



## Efektifitas Pendidikan Kesehatan Dengan Media Audiovisual Dan *Leaflet* Terhadap Sikap Remaja Putri Menghadapi *Menarche*

Veronica Silalahi <sup>1</sup>

<sup>1</sup> STIKES Katolik St. Vincentius a Paulo Surabaya, Indonesia

### INFORMASI

Korespondensi:  
[vero.silalahi30@gmail.com](mailto:vero.silalahi30@gmail.com)



### ABSTRACT

*Objective:* to identify the effectiveness of health education about menarche using audiovisual media and leaflets on the attitudes of teenage girls.

*Methods:* This article used a quasi-experimental non-equivalent control group design. This study divided the subjects into two groups, the intervention group and the control group with 31 respondents each, that is class III and IV in Sawunggaling 1 primary school, Surabaya. This article used a simple random sampling. Data processing was carried out by pretest and posttest and health education interventions using audiovisuals and leaflets for the intervention group, and for the control group using leaflet. Data analysis used the Mann Whitney test to assess the mean increase in attitudes in both groups, and the Wilcoxon test to see an increase in attitudes after the intervention in both groups.

*Results:* The results showed  $p\text{-value} = 0.000$  ( $p < 0.05$ ) in the intervention groups. This means that there is a significant increase in the attitude of teenage girls before and after being given health education which shows the effectiveness of health education about menarche using audiovisual media and leaflets. Whereas in the control group data obtained that 0.754 ( $p > 0.005$ ), this means that there is no significant difference from the attitudes of teenage girls before and after being given health education about menarche with media leaflets.

### Keywords:

Health Education, Menarche, Teenage Girls

*Conclusion :* health education using audiovisuals and leaflets that are effective in improving the attitudes of teenage girls in facing menarche.

## PENDAHULUAN

*Menarche* merupakan haid yang terjadi pertama kali dimana ini merupakan ciri khas dari seorang perempuan yang sehat (Noviana, 2016). Menstruasi sendiri adalah gejala biologis yang alami, progresif, dan positif sebagai tanda biologis dari kematangan seksual sehingga peristiwa ini dapat diterima dengan sikap yang wajar (Proverawati & Misaroh, 2009). Remaja putri yang siap menghadapi *menarche* akan memiliki sikap yang positif. Sikap positif yang dimiliki seperti mengungkapkan *menarche* adalah sesuatu yang menyenangkan, tidak menakutkan, dan menganggap *menarche* adalah suatu tanda kedewasaan (Kuswati & Handayani, 2016). Remaja putri di SDN Sawunggaling 1 Surabaya masih ada yang tidak siap dengan *menarche* dan bingung apa yang harus dilakukan pada saat mendapatkan menstruasi pertama.

Hasil data menunjukkan 28% perempuan mendapat menstruasi pertama pada usia 13 tahun, diikuti usia 12 tahun (26%), dan usia 14 tahun (23%). Diantara perempuan yang pada saat survei berusia 15 tahun yang mendapat menstruasi pertama pada umur 12 tahun (32%) dan 13 tahun (31%), sedangkan perempuan yang berusia 24 tahun, 30 persen mendapat menstruasi pertama kali pada usia 13 tahun dan 25 persen pada usia 14 tahun (Badan Pusat Statistik (BPS), dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN), Kementerian Kesehatan (Kemenkes), & ICF, 2018). Berdasarkan penelitian yang dilakukan Lee (2008) dalam Kuswati & Handayani (2016) dari 155 remaja putri, ditemukan 12% remaja yang tidak mempersiapkan datangnya *menarche* mengatakan bahwa mereka merasa dirinya kotor, menjijikan, dan memalukan karena mendapati celananya penuh noda darah menstruasi. Banyak respon negatif yang diberikan remaja putri yang baru mengalami *menarche* pada dasarnya merupakan hal yang wajar terkait dengan tumbuh kembangnya. Selain Lee, penelitian yang dilakukan oleh Ulfa & Agustina tahun 2014 didapatkan 65% responden memiliki sikap negatif mengenai *menarche*. Sikap negatif ini akan membuat seorang remaja putri cenderung terus-menerus malu dan minder atas kodrat yang harus diterimanya.

Adanya anggapan dari orang tua yang salah bahwa menstruasi merupakan hal yang tabu untuk diperbincangkan dan menganggap bahwa anak akan tahu dengan sendirinya, menambah rumitnya permasalahan (Proverawati & Misaroh, 2009). Informasi kesehatan sejak dini sangat penting untuk

remaja lebih siap sehingga mempengaruhi sikapnya. Jika remaja putri memiliki sikap yang positif terhadap *menarche* maka remaja putri akan memahami bahwa *menarche* pasti akan dialami oleh semua wanita dan merupakan suatu tanda kedewasaan, maka ia akan siap dan senang dalam menghadapi *menarche*. Demikian pula sebaliknya, bila remaja putri memiliki sikap negatif seperti menganggap *menarche* sebagai suatu penyakit, kotor, dan mengganggu, maka akan mengakibatkan remaja putri cenderung tidak siap dalam menghadapi *menarche* (Kuswati & Handayani, 2016).

Pemberian informasi yang benar tentang kondisi perubahan masa remaja putri oleh orang tua dan guru di sekolah sangat diperlukan, agar dapat mengurangi sikap membingungkan bagi remaja putri (Mansur & Budiarti, 2014). Pemberian informasi berupa pendidikan kesehatan dapat dilakukan dengan beberapa metode salah satunya dengan metode *audiovisual*. Pendidikan kesehatan dengan menggunakan media *audiovisual* mulai sering digunakan karena dinilai efektif untuk penyampaian pesan kepada masyarakat.

## METODE

Penelitian ini menggunakan desain penelitian *quasi experimental non-equivalent control group design*. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan pemberian kuesioner sebelum dan sesudah intervensi dan pendidikan kesehatan dengan menggunakan *audiovisual* dan leaflet pada kelompok intervensi dan menggunakan leaflet pada kelompok kontrol. Responden dalam penelitian ini adalah remaja putri kelas III dan kelas IV SDN Sawunggaling 1 Surabaya dengan jumlah 31 responden untuk masing-masing kelompok intervensi dan kelompok kontrol dengan kriteria inklusi berusia  $\geq 10$  tahun dan belum mengalami *menarche*. Teknik sampling menggunakan *simple random sampling*. Pengumpulan data dilakukan dua kali yaitu sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan. Peneliti melakukan pengumpulan data dengan kuesioner sebelum diberikan pendidikan kesehatan (*pretest*), setelah dikumpulkan kuesioner *pretest*, remaja putri pada kelompok intervensi diberikan pendidikan kesehatan tentang *menarche* dengan media *audiovisual* selama 5 menit dilanjutkan dengan penjelasan isi *leaflet*, setelah itu peneliti membagikan kuesioner terstruktur dengan pertanyaan yang sama untuk diisi responden (*posttest*). Pada kelompok kontrol hanya diberikan penjelasan

melalui *leaflet*. Analisa data menggunakan Uji *Mann Whitney* untuk mengetahui rerata kenaikan sikap pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol setelah diberikan pendidikan dan uji *Wilcoxon* untuk mengetahui efektifitas pendidikan kesehatan tentang *menarche* dengan media *audiovisual* dan *leaflet* pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol terhadap sikap remaja putri menghadapi *menarche*.

**HASIL**

**Tabel 1.** Data karakteristik kelompok intervensi dan kelompok kontrol di SDN Sawunggaling 1 Surabaya.

Karakteristik Responden	Kelompok Intervensi		Kelompok Kontrol		mean±SD
	N	%	N	%	
Usia (tahun)					
10 tahun	28	90.3	13	41.9	10.40±0.613
11 tahun	3	9.7	14	45.2	
12 tahun			4	12.9	
Sumber informasi yang didapat dari teman					
ya	11	35.5	11	35.5	
tidak	20	64.5	20	64.5	
Sumber informasi yang didapat dari ibu/saudara					
ya	18	58.1	3	9.7	
tidak	13	41.9	28	90.3	
Mendapatkan materi dari pihak sekolah					
ya	3	9.7	9	29	
tidak	28	90.3	22	71	
Pengalaman membaca dari buku/TV/Internet					
ya	6	19.4	20	64.5	
tidak	25	80.6	11	35.5	

Sumber : Data Primer (2019)

Berdasarkan tabel 1 diatas, rata-rata usia pada responden adalah 10.40±0.613. pada kelompok intervensi, sebanyak 20 (64.5%) responden tidak mendapatkan sumber informasi dari teman, 18 (58.1%) mendapatkan sumber informasi dari ibu/saudara, 28 (90.3%) responden mendapatkan materi dari pihak sekolah, dan 25 (80.6%) tidak pernah membaca informasi tentang *menarche* dari buku/TV/internet. Sedangkan pada kelompok kontrol, 20 (60.5%) responden tidak mendapatkan sumber informasi dari teman, 28 (90.3%) tidak mendapatkan informasi dari ibu/saudara, 22 (71%) tidak pernah mendapatkan materi dari pihak sekolah, dan 20 (64.5%) tidak pernah membaca informasi tentang

*menarche* dari buku/TV/internet.

**Tabel 2.** Pengukuran delta kenaikan sikap remaja putri dalam menghadapi *menarche* sebelum dan setelah dilakukan pendidikan kesehatan tentang *menarche* menggunakan media *audiovisual* dan *leaflet* pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol.

Variabel	Waktu Pengukuran	Kelompok Intervensi	Kelompok Kontrol	Selisih Rerata	P
		Mean (SD)	Mean (SD)		
Sikap	sebelum-sesudah	6.35±15.196	1.50±0.504	4.85	0.001

*Uji Mann Whitney pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol*

Berdasarkan tabel 2 diatas, didapatkan bahwa rata-rata kenaikan sikap remaja putri sebelum dan sesudah diberikan intervensi pendidikan kesehatan menggunakan media *audiovisual* dan *leaflet* pada kelompok intervensi adalah 6.35 dan rata-rata kenaikan sikap remaja putri sebelum dan sesudah diberikan intervensi pendidikan kesehatan menggunakan media *leaflet* pada kelompok kontrol adalah 1.50. hal ini berarti juga bahwa peningkatan rata-rata sikap lebih tinggi pada kelompok intervensi lebih tinggi dibandingkan dengan kelompok kontrol.

Berdasarkan tabel 3 rerata sikap sebelum diberikan pendidikan kesehatan pada kelompok intervensi adalah 49.00, rerata sikap setelah diberikan pendidikan kesehatan pada kelompok intervensi adalah 61.45. Sedangkan pada kelompok kontrol, sebelum diberikan intervensi pendidikan kesehatan rerata sikap adalah 50.48 dan setelah diberikan intervensi pendidikan kesehatan rerata sikap 50.74.

Uji hipotesis dalam penelitian ini menggunakan uji *wilcoxon* didapatkan hasil bahwa pengukuran sikap pada kelompok intervensi dengan tingkat signifikan  $\alpha = 0.000$ , hal ini berarti bahwa terdapat perbedaan yang signifikan dari sikap remaja putri sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan yang menunjukkan efektifitas pendidikan kesehatan tentang *menarche* dengan media *audiovisual* dan *leaflet* terhadap sikap remaja putri menghadapi *menarche*

di SDN Sawunggaling 1 Surabaya. Pada kelompok kontrol, didapatkan pengukuran sikap dengan tingkat signifikan  $\alpha = 0.754$ , hal ini berarti tidak ada perbedaan yang signifikan dari sikap remaja sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan tentang *menarche* dengan media *leaflet* di SDN Sawunggaling 1 Surabaya.

**Tabel 3.** Tabel Pengukuran sikap remaja putri dalam menghadapi *menarche* sebelum dan setelah dilakukan pendidikan kesehatan tentang *menarche* menggunakan media *audiovisual* dan *leaflet* pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol.

Variabel	n	Kelompok	Pengukuran		p value
			Median (minimum-maximum)	Rerata $\pm$ s.d.	
Sikap Sebelum intervensi	31	Intervensi	46.00(35-74)	49.00 $\pm$ 9.651	0.000
Sesudah intervensi			65.00(30-77)	61.45 $\pm$ 10.902	
Sikap Sebelum intervensi	31	Kontrol	50.00(24-71)	50.48 $\pm$ 10.046	0.754
Setelah intervensi			50.00(37-70)	50.74 $\pm$ 9.726	

*Uji Wilcoxon pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol*

**PEMBAHASAN**

**1) Sikap remaja putri dalam menghadapi *menarche* sebelum dilakukan pendidikan kesehatan tentang *menarche* menggunakan media *audiovisual* dan *leaflet* di SDN Sawunggaling 1 Surabaya pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol.**

Berdasarkan hasil penelitian di dapatkan data pada kelompok intervensi, didapatkan rerata sikap sebelum diberikan pendidikan kesehatan pada kelompok intervensi adalah 49.00 dan kelompok kontrol 50.48. Dilihat dari aspek pengaruh orang lain yang dianggap penting, 16 (66.7%) responden tidak pernah mendapatkan informasi dari teman memiliki sikap negatif, dan 9 (37.5%) responden tidak pernah membicarakan mengenai *menarche* pada ibu/saudara juga memiliki sikap negatif dan 19 (76%) tidak pernah membaca dari Buku/TV/Internet tentang menstruasi. Pada kelompok kontrol 10 (71.4%) responden tidak pernah mendapatkan informasi dari teman memiliki sikap negatif dan 6 (42.9%) responden tidak pernah membicarakan mengenai *menarche* pada ibu/saudara juga memiliki sikap negatif. Menurut Azwar (2013) orang yang dianggap penting atau orang yang

berarti khusus akan lebih banyak mempengaruhi pembentukan sikap seseorang terhadap sesuatu. Orang – orang yang dianggap penting bagi individu misalnya orang tua, teman dekat, teman sebaya, dan lain-lain. Pada masa anak – anak dan remaja, orang tua biasanya menjadi figur yang paling berarti bagi anak. Interaksi antara anak dan orang tua merupakan determinan utama sikap seorang anak. Pada umumnya, individu cenderung untuk memiliki sikap yang konformis atau searah dengan sikap orang yang dianggapnya penting.

Kecenderungan ini antara lain dimotivasi oleh keinginan untuk berafiliasi dan keinginan untuk menghindari konflik dengan orang yang dianggap penting tersebut.

Peneliti berpendapat bahwa terdapat kesesuaian antara fakta dan teori, bahwa siswa remaja masih memiliki sikap negatif tentang *menarche*. Hal ini dapat disebabkan karena responden masih belum mendapat informasi dari teman yang sudah pernah mendapatkan *menarche* sebelumnya sehingga memberi pengalaman kepada remaja yang belum pernah *menarche*. Siswa remaja putri juga tidak pernah membaca atau menonton TV bahkan mencari dari internet tentang *menarche*. Padahal informasi yang diberikan baik melalui orang terdekat, maupun sumber dari media massa dapat memberi gambaran kepada siswa remaja putri mengenai *menarche* sehingga lebih siap. Selain itu responden yang tidak pernah membicarakan dengan ibu atau saudari bisa terjadi karena orang tua masih menganggap *menarche* merupakan sesuatu yang tabu untuk diperbincangan, menganggap belum saatnya untuk membicarakan tentang *menarche* dengan anak perempuannya. Seseorang yang kita anggap penting akan banyak mempengaruhi pembentukan sikap kita terhadap sesuatu. Dari kuesioner yang diberikan, siswa remaja putri malu untuk membicarakan tentang menstruasi karena menganggap itu hal yang tidak

layak untuk dibicarakan.

Hal ini didukung oleh penelitian (Setyowati, Rizkia, & Ungsianik, 2019) bahwa remaja putri yang memiliki sikap negatif mendapatkan informasi dari ibu/saudara setelah remaja putri mendapatkan *menarche*. Akibatnya remaja putri menjadi lebih cemas dan tidak siap dengan datangnya menstruasi yang pertama. Peran keluarga, khususnya ibu sangat penting dalam mengenalkan *menarche* pada remaja putri agar mereka siap menghadapi *menarche* karena dapat dijadikan sebagai tempat bertanya dan ibu juga sudah memiliki pengalaman mengenai menstruasi sehingga mampu mengajarkan kepada anaknya mengenai menstruasi dan lebih menyiapkan putrinya bila *menarche* dialami putrinya.

Pada kelompok intervensi didapatkan bahwa 23 (93.8%) dan 14 (100%) pada kelompok kontrol responden mendapatkan informasi mengenai *menarche* dari sekolah, namun masih memiliki sikap negatif. Hal ini bisa saja terjadi, karena masih banyak siswa remaja putri yang malu membicarakan tentang *menarche* karena hal itu tidak layak dibicarakan dan tidak perlu dibicarakan pada orang lain bila sedang menstruasi. Sehingga walaupun sekolah memberikan informasi, bila siswa masih malu dan tidak ingin membicarakan tentang *menarche*, maka mereka juga akan memiliki sikap negatif dengan tidak siap menghadapi *menarche*.

## 2) Sikap remaja putri dalam menghadapi *menarche* sesudah dilakukan pendidikan kesehatan tentang *menarche* menggunakan media *audiovisual* dan *leaflet* di SDN Sawunggaling 1 Surabaya pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol.

Berdasarkan data yang didapatkan, bahwa pada kelompok intervensi, rerata sikap remaja putri sesudah dilakukan pendidikan kesehatan tentang *menarche* menggunakan media *audiovisual* dan *leaflet* adalah 61.45, pada kelompok kontrol didapatkan rerata sikap remaja putri sesudah dilakukan pendidikan kesehatan tentang *menarche* menggunakan media *leaflet* adalah 50.74. Menurut Untari (2017) pendidikan kesehatan merupakan suatu proses perubahan pengetahuan yang merubah perilaku dari tidak sehat menjadi sehat oleh seorang edukator kepada orang lain secara individu ataupun kelompok.

Peneliti berpendapat bahwa ada kesesuaian antara fakta dan teori. Pendidikan kesehatan sebagai praktik

kesehatan yang dilakukan untuk merubah perilaku, salah satunya adalah sikap ke arah yang lebih baik atau positif. Pendidikan kesehatan pada penelitian ini sangat bermanfaat bagi responden, karena responden menjadi lebih memahami mengenai *menarche* dan dengan informasi yang benar akan memberikan stimulasi yang positif berupa sikap yang positif dengan lebih siap menghadapi *menarche*.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Ulfa & Agustina, 2014) bahwa pendidikan kesehatan sebagai suatu usaha atau kegiatan untuk membantu individu, kelompok atau masyarakat dalam meningkatkan kemampuan (perilaku) mereka dalam merubah sikap yang lebih baik. Pendidikan kesehatan dapat mempengaruhi pembentukan sikap seseorang dan sikap itu sendiri dipengaruhi oleh banyak faktor. Dengan diduplikasinya pendidikan kesehatan tentang menstruasi dengan sikap remaja putri terhadap *menarche* diharapkan dapat meningkatkan sikap remaja putri lebih positif dalam menghadapi masa menstruasi. Hal ini juga sejalan dengan penelitian (Mehrabi, Etemadi, Borjali2, & Sadipoor, 2016) bahwa pendidikan kesehatan dapat meningkatkan level sikap ke arah yang lebih baik.

## 3) Efektifitas pendidikan kesehatan tentang *menarche* menggunakan media *audiovisual* dan *leaflet* terhadap sikap remaja putri dalam menghadapi *menarche* di SDN Sawunggaling 1 Surabaya pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol.

Berdasarkan hasil uji analisa data menggunakan uji *Wilcoxon* didapatkan nilai  $p=0.000$  ( $p<0.05$ ) pada kelompok intervensi sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan tentang *menarche* menggunakan media *audiovisual* dan *leaflet* terhadap sikap remaja putri dalam menghadapi *menarche*. Hal ini berarti bahwa terdapat peningkatan yang signifikan dari sikap remaja putri sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan yang menunjukkan efektifitas pendidikan kesehatan tentang *menarche* dengan media *audiovisual* dan *leaflet*. Sedangkan pada kelompok kontrol didapatkan data bahwa 0.754 ( $p>0.005$ ), hal ini berarti tidak ada perbedaan yang signifikan dari sikap remaja sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan tentang *menarche* dengan media *leaflet*.

Berdasarkan hasil uji menggunakan *Mann Whitney*, didapatkan rerata kenaikan sikap pada kelompok

intervensi setelah diberikan pendidikan kesehatan tentang *menarche* sebesar 6.50 sedangkan pada kelompok kontrol rerata kenaikan sikap setelah diberikan intervensi adalah 1.50. hal ini berarti rerata kenaikan sikap pada kelompok intervensi lebih tinggi dibandingkan dengan kelompok kontrol setelah diberikan pendidikan kesehatan. Hasil uji analisis data *Mann Whitney* ini didapatkan pvalue peningkatan sikap sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan menggunakan media *audiovisual* dan *leaflet* pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol sebesar 0.001 ( $P < 0.05$ ). Ini berarti terdapat efektifitas pendidikan kesehatan tentang *menarche* menggunakan media *audiovisual* dan *leaflet* terhadap sikap remaja putri di SDN Sawunggaling.

Menurut (Arsyad, 2017), media audiovisual dan visual mampu menyajikan informasi, memaparkan proses, menjelaskan konsep dan membantu menstimulasi indra mata (penglihatan) pada waktu proses penerimaan pesan. Melalui media audiovisual dan *leaflet* ini diharapkan responden mengingat 60% informasi yang diberikan yaitu 10% membaca, 20% mendengar, dan 30% melihat.

Peneliti berpendapat bahwa terdapat kesamaan antara fakta dan teori, yaitu pada kelompok intervensi, pemberian pendidikan kesehatan yang diberikan menggunakan media audiovisual berupa video ditambah dengan *leaflet*. Media audiovisual yang diberikan menggunakan video yang tampilannya dibuat menarik dan menggunakan kalimat yang mudah dimengerti dapat memudahkan remaja putri dalam menerima informasi yang diberikan dan lebih dipahami, memudahkan dalam mengingat informasi yang disediakan. Selain itu, remaja putri dalam kelompok intervensi juga diberikan media *leaflet*, yang bisa dibawa pulang dan dapat dipelajari di rumah. Hal ini juga didukung oleh penelitian (Herwati & Muchtar, 2017), pendidikan kesehatan dibuat menggunakan video yang didesain dengan cara memodifikasi dari berbagai buku sumber dan materi dibuat dengan berbagai gambar dan warna yang menarik bagi remaja siswi. Pendidikan kesehatan dengan video membuat siswi antusias, serius dan semangat memperhatikan, siswi merasa lebih ingin tahu.

Pada kelompok kontrol, tidak didapatkan peningkatan sikap yang signifikan sebelum dan sesudah intervensi pendidikan kesehatan menggunakan media *leaflet*. Hal ini bisa disebabkan bahwa pemberian media pembelajaran dengan *leaflet* hanya menerima 10% (melihat) pesan yang diberikan.

Hal ini sejalan dengan penelitian Love & Tanjasiri, 2015 media pembelajaran menggunakan video dan *brochure* efektif dalam meningkatkan sikap seseorang, dibandingkan dengan hanya mendapatkan pendidikan kesehatan dengan *brochure* saja.

## KESIMPULAN

- 1) Sikap remaja putri sebelum diberikan pendidikan kesehatan menggunakan media audiovisual dan *leaflet* di SDN Sawunggaling 1 pada kelompok intervensi adalah 49.00, sedangkan pada kelompok kontrol didapatkan 50.48
- 2) Sikap remaja putri setelah diberikan pendidikan kesehatan menggunakan media audiovisual dan *leaflet* di SDN Sawunggaling 1 pada kelompok intervensi adalah 61.45, sedangkan pada kelompok kontrol didapatkan 50.74
- 3) Ada efektifitas pendidikan kesehatan sebelum dan sesudah tentang *menarche* menggunakan media audiovisual dan *leaflet* terhadap sikap remaja putri menghadapi *menarche* di SDN Sawunggaling 1 Surabaya pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol

## SARAN

Meningkatkan kerjasama dengan Puskesmas setempat dalam memberikan berupa pendidikan kesehatan kepada remaja putri dan orangtua (ibu) tentang menstruasi pertama sehingga siswi remaja putri lebih siap menghadapi *menarche* serta memotivasi ibu untuk mendampingi remaja putrinya dalam menghadapi menstruasi pertama.

## DAFTAR PUSTAKA

- Al-Mighwar, M. (2011). *Psikologi Remaja*. Bandung: Pustaka Setia
- Arsyad, A. (2017). *Media Pembelajaran*. Jakarta: Rajawali Pers
- Asni, & Dwihestie, L. K. (2016). Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Reproduksi Terhadap Kesiapan Menghadapi Menarche Pada Siswi Kelas VII SMP N 2 Bantul. Retrieved from <http://digilib.unisayogya.ac.id/1973/1/naskah publikasi.pdf>
- Azwar, S. (2013). *Sikap Manusia Teori dan Pengukurannya*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Badan Pusat Statistik (BPS), B. K., dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN), Kementerian Kesehatan (Kemenkes), & ICF, I. (2018). Survei Demografi dan Kesehatan : Kesehatan Reproduksi Remaja 2017. Jakarta: BPS, BKKBN, Kemenkes

- and ICF International
- Budiman. (2011). *Penelitian Kesehatan*. Bandung: Refika Aditama
- Fitriani, S. (2011). *Promosi Kesehatan*. Yogyakarta: Graha Ilmu
- Haryono, R. (2016). *Siap Menghadapi Menstruasi dan Menopause*. Yogyakarta: Gosyen Publishing
- Herwati, & Muchtar, M. (2017). Model Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan dan Sikap dalam Kesiapan Menghadapi Menarche di Sekolah Dasar, *11 (75)*. Retrieved from file:///C:/Users/igna/Downloads/453-841-1-SM.pdf
- Hidayat, A. (2014). *Metode Penelitian Keperawatan dan Teknik Analisa Data*. Jakarta: Salemba Medika
- Hidayat, A. (2017). *Metodologi Penelitian Keperawatan dan Kesehatan*. Jakarta: Salemba Medika
- Kuswati, & Handayani, R. (2016). Gambaran Kesiapan Remaja dalam Menghadapi Menarche di SDIT Aisyiyah Full Day Pandes Wedi Klaten. *Jurnal Kebidanan, VIII(01)*, 37–47
- Lestari, T. (2015). *Kumpulan Teori untuk Kajian Pustaka Penelitian Kesehatan*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Love, G. D., & Tanjasiri, S. P. (2015). Using Entertainment-Education to Promote Cervical Cancer Screening in Thai Women. *J Cancer Educ, 27(3)*: 585–590. <https://doi.org/10.1007/s13187-012-0369-5>
- Mansur, H., & Budiarti, T. (2014). *Psikologi Ibu dan Anak*. Jakarta: Salemba Medika
- Marliani, R. (2016). *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung: Pustaka Setia
- Mehrabi, S., Etemadi, A., Borjali2, A., & Sadipoor, E. (2016). The Effect of Puberty Education on Knowledge, Attitudes, and Function of Female Students. *Patient Safety & Quality Improvement Journal, 4(3)*:405-4. Retrieved from [http://psj.mums.ac.ir/article\\_7171\\_d78c5692b4c481d8a12f09c4290940ad.pdf](http://psj.mums.ac.ir/article_7171_d78c5692b4c481d8a12f09c4290940ad.pdf)
- Mubarak, W. I. (2012). *Promosi Kesehatan untuk Kebidanan*. Jakarta: Salemba Medika
- Notoatmodjo. (2012a). *Metodologi Penelitian Kesehatan (Ed Revisi)*. Jakarta: Rineka Cipta
- Notoatmodjo. (2012b). *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Notoatmodjo. (2014). *Ilmu Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Noviana, N. (2016). *Konsep Hiv/Aids, Seksualitas dan Kesehatan Reproduksi*. Jakarta: Trans Info Media
- Nursalam. (2017). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis*. Jakarta: Salemba Medika
- Nursalam, & Efendy, F. (2012). *Pendidikan dalam Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika
- Proverawati, A., & Misaroh, S. (2009). *Menarche Menstruasi Pertama Penuh Makna*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Setiadi. (2013). *Konsep dan Praktik Penulisan Riset Keperawatan (Ed.2)*. Yogyakarta: Graha Ilmu
- Setyowati, Rizkia, M., & Ungsianik, T. (2019). Improving Female Adolescents' Knowledge, Emotional Response, and Attitude toward Menarche following Implementation of Menarcheal Preparation Reproductive Health Education. *Asian/Pacific Island Nursing Journal, 4(2)*: 84-9. <https://doi.org/10.31372/20190402.1041>
- Soesanto, W. (2010). *Biostatistik Penelitian Kesehatan*. Surabaya: Percetakan Dua Tujuh.
- Sugiyono. (2012). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Suirako, I. P., & Supariasa, I. D. N. (2012). *Media Pendidikan Kesehatan*. Yogyakarta: Graha Ilmu
- Ulfa, M., & Agustina, I. (2014a). Pengaruh Penyuluhan tentang Menarche terhadap Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri Pra Menstruasi. *Jurnal Ners Dan Kebidanan (Journal of Ners and Midwifery), 1, Nomor 3*. <https://doi.org/10.26699/jnk.v1i3.ART.p196-199>
- Ulfa, M., & Agustina, I. (2014b). Pengaruh Penyuluhan Tentang Menarche terhadap Pengetahuan dan Sikap Remaja Putris Pra Menstruasi. *Jurnal Ners Dan Kebidanan (Journal of Ners and Midwifery), 1(3)*, 196–199. <https://doi.org/10.26699/jnk.v1i3.ART.p196-199>
- Untari, I. (2017). *7 Pilar Utama Ilmu Kesehatan Masyarakat*. Yogyakarta: Thema Publishing
- Wawan, A., & Dewi. (2010). *Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Manusia*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Widyastuti, Y., Anita, R., & Yulianti, E. P. (2011). *Kesehatan Reproduksi*. Yogyakarta: Fitramaya.