

**ANALISIS FAKTOR YANG MEMPENGARUHI KESIAPAN MENARCHE  
PADA SISWI KELAS IV, V DAN VI DI MIT RAUDHLATUL ULUM  
DEPOK 2019.**

Dewi Puspita, Lissa Syafnil

Akademi Kebidanan Keris Husada, Jl Yos Sudarso Komplek Marinir Cilandak, Jakarta Selatan,

Telp 021 788 455 02

E- mail : puspitad56@ymail.com,lissa\_syafnil@yahoo.com

**ABSTRAK**

Remaja yang akan mengalami menarache membutuhkan kesiapan mental yang baik. Kesiapan menghadapi menarache adalah keadaan yang menunjukkan bahwa seseorang siap untuk mencapai salah satu kematangan fisik yaitu datangnya menarache. Remaja yang belum siap menghadapi menarache akan timbul keinginan untuk menolak proses fisiologis tersebut, mereka akan merasa haid sebagai sesuatu yang kejam dan mengancam, keadaan ini dapat berlanjut ke arah yang lebih negative, Hasil survei data awal dengan melakukan wawancara pada 5 siswi yang belum mengalami menarache, didapatkan bahwa 3 siswi mengatakan mereka belum siap mengalami menarache dikarenakan mereka belum memahami betul apa yang disebut dengan menarache dan mereka merasa cemas dengan crosssectional apa yang akan terjadi selama menarache. Penelitian ini menggunakan metode analitik dengan desain crosssectional. Dari 5 Variabel hanya ada 3 variabel independen yang memiliki pengaruh yang bermakna dengan variabel devenden yaitu Pengetahuan, Pendidikan Terakhir Ibu dan Sumber Informasi. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Kesiapan Menghadapi Menarache paling banyak adalah yang Siap sebanyak 22 Responden ( 73.3 % ), Distribusi Frekuensi berdasarkan Usia paling banyak adalah Usia 10-12 tahun sebanyak 21 Responden ( 70 % ), Distribusi Frekuensi berdasarkan Pengetahuan adalah berpengetahuan baik sebanyak 22 responden ( 73.3 % ), Distribusi Frekuensi berdasarkan Indeks Massa Tubuh paling banyak adalah yang memiliki IMT normal sebanyak 23 Responden ( 76.7 % ) , Distribusi Frekuensi berdasarkan Pendidikan Terakhir Ibu paling banyak termasuk Pendidikan Tinggi pada pendidikan terakhir ibu adalah sebanyak 19 Responden ( 63.3 % ) , Distribusi Frekuensi berdasarkan Sumber Informasi paling banyak adalah Sumber Informasi yang didapat responden adalah dari Orang Tua sebanyak 27 Responden ( 90% ).

Kata Kunci : Menarache, Kesiapan Menarache, Siswi

**ABSTRACT**

*Teenagers who will experience menarache need good mental readiness. Readiness to face menarache is a condition that shows that someone is ready to reach one of physical maturity that is the arrival of menarache. Adolescents who are not ready to face menarache will arise the desire to reject the physiological process, they will feel menstruation as something cruel and threatening, this situation can continue in a more negative direction. Results of initial survey data by interviewing 5 students who have not experienced menarache , it was found that 3 students said they were not ready to experience menarache because they did not really understand what was called menarache and they were worried about what would happen during menarache. This research uses analytic method with cross sectional design. Of the 5 variables there are only 3 independent variables that have a significant influence with the dependent variable namely Knowledge, Mother's Last*

*Education and Information Sources. Frequency Distribution Based on Readiness Facing the most is Ready as many as 22 Respondents (73.3%), Frequency Distribution based on Age most is Age 10-12 years as many as 21 Respondents (70%), Frequency Distribution based on Knowledge is knowledgeable as many as 22 respondents (73.3 %), Frequency Distribution based on Body Mass Index is the most that have a normal BMI of 23 Respondents (76.7%), Frequency Distribution based on the Latest Education Mothers at most including Higher Education in the last education of mothers is 19 Respondents (63.3%), Frequency Distribution based on the most information source is the source of information obtained by respondents is from parents as many as 27 respondents (90%).*

*Keywords: Menarche, Menarche Readiness, Schoolgirls*

## **Pendahuluan**

Masa remaja merupakan masa yang sangat penting dalam perkembangan seseorang. Pada umumnya remaja didefinisikan sebagai masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa. Peralihan masa kanak-kanak menjadi dewasa melibatkan perubahan berbagai aspek seperti biologis, psikologis, dan sosial budaya (Sarwono, 2008)..Seiring dengan perkembangan biologis, maka pada usia tertentu seseorang akan mencapai tahapan kematangan organ-organ seks, yang ditandai dengan haid pertama atau yang disebut menarche. Menstruasi pertama (menarche) menjadi saat-saat yang mendebarkan bagi remaja putri karena baru pertama mengalaminya (Gunarsa, 2001).Di Indonesia usia remaja pada waktu menarche bervariasi antara 10 hingga 16 tahun dan rata-rata menarche

pada usia 12 tahun 5 bulan (Munda et all, 2013). Remaja yang akan mengalami menarche membutuhkan kesiapan mental yang baik. Kesiapan menghadapi menarche adalah keadaan yang menunjukkan bahwa seseorang siap untuk mencapai salah satu kematangan fisik yaitu datangnya menarche (Fajri & Khairani, 2010).

Hasil dari beberapa penelitian yang dilakukan ( Aboyeji et all 2005), menunjukkan bahwa kebanyakan remaja mempunyai harapan yang lebih negatif terhadap menstruasi pertama (menarche) dan merespon menstruasi pertama (menarche) secara negatif. Hal ini dideskripsikan oleh subjek dengan perasaan secara negatif seperti merasa takut, terkejut, sedih, kecewa, malu khawatir dan bingung (Fajri & Khairani, 2010).Hasil survei data awal dengan melakukan wawancara di MIT Rhaudatul

Ulum pada 5 siswi yang belum mengalami menarache, didapatkan bahwa 3 siswi mengatakan mereka belum siap mengalami menarache dikarenakan mereka belum memahami betul apa yang disebut dengan menarache dan mereka merasa cemas dengan apa yang akan terjadi selama menarache. Hal inilah yang membuat peneliti tertarik untuk mengadakan penelitian Analisis Faktor Yang Mempengaruhi Kesiapan Menarache Pada Siswi Kelas IV, V Dan VI di MIT Raudhlatul Ulum Depok 2019.

### Metode

Penelitian ini adalah metode penelitian Analitik dengan pendekatan cross sectional dengan menggunakan data primer dan kuesioner. Penelitian ini dilaksanakan di MIT Raudhlatul Ulum Depok 2019. Populasinya adalah seluruh

Siswi Kelas IV, V Dan VI di MIT Raudhlatul Ulum Depok 2019 sebanyak 34 Siswi. Pengambilan data yang digunakan adalah data primer yang diperoleh langsung dari responden/informasi dengan menggunakan daftar kuesioner. Analisis yang digunakan adalah analisis univariat dan analisis bivariat yang digunakan untuk mengetahui hubungan antara variabel independen dengan variabel dependen yaitu kesiapan menghadapi menarache. Kemudian untuk melihat hubungan kedua variabel dianalisis dengan tingkat kepercayaan penelitian, masing-masing tingkat kepercayaan 95% ( $\alpha = 0,05$ ), (Notoatmodjo, 2012)

### Hasil Penelitian

Tabel : Karakteristik Responden

Tabel Univariat

Variabel	Frekuensi (n)	Persentase (%)
<b>KESIAPAN MENGHADAPI MENARCHE</b>		
1. SIAP	22	73.3
2. BELUM SIAP	8	26.7
<b>USIA</b>		
1. ≤ 9 TAHUN	9	30.0
2. 10-12 TAHUN	21	70.0
<b>PENGETAHUAN</b>		
1. BAIK	22	73.3
2. KURANG	8	26.7

<b>IMT</b>		
1. NORMAL	23	76.7
2. TIDAK NORMAL	7	23.3
<b>PENDIDIKAN TERAKHIR</b>		
<b>IBU</b>		
1. TINGGI	19	63.3
2. RENDAH	11	36.7
<b>SUMBER INFORMASI</b>		
1. GURU DAN TEMAN	3	10.0
2. ORANG TUA	27	90.0

Berdasarkan tabel 1 Diketahui bahwa Kesiapan menghadapi menarche paling banyak adalah yang Siap sebanyak 22 Responden ( 73.3 % ), Usia 10-12 tahun sebanyak 21 Responden ( 70 % ), Responden yang berpengetahuan baik sebanyak 22 responden ( 73.3 % ), Responden yang

memiliki IMT normal sebanyak 23 Responden ( 76.7 % ), Responden yang termasuk kategori Pendidikan Tinggi pada pendidikan terakhir ibu adalah sebanyak 19 Responden ( 63.3 % ), dan Sumber Informasi yang didapat responden adalah dari Orang Tua sebanyak 27 Responden (90%)

Tabel Bivariat

Variabel	Kesiapan menghadapi menarche				Frekuensi		P Value
	Siap		Belum Siap		n	%	
	n	%	n	%			
<b>Usia</b>							
≤ 9 Tahun	5	55.6	4	44.4	9	100	<b>0.16</b>
10 -12 Tahun	17	81	4	19	21	100	
<b>Pengetahuan</b>							
Baik	18	81.8	4	18.2	22	100	<b>0.01</b>
Kurang	4	50	4	50	8	100	
<b>IMT</b>							
Normal	18	78.3	5	21.7	23	100	<b>0.26</b>
Tidak Normal	4	57.1	3	42.9	7	100	
<b>Pendidikan Terakhir Ibu</b>							<b>0.01</b>
Tinggi	12	63.2	7	36.8	19	100	
Rendah	10	90.9	1	9.1	11	100	

---

<b>Sumber Informasi</b>							<b>0.03</b>
Guru dan Teman	3	100	0	0	3	100	
Orang Tua	19	70.4	8	29.6	27	100	

---

Hasil penelitian didapatkan bahwa dari 30 Responden yang siap menghadapi menarche dengan usia  $\leq 9$  tahun sebanyak 5 orang (55.6 %) dan yang belum siap menghadapi menarche dengan usia  $\leq 9$  Tahun sebanyak 4 Responden ( 44.4 %) adapun yang siap menghadapi menarche dengan usia 10-12 tahun sebanyak 17 Responden ( 81 %) dan yang belum siap menghadapi menarche dengan usia 10-12 tahun sebanyak 4 responden ( 19 % ). Hasil Uji statistik diperoleh nilai P Value = 0.16 yang dapat disimpulkan tidak ada pengaruh yang bermakna antara Usia dengan Kesiapan menghadapi menarche.

Hasil penelitian didapatkan bahwa dari 30 Responden yang siap menghadapi menarche dengan pengetahuan baik sebanyak 18 orang (81.8 %) dan yang belum siap menghadapi menarche dengan pengetahuan baik sebanyak 4 Responden ( 18.2 %) adapun yang siap menghadapi menarche dengan pengetahuan kurang sebanyak 4 Responden ( 50%) dan yang belum siap menghadapi menarche dengan pengetahuan kurang sebanyak 4 responden ( 50 % ). Hasil Uji statistik diperoleh nilai P Value = 0.01 yang dapat disimpulkan ada pengaruh yang bermakna antara Pengetahuan dengan Kesiapan menghadapi menarche.

Hasil penelitian didapatkan bahwa dari 30 Responden yang siap menghadapi menarche dengan IMT Normal sebanyak 18 orang (78.3 %) dan yang belum siap

menghadapi menarche dengan IMT Normal sebanyak 5 Responden ( 21.7 %) adapun yang siap menghadapi menarche dengan IMT tidak normal sebanyak 4 Responden ( 57.1 %) dan yang belum siap menghadapi menarche dengan IMT Tidak Normal sebanyak 3 responden ( 42.9 % ). Hasil Uji statistik diperoleh nilai P Value = 0.26 yang dapat disimpulkan tidak ada pengaruh yang bermakna antara IMT dengan Kesiapan menghadapi menarche.

Hasil penelitian didapatkan bahwa dari 30 Responden yang siap menghadapi menarche dengan pendidikan terakhir ibu di pendidikan tinggi sebanyak 12 orang (63.2 %) dan yang belum siap menghadapi menarche dengan pendidikan terakhir ibu di pendidikan tinggi sebanyak 7 Responden ( 36.8 %) adapun yang siap menghadapi menarche dengan pendidikan terakhir ibu di pendidikan rendah sebanyak 10 Responden ( 90.9 %) dan yang belum siap menghadapi menarche dengan pendidikan terakhir ibu di pendidikan rendah sebanyak 1 responden (9.1 % ).

Hasil Uji statistik diperoleh nilai P Value = 0.01 yang dapat disimpulkan ada pengaruh yang bermakna antara Pendidikan terakhir ibu dengan Kesiapan menghadapi menarche.

Hasil penelitian didapatkan bahwa dari 30 Responden yang siap menghadapi menarche dengan sumber informasi yang didapat dari Guru dan Teman sebanyak 3 orang (100%) dan yang belum siap

menghadapi menarche dengan sumber informasi dari guru dan teman sebanyak 0 Responden ( 0 %) adapun yang siap menghadapi menarche dengan sumber informasi dari orang tua sebanyak 19 Responden ( 70.4 %) dan yang belum siap menghadapi menarche dengan sumber

## **Pembahasan**

### **Kesiapan Menghadapi Menarche**

Kesiapan menghadapi menarche paling banyak adalah siswi yang Siap menghadapi menarche sebanyak 22 Responden ( 73.3 % ) dan yang belum siap menghadapi menarche sebanyak 8 Responden ( 26.7 % ). Disini lebih banyak yang siap menghadapi menarche. Berdasarkan teori dimana kesiapan menghadapi menarche yang tinggi pada remaja putri dikarenakan mereka mampu memaknai menstruasi pertama (menarche) sebagai hal yang positif informasi yang didapat cukup baik sehingga menimbulkan kesiapan yang menghadapi menarche pada diri mereka. Hal tersebut didukung oleh hasil penelitian yang dilakukan Purnamasari (2010), bahwa siswi di SD Negeri 1 Candi Rejo Ungaran menunjukkan tanda kesiapan yang cukup untuk menghadapi menarche yang menurut mereka akan mereka alami secara fisik dan psikologis. Mereka juga menyatakan bahwa mereka telah mempersiapkan diri jika pada tubuh dan emosi dalam diri mereka terjadi perubahan

informasi dari orang tua sebanyak 8 responden ( 29.6 % ). Hasil Uji statistik diperoleh nilai P Value = 0.03 yang dapat disimpulkan ada pengaruh yang bermakna antara Sumber Informasi dengan Kesiapan menghadapi menarche.

yang signifikan setelah terjadinya menarche.. Asumsi penulis menyimpulkan sudah sesuai dengan teori dimana siswi yang menjadi responden dalam penelitian ini lebih banyak yang siap menghadapi Menarche kemungkinan sudah mendapatkan informasi terkait menarche.

### **Pengaruh Kesiapan Menghadapi Menarche Berdasarkan Usia**

Hasil penelitian didapatkan bahwa dari 30 Responden yang siap menghadapi menarche dengan usia  $\leq 9$  tahun sebanyak 5 orang (55.6 % ) dan yang belum siap menghadapi menarche dengan usia  $\leq 9$  Tahun sebanyak 4 Responden ( 44.4 %) adapun yang siap menghadapi menarche dengan usia 10-12 tahun sebanyak 17 Responden ( 81 % ) dan yang belum siap menghadapi menarche dengan usia 10-12 tahun sebanyak 4 responden ( 19 % ). Hasil Uji statistik diperoleh nilai P Value = 0.16 yang dapat disimpulkan tidak ada pengaruh yang bermakna antara Usia dengan Kesiapan menghadapi menarche. Menurut teori di Indonesia usia remaja pada waktu menarche

bervariasi antara 10 hingga 16 tahun dan rata-rata menarche pada usia 12 tahun 5 bulan (Munda et al., 2013). Asumsi penulis menyimpulkan bahwa kesiapan menghadapi menarche tidak mutlak dipengaruhi oleh Usia

### **Pengaruh Kesiapan Menghadapi Menarche Berdasarkan Pengetahuan**

Hasil penelitian didapatkan bahwa dari 30 Responden yang siap menghadapi menarche dengan pengetahuan baik sebanyak 18 orang (81.8 %) dan yang belum siap menghadapi menarche dengan pengetahuan baik sebanyak 4 Responden (18.2 %) adapun yang siap menghadapi menarche dengan pengetahuan kurang sebanyak 4 Responden (50%) dan yang belum siap menghadapi menarche dengan pengetahuan kurang sebanyak 4 responden (50 %). Hasil Uji statistik diperoleh nilai P Value = 0.01 yang dapat disimpulkan ada pengaruh yang bermakna antara Pengetahuan dengan Kesiapan menghadapi menarche. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Leliana (2010) tentang hubungan pengetahuan terhadap kesiapan menghadapi menarche yang menyatakan ada hubungan positif dan signifikan antara pengetahuan terhadap kesiapan remaja putri. Semakin baik pengetahuan seseorang, maka semakin siap seseorang menghadapi menarche. Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Wenny Pratiningsih

(2011) hubungan tingkat pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan remaja putri usia pubertas dalam menghadapi menarche, dengan hasil penelitian didapatkan  $p=0,014$  diketahui ada hubungan positif. Pengetahuan adalah hasil penginderaan manusia atau hasil tahu seseorang terhadap objek melalui indera yang dimilikinya (mata, hidung, telinga, dan sebagainya). Dengan sendirinya, pada waktu penginderaan sampai menghasilkan pengetahuan tersebut sangat dipengaruhi oleh intensitas perhatian dan persepsi terhadap objek. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga (Notoatmodjo, 2010). Menurut Astana Remaja putri yang kurang pengetahuan dan informasi mengenai menstruasi mengatakan menarche merupakan pengalaman yang sangat buruk dan membuat remaja putri panik, takut, traumatis dan malu. Berbagai macam kondisi tersebut menunjukkan bahwa banyak remaja putri yang kurang mempunyai kesiapan dalam menghadapi menarche, karena mereka tidak memiliki pengetahuan dan pemahaman untuk mempersiapkan dirinya masing-masing (Ayu putu, 2013). Asumsi penulis sejalan dengan teori diatas, bahwa dengan pengetahuan yang baik akan membuat kesiapan remaja untuk menghadapi menarche.

### **Pengaruh Kesiapan Menghadapi Menarche Berdasarkan IMT**



Hasil penelitian didapatkan bahwa dari 30 Responden yang siap menghadapi menarche dengan IMT Normal sebanyak 18 orang (78.3 %) dan yang belum siap menghadapi menarche dengan IMT Normal sebanyak 5 Responden ( 21.7 %) adapun yang siap menghadapi menarche dengan IMT tidak normal sebanyak 4 Responden ( 57.1 %) dan yang belum siap menghadapi menarche dengan IMT Tidak Normal sebanyak 3 responden ( 42.9 % ). Hasil Uji statistik diperoleh nilai P Value = 0.26 yang dapat disimpulkan tidak ada pengaruh yang bermakna antara IMT dengan Kesiapan menghadapi menarche. Berdasarkan teori Indeks Massa Tubuh telah diketahui sebagai salah satu faktor yang dapat mempengaruhi usia menarche. IMT yang baik menunjukkan pemenuhan nutrisi yang optimal. Nutrisi yang optimal dapat membantu mempercepat pertumbuhan dan perkembangan organ seksual, sedangkan tidak terpenuhinya nutrisi dapat berakibat terlambatnya pematangan seksual dan hambatan pertumbuhan. Asumsi penulis sejalan dengan teori hanya saja IMT disini tidak mempengaruhi pada kesiapan menghadapi menarche.

### **Kesiapan Menghadapi Menarche Berdasarkan Pendidikan Terakhir Ibu**

Hasil penelitian didapatkan bahwa dari 30 Responden yang siap menghadapi

menarche dengan pendidikan terakhir ibu di pendidikan tinggi sebanyak 12 orang (63.2 % ) dan yang belum siap menghadapi menarche dengan pendidikan terakhir ibu di pendidikan tinggi sebanyak 7 Responden ( 36.8 %) adapun yang siap menghadapi menarche dengan pendidikan terakhir ibu di pendidikan rendah sebanyak 10 Responden ( 90.9 %) dan yang belum siap menghadapi menarche dengan pendidikan terakhir ibu di pendidikan rendah sebanyak 1 responden (9.1 % ). Hasil Uji statistik diperoleh nilai P Value = 0.01 yang dapat disimpulkan ada pengaruh yang bermakna antara Pendidikan terakhir ibu dengan Kesiapan menghadapi menarche. Berdasarkan teori bahwa gadis remaja umumnya belajar tentang menstruasi dari ibunya, tetapi tidak semua ibu memberikan informasi yang membicarakan secara terbuka kepada anak gadis-nya sampai mengalami menstruasi pertama. Menurut Rakesh (1988) dalam Leliana (2010), orang tua khususnya ibu yang berpendidikan sangat berpengaruh dalam memberikan informasi kepada putrinya mengenai berbagai hal tentang menstruasi, seperti kapan usia mendapat menstruasi, lamanya menstruasi, dan higienitas selama menstruasi, sehingga remaja putri bisa memiliki pengetahuan yang baik tentang menstruasi dan berespon positif terhadap menstruasi. Sebaliknya pengetahuan yang tidak baik, kesalahan persepsi dan pemikiran yang salah dapat

mendorong ketakutan, kecemasan, dan perilaku yang negatif bagi remaja putri dalam menghadapi menstruasi. Asumsi penulis sejalan dengan teori yang ada, dimana pendidikan ibu sangat mempengaruhi informasi yang diberikan kepada putrinya.

### **Kesiapan Menghadapi Menarche Dengan Sumber Informasi**

Hasil penelitian didapatkan bahwa dari 30 Responden yang siap menghadapi menarche dengan sumber informasi yang didapat dari Guru, Nakes, Teman sebanyak 3 orang (100%) dan yang belum siap menghadapi menarche dengan sumber informasi dari guru, nakes, teman sebanyak 0 Responden (0%) adapun yang siap menghadapi menarche dengan sumber informasi dari orang tua sebanyak 19 Responden (70.4%) dan yang belum siap menghadapi menarche dengan sumber informasi dari orang tua sebanyak 8 responden (29.6%). Hasil Uji statistik diperoleh nilai P Value = 0.03 yang dapat disimpulkan ada pengaruh yang bermakna

antara Sumber Informasi dengan Kesiapan menghadapi menarche. Berdasarkan teori menurut Notoatmodjo (2003) sumber informasi adalah segala sesuatu yang menjadi perantara dalam menyampaikan informasi, merangsang pikiran dan kemampuan, serta menambah pengetahuan. Komunikasi antar ibu dan anak akan memberikan informasi yang lebih dipahami oleh anak sehingga dapat menimbulkan kesiapan yang positif pada diri anak dalam menghadapi menarche. Penelitian yang dilakukan oleh Fajri dan Khairani (2010), menemukan bahwa komunikasi ibu-anak memberikan peran sebesar 30% pada kesiapan siswi SMP Muhammadiyah Banda Aceh dalam menghadapi menstruasi pertama (menarche), dengan  $p=0,000$  ( $p<0,01$ ) yang dimana terdapat hubungan antara komunikasi Ibu-Anak dengan Kesiapan Menghadapi Menstruasi Pertama (Menarche). Asumsi penulis sejalan dengan teori yang ada, dimana sumber informasi sangat mempengaruhi pada kesiapan menghadapi menarche.

### **Saran**

#### **1. Bagi Siswi dan Orang Tua.**

Diharapkan lebih memahami lagi hal-hal tentang edukasi terkait kesehatan khususnya kesehatan reproduksi

#### **2. Bagi peneliti selanjutnya**

Diharapkan dengan adanya penelitian ini dapat dikembangkan lagi menjadi variabel yang lebih banyak dengan menggunakan metode penelitian yang lebih baik lagi

3. Bagi lahan penelitian

Diharapkan dapat bekerjasama dengan pihak Puskesmas atau pihak pelayanan kesehatan lainnya untuk dapat memberikan pelayanan edukasi tentang kesehatan khususnya kesehatan pada remaja.

## Daftar Pustaka

1. Arisman. (2004). Gizi dalam Daur Kehidupan. Buku Kedokteran EGC. Jakarta.
2. Arikunto, Suharsimi (2006). Prosedur Penelitian - Suatu Pendekatan Praktik. Edisi Revisi VI. Jakarta: Rineka Cipta.
3. Azwar, S. (2008). Sikap manusia: Teori dan pengukurannya (ed.4). Pustaka Pelajar. Yogyakarta
4. Aziz Alimul Hidayat (2007) Metode Penelitian Kebidanan & Teknik Analisis Data ; Salemba Medika; Jakarta .
5. Fajri, Ayu., Khairani, Maya.( 2010). Hubungan Antara Komunikasi Ibu-anak dengan kesiapan menghadapi menstruasi pertama. Jakarta
6. Hurlock, E.B. (2004). Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan. (Edisi Ke-5). Jakarta: Erlangga.
7. Hurlock, E. B. (2004). Developmental psychology. Jakarta: Erlangga
8. Hidayat, A.A. (2007), Metode Penelitian Keperawatan dan teknik Analisa Data., Penerbit Salemba medika
9. Jayanti, Niarie, et. al. (2011). Analisis Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Green Purchasing (Survei Pada Pelanggan Tupperware Di Kota Malang). Jurnal Universitas Brawijaya.
10. Llewellyn-Jones, D. (2005). Setiap Wanita. PT. Delapratasa Publishing.
11. MONKS, dkk. (1994). Psikologi Perkembangan. Yogyakarta: University Press NY: Holt, Rinehart and Winston, Inc.
12. Notoatmodjo, S. (2002) , Metodologi Penelitian Kesehatan, Rineka Cipta, Jakarta
13. Notoatmodjo, S. (2003). Pendidikan Dan Perilaku Kesehatan. Rineka Cipta. Jakarta
14. Notoatmodjo S. (2005). Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta
15. Notoatmodjo S. (2007). Kesehatan Masyarakat Ilmu dan Seni. Jakarta: Rineka Cipta
16. Notoatmodjo S. (2007) . Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku. Jakarta: Rineka Cipta.
17. Notoatmodjo S. (2010). Ilmu Perilaku Kesehatan. Jakarta: PT Rineka Cipta.
18. Notoatmodjo S. (2012). Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan. Jakarta: PT Rineka Cipta
19. Proverawati, A. & Misaroh, S. (2009). Menarche (Menstruasi Pertama Penuh Makna). Yogyakarta : Muha Medika.

20. Rianto Koes. Drs. (2010). Memahami Seksologi. Sinar Baru Algensindo. Bandung
21. Santrock, J.W. (2002). Life-Span Development: Perkembangan Masa Hidup. Edisi Kelima. Jilid 2. Jakarta: Erlangga.
22. Sarwono, S.W. (2008) Psikologi Remaja. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
23. Suryani, E., & H, Widiasih. (2008). Psikologi ibu dan anak. Yogyakarta: Fitramaya
24. Yeung, Y. L., Tang, C. S. & Lee, A. (2005). Psychosocial and Cultural Factors Influencing Expectations of Menarche: A study on Chinese Premenarcheal Teenage Girls. Journal of Adolescent Research. Vol 20. No. 1. Sage Publication.
25. Yusuf, A.M. (2002). Pengantar Ilmu Pendidikan. Jakarta: Ghalia Indonesia
26. ----- (2010). Just For Girls (Buklet). Tanya Jawab Masalah Seksualitas Anak. Jakarta: Yayasan Kita & Buah Hati.
27. Penggolongan Berat Badan Berdasarkan IMT  
<https://www.alodokter.com/pemahaman-seputar-indeks-massa-tubuh> diunduh tanggal 30 Juli 2019
28. ----- (2003). Adolescence: Perkembangan Remaja. Jakarta: Erlangga.

