera penglihatan dan indera pendengaran. Daya serap manusia dengan indera penglihatan dan indera pendengaran sebesar 93%.

Kesiapan menghadapi *menarche* adalah keadaan yang menunjukkan bahwa seseorang siap untuk mencapai kematangan fisik yaitu datangnya menstruasi pertama (*menarche*) pada saat menginjak usia 10-16 tahun yang terjadi secara periodik (pada waktu tertentu) dan siklik (berulang-ulang). Hal ini di tandai dengan adanya pemahaman yang mendalam tentang prses menstruasi sehingga siap menerima dan mengalami menstruasi pertama (*menarche*) sebagai proses yang normal¹¹. Anak usia sekolah memerlukan pendidikan tentang reproduksi untuk mencegah terjadinya dampak negative dalam menghadapi *menarche*. Pendidikan yang dapat

diberikan pada anak dapat berupa pendidikan kesehatan tentang menstruasi karena informasi yang kurang dapat menyebabkan remaja perempuan secara psikologis tidak mempersiapkan diri menghadapi *menarche*. Informasi sedini mungkin dapat membantu remaja tersebut untuk menerima kodratnya atau identitas sebagai perempuan, merasa bahwa menstruasi adalah peristiwa alamiah dan bisa mengurangi sikap negative remaja dalam menghadapi *menarche*¹².

Proses pemberian pendidikan kesehatan memerlukan suatu media yang menarik untuk mempengaruhi pemahaman dan mengubah perilaku kelompok sasaran. Terdapat bermacam-macam media pendidikan kesehatan yang dapat digunakan diantaranya media ceramah, audio, media cetak, visual, dan media audiovisual¹³.

Media *leaflet* merupakan salah satu media cetak yang sering digunakan dalam promosi kesehatan, untuk menyampaikan informasi atau pesan-pesan kesehatan melalui lembaran yang dilipat yang berisi kalimat, gambar ataupun kombinasi gambar dan kalimat¹⁴. Selain itu, media audiovisual (video) merupakan media lain yang dapat digunakan dalam pendidikan kesehatan. Jenis media ini mempunyai tingkat pengaruh yang tinggi dalam menstimulasi indera pendengaran dan penglihatan pada waktu proses penyampaian bahan pendidikan kesehatan¹⁵.

Penelitian ini, peneliti tertarik menggunakan metode penyuluhan dengan media video dan leaflet. Pada penelitian yang dilakukan oleh¹⁶ menyebutkan bahwa dengan menggunakan video pesan yang disampaikan lebih menarik perhatian dan motivasi bagi penonton. Pesan yang disampaikan lebih efisien karena gambar bergerak dapat mengkomunikasikan pesan dengan cepat dan nyata. Oleh karena itu, dapat mempercepat

pemahaman pesan secara lebih komprehensif.

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada bulan Desember 2018, pada Sekolah Dasar yaitu SDN 30 Kota Kendari belum pernah diberikan penyuluhan kesehatan tentang *menarche*. Keseluruhan siswi kelas V adalah 33 orang dan keseluruhan siswi kelas VI 41 orang. Hasil wawancara yang dilakukan terhadap 10 siswi masih minim dalam kesiapan menghadapi *menarche*.

Siswi mengatakan hanya sebatas tahu tentang menstruasi yang merupakan keluarnya darah dari kemaluan namun mereka belum mengetahui tanda dan gejala menstruasi, adanya perubahan diri baik secara fisik maupun psikologis setelah terjadinya menstruasi serta kurang memahami tentang pentingnya pengetahuan menstruasi. Hal ini dikarenakan siswi disekolah masih kurang mendapat pendidikan tentang *menarche* pada pembelajaran di sekolah maupun dari petugas kesehatan serta di lingkungan tempat tinggalnya sehingga berdampak pada kesiapan siswi yang masih kurang tentang *menarche*. Melihat pentingnya masalah tersebut, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang "Pengaruh penyuluhan kesehatan dengan media video dan leaflet terhadap kesiapan remaja menghadapi *menarche* di SDN 30 kota Kendari tahun 2019".

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan jenis penelitian eksperimen dengan rancangan eksperimen semu (*Quasi Experimental*) yaitu *Nonequivalent Control Group Design*. Metode eksperimen adalah kegiatan percobaan yang bertujuan untuk mengetahui suatu gejala atau pengaruh yang timbul sebagai akibat dari adanya perlakuan tertentu (Penyuluhan kesehatan dengan media video dan leaflet)¹⁷.

Populasi pada penelitian ini yaitu siswi kelas V dan VI SDN 30 Kota Kendari yang belum menstruasi berjumlah 38 orang dimana sampel yang digunakan yaitu *purposive sampling*. Alat pengumpulan data menggunakan kuisisioner yang diukur dengan menggunakan kuisisioner *pretest* dan *posttest* dengan pilihan jawaban YA dan TIDAK. Setiap jawaban benar diberi nilai 1 dan setiap jawaban salah diberi nilai 0, dengan skala data nominal. Analisis data menggunakan uji statistik *Wilcoxon* dan *Mann Whitney*.

HASIL PENELITIAN

Karakteristik Responden

Tabel 1
Distribusi frekuensi responden berdasarkan umur dan kelas

Karakteristik	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Usia		
10 tahun	20	52,6
11 Tahun	18	47,3
Total	38	100
Kelas		
V SD	20	52,6
VI SD	18	47,3
Total	38	100

Analisis Univariat

Tabel 2
Distribusi frekuensi responden berdasarkan kesiapan remaja menghadapi *menarche* sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan dengan media video.

Kesiapan Remaja	Pretest		Posttest	
	n	%	n	%
Siap	5	26,3	17	89,4
Tidak Siap	14	73,6	2	10,5
Jumlah	19	100	19	100

Dari Tabel 2 didapatkan hasil pada saat pre-test responden paling banyak

tidak siap menghadapi *menarche* yakni sebanyak 14 orang (73,6 %), sedangkan responden yang siap menghadapi *menarche* sebanyak 5 orang (26,3 %). Kemudian, pada saat dilakukan post-test hasil menunjukkan bahwa terdapat 2 orang responden (10,5 %) yang mengalami tidak siap menghadapi *menarche*, serta responden yang siap menghadapi *menarche* dengan frekuensi paling banyak yaitu 17 orang (89,4 %).

Tabel 3
Distribusi frekuensi responden berdasarkan kesiapan remaja menghadapi *menarche* sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan dengan media leaflet.

Kesiapan Remaja	Pretest		Posttest	
	n	%	n	%
Siap	6	31,5	16	84,2
Tidak Siap	13	68,4	3	15,7
Jumlah	19	100	19	100

Dari Tabel 3 didapatkan hasil pada saat pre-test responden paling banyak tidak siap menghadapi *menarche* yakni sebanyak 13 orang (68,4 %), sedangkan responden yang siap sebanyak 6 orang (31,5 %). Kemudian, pada saat dilakukan post-test hasil menunjukkan bahwa terdapat 3 orang responden (15,7 %) yang mengalami tidak siap menghadapi *menarche*, serta responden yang siap menghadapi *menarche* dengan frekuensi paling banyak yaitu 16 orang (84,2 %).

Analisis Bivariat

Tabel 4
Pengaruh kesiapan remaja menghadapi *menarche* sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan dengan media video.

Kesiapan Remaja	Media Video		p-value
	n	Mean	
Sebelum Penyuluhan	19	4.00	0,000
Sesudah Penyuluhan	19	8.00	

Berdasarkan hasil uji analisis data pada tabel 4 menunjukkan bahwa penelitian yang dilakukan pada 38 responden diperoleh rata-rata nilai pada media video sebelum penyuluhan yakni 4,00%, dan rata-rata nilai sesudah penyuluhan yakni 8,00%. Sehingga, untuk mengetahui pengaruh kesiapan remaja menghadapi *menarche* sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan dengan media video maka dapat dilihat dari hasil uji analisis *Wilcoxon* didapatkan nilai *p-value* = 0,000 \leq α (0,05). Maka dapat disimpulkan terdapat pengaruh kesiapan remaja menghadapi *menarche* sebelum dan sesudah pada kelompok media video.

Tabel 5

Pengaruh kesiapan remaja menghadapi *menarche* sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan dengan media leaflet.

Kesiapan Remaja	Media Leaflet		p-value
	n	Mean	
Sebelum Penyuluhan	19	3.89	0,000
Sesudah Penyuluhan	19	7.21	

Hasil uji analisis data pada tabel 5 menunjukkan bahwa penelitian yang dilakukan pada 38 responden diperoleh rata-rata nilai pada media leaflet sebelum penyuluhan yakni 3.89%, dan rata-rata nilai sesudah penyuluhan yakni 7.21%. Sehingga, untuk mengetahui pengaruh kesiapan remaja menghadapi *menarche* sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan dengan media leaflet maka dapat dilihat dari hasil uji analisis *Wilcoxon* didapatkan nilai *p-value* = 0,000 \leq α

(0,05). Maka dapat disimpulkan terdapat pengaruh kesiapan remaja menghadapi *menarche* sebelum dan sesudah pada kelompok media leaflet.

Untuk mengetahui pengaruh penyuluhan antara media video dan leaflet terhadap kesiapan remaja menghadapi *menarche*, maka berdasarkan hasil *Uji Mann Whitney* pada kelompok video dan kelompok leaflet didapatkan *p-value* = 0,000 (\leq α 0,05) menunjukkan bahwa terdapat pengaruh antara kelompok video dan leaflet terhadap kesiapan remaja menghadapi *menarche*. Dimana rata-rata kesiapan remaja menghadapi *menarche* pada kelompok video rata-rata terjadi peningkatan sebesar 8,00 sedangkan pada kelompok leaflet rata-rata peningkatannya sebesar 7,21. Hal ini membuktikan bahwa media video lebih berpengaruh terhadap kesiapan remaja menghadapi *menarche* dibandingkan dengan media leaflet dimana selisih rata-rata antara media video dan leaflet yaitu sebesar 0,79.

PEMBAHASAN

1. Kesiapan remaja menghadapi *menarche* sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan dengan media video

Hasil penelitian menunjukkan berdasarkan tabel 2 terlihat bahwa sebelum diberikan penyuluhan dengan video kesiapan remaja menghadapi *menarche* pada subyek penelitian didapatkan hasil pada saat pre-test responden paling banyak tidak siap menghadapi *menarche* yakni sebanyak 14 orang (73,6 %), sedangkan responden yang siap menghadapi *menarche* sebanyak 5 orang (26,3 %). Kemudian, pada saat dilakukan post-test hasil menunjukkan bahwa terdapat 2 orang responden (10,5 %) yang mengalami tidak siap menghadapi *menarche*, serta responden yang siap menghadapi *menarche* dengan frekuensi paling banyak yaitu 17 orang (89,4 %).

Untuk mengetahui pengaruh kesiapan remaja menghadapi *menarche* sebelum

dan sesudah diberikan penyuluhan dengan media video maka dapat dilihat dari hasil uji analisis *Wilcoxon* didapatkan nilai $p\text{-value} = 0,000 \leq \alpha (0,05)$. Maka dapat disimpulkan terdapat pengaruh kesiapan remaja menghadapi *menarche* sebelum dan sesudah pada kelompok media video. Menurut¹⁸ ada aspek mengenai kesiapan. Aspek pemahaman, yakni pengalaman seseorang terhadap kejadian yang dialaminya. Ketika seseorang mengerti dan mengetahui akan kejadian yang dialaminya, hal ini dapat membantu dirinya untuk merasa siap dalam menghadapi hal-hal yang terjadi.

2. Kesiapan remaja menghadapi *menarche* sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan dengan media leaflet

Hasil penelitian menunjukkan berdasarkan tabel 3 pada saat pre-test responden paling banyak tidak siap menghadapi *menarche* yakni sebanyak 13 orang (68,4 %), sedangkan responden yang siap sebanyak 6 orang (31,5 %). Kemudian, pada saat dilakukan post-test hasil menunjukkan bahwa terdapat 3 orang responden (15,7 %) yang mengalami tidak siap menghadapi *menarche*, serta responden yang siap menghadapi *menarche* dengan frekuensi paling banyak yaitu 16 orang (84,2 %).

Untuk mengetahui pengaruh penyuluhan antara media video dan leaflet terhadap kesiapan remaja menghadapi *menarche*, maka berdasarkan hasil *Uji Wilcoxon* pada kelompok video dan kelompok leaflet didapatkan $p\text{-value} = 0,000 (\alpha \leq 0,05)$ menunjukkan bahwa terdapat pengaruh antara kelompok video dan leaflet terhadap kesiapan remaja menghadapi *menarche*.

Dibutuhkan kesiapan mental yang baik saat menghadapi *menarche*. Kesiapan menghadapi menstruasi pertama (*menarche*) adalah keadaan yang menunjukkan bahwa seseorang siap untuk mencapai salah satu kematangan fisik yaitu datangnya menstruasi pertama (*menarche*)¹⁹.

3. Pengaruh penyuluhan terhadap kesiapan remaja menghadapi *menarche* dengan media video dan leaflet

Berdasarkan hasil *Uji Mann Whitney* pada kelompok video dan kelompok leaflet didapatkan $p\text{-value} = 0,000 (\alpha \leq 0,05)$ menunjukkan bahwa terdapat pengaruh antara kelompok video dan leaflet terhadap kesiapan remaja menghadapi *menarche*. Dimana rata-rata kesiapan remaja menghadapi *menarche* pada kelompok video rata-rata terjadi peningkatan sebesar 8,00 sedangkan pada kelompok leaflet rata-rata peningkatannya sebesar 7,21. Hal ini membuktikan bahwa media video lebih berpengaruh terhadap kesiapan remaja menghadapi *menarche* dibandingkan dengan media leaflet dimana selisih rata-rata antara media video dan leaflet yaitu sebesar 0,79.

Menurut²⁰, penyuluhan tidak dapat lepas dari media karena melalui media pesan disampaikan dengan mudah untuk dipahami. Media dapat menghindari kesalahan persepsi, memperjelas informasi, dan mempermudah pengertian. Media promosi kesehatan pada hakikatnya adalah alat bantu promosi kesehatan. Dengan demikian, sasaran dapat mempelajari pesan-pesan kesehatan dan mampu memutuskan mengadopsi perilaku sesuai dengan pesan yang disampaikan.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

1. Kesiapan remaja menghadapi *menarche* sebelum diberikan penyuluhan dengan media video yaitu 73,6% siswi tidak siap menghadapi *menarche* dan 26,3% siswi siap menghadapi *menarche*.
2. Kesiapan remaja menghadapi *menarche* sebelum diberikan penyuluhan dengan media leaflet yaitu terdapat 68,4% siswi tidak siap menghadapi *menarche* dan 31,5% siswi siap menghadapi *menarche*.
3. Kesiapan remaja menghadapi *menarche* setelah diberikan penyuluhan dengan media video terjadi peningkatan dimana 89,4% siswi siap menghadapi *menarche*.

4. Kesiapan remaja menghadapi *menarche* setelah diberikan penyuluhan dengan media leaflet yaitu terjadi peningkatan dimana 84,2% siswi siap menghadapi *menarche*.
5. Ada pengaruh kesiapan remaja menghadapi *menarche* sebelum dan sesudah di berikan penyuluhan dengan media video dengan nilai $p\text{-value} = 0,000 \leq 0,05$. Sedangkan dengan media leaflet nilai $p\text{-value} = 0,000 \leq 0,05$.

Saran

1. Disarankan bagi tenaga kesehatan khususnya bidan dapat lebih berinovasi dan mengembangkan diri dalam melakukan penyuluhan dengan menggunakan media yang bervariasi untuk meningkatkan pengetahuan remaja tentang *menarche* agar siap menghadapi *menarche*.
2. Disarankan bagi masyarakat khususnya orang tua membantu memberikan kesiapan menghadapi *menarche* pada anak usia remaja agar siap menghadapi dan menghindari berbagai permasalahan tentang kesehatan reproduksi.
3. Perlunya bagi sekolah bekerjasama dengan tenaga kesehatan dalam membuat program pendidikan tentang reproduksi remaja melalui ekstrakurikuler sekolah khususnya tentang kesiapan *menarche*.
4. Disarankan bagi peneliti selanjutnya untuk mengembangkan penelitian ini dengan memilih metode lain terkait dengan kesiapan remaja menghadapi *menarche*.

DAFTAR PUSTAKA

1. Kementerian Kesehatan RI. (2014). *Situasi Kesehatan Reproduksi Remaja*. Jakarta: Infodatin ISSN 2442-7659.
2. Lestari, Novita. (2011) *Tips Praktis Mengetahui Masa subur*. Jogjakarta : Katahati.

3. Batubara, J. R. L. (2010). *Adolescent development (perkembangan remaja)*. Sari pediatri.
4. Suryani, E dan Widyasih, H. 2008. Psikologi ibu dan anak. Yogyakarta : Fitramaya.
5. Jayanti, N.F., & Purwanti, S. (2011). Deskripsi faktor-faktor yang mempengaruhi kesiapan anak dalam menghadapi *menarche* di SD Negeri 1 Kretek Kecamatan Paguyangan Kabupaten Brebes. Akademi Kebidanan YLPP Purwokerto.
6. Suryani, E dan Widyasih, H. 2008. Psikologi ibu dan anak. Yogyakarta : Fitramaya.
7. Jayanti, N.F., & Purwanti, S. (2011). Deskripsi faktor-faktor yang mempengaruhi kesiapan anak dalam menghadapi *menarche* di SD Negeri 1 Kretek Kecamatan Paguyangan Kabupaten Brebes. Akademi Kebidanan YLPP Purwokerto.
8. Muriyana, S.D. (2008). Studi Kualitatif Tentang Kesiapan Remaja Putri Sekolah Dasar dalam Menghadapi *Menarche* pada Usia 10-12 Tahun. Jurnal, Semarang: Universitas Muhammadiyah Malang.
9. Shanbag, D. Shipa, R. Souza, D. Josephin, P. Singh, J. GGoud, B. R. (2012). *Perceptions regarding menstruation and Practice during menstrual cycles among high school going adolescent girls in resource limited settings around Bangalore city Karnataka India*. International Journal of Collaboration Research on Internal Medicine & Public Health, 4.
10. Daryanto. (2011). *Media Pembelajaran*. Bandung: Sarana Tutorial Nurani Sejahtera.
11. Ayu Fajri dan Maya Khairani, (2011). *Hubungan Antara Komunikasi Ibu-Anak dengan Kesiapan Menghadapi Menstruasi Pertama (Menarche) pada Siswi SMP Muhammadiyah Banda Aceh*. Banda Aceh : Program Studi Psikologi, Fakultas Kedokteran Universitas Syah Kuala Banda Aceh.
12. Margono. (2011). *Materi kespro Diberikan Sejak SD, Mengapa Tidak* <http://www.kulonprogokab.go.id/v21/Materi-Kespro-Diberikan-Sejak-SD-->

- Mengapa-Tidak_1961. Diakses tanggal 11 Januari 2019.
13. Setyowati, L. (2011). Efektifitas Media Audiovisual pada Pendidikan Kesehatan Personal Hygiene Pengetahuan dan Sikap Siswa SD Negeri Pusmalang,Wukirsari, Cangkringan, Sleman, Yogyakarta. Skripsi. Yogyakarta :Universitas Gadjah Mada
 14. Notoatmodjo, Soekidjo. (2012). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
 15. Setyowati, L. (2011). Efektifitas Media Audiovisual pada Pendidikan Kesehatan Personal Hygiene Pengetahuan dan Sikap Siswa SD Negeri Pusmalang,Wukirsari, Cangkringan, Sleman, Yogyakarta. Skripsi. Yogyakarta :Universitas Gadjah Mada
 16. Lufianti, A. (2010). *Perbedaan Pengaruh Pembelajaran Perwatan Payudarah (Breast Care) dengan Video Compact Disk (VCD) Dibanding Dengan Phantom Terhadap Pengetahuan dan Motivasi Belajar (Pada Mahasiswa DIII Keperawatan STIK An-Nur Purwodadi*. Thesis. Universitas Sebelas Maret.
 17. Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung : Alfabeta.
 18. Syamsu Yusuf, 2002. *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung. Remaja Rosdakarya.
 19. Ayu Fajri dan Maya Khairani, (2011). *Hubungan Antara Komunikasi Ibu-Anak dengan Kesiapan Menghadapi Menstruasi Pertama (Menarche) pada Siswi SMP Muhammadiyah Banda Aceh*. Banda Aceh : Program Studi Psikologi, Fakultas Kedokteran Universitas Syah Kuala Banda Aceh.
 20. Notoatmodjo, Soekidjo. (2012). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.