

HUBUNGAN DUKUNGAN KELUARGA DENGAN TINGKAT KECEMASAN REMAJA PUTRI DALAM MENGHADAPI *MENARCHE*

Desti Ramatika Abadi¹, Ari Pristiana Dewi², Sofiana Nurchayati³

Program Studi Ilmu Keperawatan
Universitas Riau
Email: abadidestiramatika@gmail.com

Abstract

Puberty in girls adolescent is characterized by hormonal changes that the arrival of menarche can caused anxiety. The aim of this research was to determine the relationship of family support with the level of anxiety in adolescent to confronting menarche in elementary school/equivalent at Kelurahan Tuah Karya was descriptive correlation design and cross sectional approachment. The sample are 275 respondent was cluster random sampling. The instrument used questionnaire the validity and reliability had been tested. The analyses used are univariate to determine the frequency distribution and bivariate using chi-Square test. The result showed 149 respondents received positive family support was 56 from them experienced mild anxiety (37,6%), 63 respondents had moderate anxiety (42,3%), and 30 respondents experienced severe anxiety (20,1%). A total of 126 respondents received negative family support was 67 of them experienced mild anxiety (53,2%), 48 respondents had moderate anxiety (38,1%), and 11 respondents experienced severe anxiety (8,7%). The statistic result obtained is $(0,007) < (= 0,05)$, therefore there is significantly relationship of the family support with level anxiety in adolescent girl in confront menarche during elementary school/aquevalent at Kelurahan Tuah Karya Kecamatan Tampan. This research recommend to the nurse for give promotion of health about menarche that can caused anxiety to adolescent comfort puberty.

Keyword : Adolescent girl, anxiety level, family support

PENDAHULUAN

Remaja merupakan tahapan seseorang dimana ia berada di antara fase anak-anak ke dewasa yang ditandai dengan perubahan fisik, perilaku, kognitif, biologis dan emosi (Effendi dan Makhfudli, 2009). *United Nations Internasional Children's Fund* (UNICEF) pada tahun 2011 menyatakan bahwa usia remaja memiliki rentang usia antara 10 sampai 19 tahun. Sedangkan Departemen Kesehatan Republik Indonesia (Depkes RI) pada tahun 2014, menyimpulkan bahwa usia remaja berkisar antara 10 sampai dengan 19 tahun dan belum menikah.

Di Indonesia terdapat 26,67% (63,4 juta jiwa) remaja dan sebanyak 49,30% berjenis kelamin perempuan (BKKBN, 2011). Data dari Badan Pusat Statistik (BPS) Pemerintah Provinsi Riau pada tahun 2013 menunjukkan bahwa jumlah remaja di Provinsi Riau berjumlah 168.000 jiwa, sedangkan untuk Kota Pekanbaru jumlah remaja paling banyak berada di Kelurahan Tuah Karya Kecamatan Tampan, yaitu berjumlah 24.930 jiwa.

Seiringnya perkembangan biologis, remaja putri akan menjalani suatu fase dimana remaja

akan mencapai tahapan kematangan organ-organ seksual yang memiliki kemampuan untuk bereproduksi yang disebut dengan pubertas. Pubertas pada remaja putri dapat ditandai dengan perubahan hormonal yang menyebabkan datangnya menstruasi pertama kali atau yang disebut dengan *menarche* (Solihah, 2013). *Menarche* merupakan menstruasi pertama yang terjadi akibat proses sistem *hormonal* yang kompleks, setelah panca indra menerima rangsangan yang diteruskan ke pusat dan diolah oleh *hipotalamus*, dilanjutkan dengan *hipofise*, memulai sistem portal dikeluarkan *hormon gonadotropin* perangsang folikel dan *leutenizing hormon* (LH) untuk merangsang indung telur.

Usia *menarche* yang semakin dini telah dilaporkan oleh beberapa peneliti, diantaranya Karapanou dan Papadimitriou (2010), mengatakan remaja di Amerika Serikat menjadi dewasa setahun lebih cepat dari remaja Eropa, rata-rata usia *menarche* menurun dari 14,2 tahun menjadi 12,45 tahun. Sedangkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) pada tahun 2010 menyebutkan rata-rata usia *menarche* di Indonesia pada perempuan yang berumur 10 sampai 59 tahun adalah berusia 13 tahun yang berjumlah 20% dan

di Provinsi Riau sendiri usia *menarce* remaja putri berada pada rentang usia 13-14 tahun yaitu sebanyak 41,2%. Mardiah (2012) dalam penelitiannya didapatkan bahwa rata-rata usia *menarce* di Kota Pekanbaru terjadi antara usia 12–15 tahun.

Menarce dapat menimbulkan perubahan psikologis bagi remaja putri, diantaranya yaitu perubahan aspek psikologis yang terjadi pada remaja putri, dapat berupa emosional yaitu perasaan cemas (Natsuaki, Leve & Mendle 2010). Contoh dari perubahan psikologis pada rasa cemas yang dirasakan remaja seperti rasa terkejut bahkan trauma, rasa takut, bersikap irasional serta mudah tersinggung (Yolanda, Taufik dan Nurfarhanah, 2013). Hal ini sesuai dengan yang diungkapkan Kartono (2006) bahwa gejala yang sering terjadi dan sangat mencolok pada peristiwa *menarce* adalah ketakutan dan kecemasan.

Nainggolan dan Tambunan (2013), menyatakan bahwa kecemasan merupakan respon dari individu terhadap suatu keadaan yang tidak menyenangkan dan dialami oleh semua makhluk hidup dalam kehidupan sehari-hari dan digolongkan ke dalam pengalaman yang tidak menyenangkan yang biasanya di tandai dengan beberapa gejala seperti jantung yang berdebar-debar, sesak nafas, perasaan khawatir, rasa takut yang tidak normal, rasa ragu pada diri sendiri, dan merasa adanya ancaman. Peran dari anggota keluarga yang diberikan kepada remaja akan mempengaruhi kecemasan remaja tersebut. Hal ini dikarenakan anggota keluarga merupakan orang yang paling dekat bagi remaja sehingga komunikasi pada hal-hal yang sensitif akan lebih terbuka. Keluarga berperan aktif dalam mengetahui kondisi remaja putri, baik fisik maupun psikologisnya karena keluarga bersifat saling ketergantungan satu anggota keluarga dengan anggota keluarga lainnya. Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang didapatkan bahwa 5 dari 9 siswi merasakan takut, gelisah, bingung, dan gugup dengan datangnya *menarce* mengatakan keluarga kurang memberikan

informasi dan perhatian kepada siswi untuk menghadapi *menarce*. Dari beberapa faktor tersebut di atas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian apakah ada “hubungan dukungan keluarga dengan tingkat kecemasan remaja putri dalam menghadapi *menarce*”.

METODOLOGI PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan adalah penelitian deskriptif korelasi dengan pendekatan *cross sectional*. Sampel penelitian ini adalah 875 siswi duduk di kelas IV dan V SD/Sederajat yang belum mengalami *menarce* dengan cara *cluster random sampling* dalam lingkup Kelurahan Tuah Karya, Kecamatan Tampan.

Analisa data pada penelitian ini adalah univariat dan bivariat. Analisa univariat dilakukan untuk melihat karakteristik responden yang meliputi usia, kelas, gambaran dukungan keluarga dan tingkat kecemasan remaja. Analisa bivariat menggunakan *chi-square* digunakan untuk mengetahui hubungan antara dukungan keluarga dengan remaja putri dalam menghadapi *menarce*.

HASIL PENELITIAN

Berdasarkan penelitian didapatkan hasil sebagai berikut:

1. Analisa univariat

Tabel 1
Karakteristik remaja

Karakteristik	Frekuensi (orang)	Persentase (%)
1. Usia		
- 11 tahun	218	79.3
- 12 tahun	57	27.3
Total	275	100
2. Kelas		
- Kelas V	206	74.9
- Kelas IV	69	25.1
Total	275	100

Dari tabel 1 diketahui bahwa usia responden terbanyak adalah 11 tahun dengan persentase 79,3%. Pada karakteristik tingkat kelas mayoritas duduk di kelas V sebanyak 74,9%.

Tabel 2

Gambaran dukungan keluarga yang dirasakan oleh remaja

No	Dukungan Keluarga	Frekuensi (orang)	Persentase (%)
1.	Positif	149	54.2
2.	Negatif	126	45.8
	Total	275	100

Tabel 2 menunjukkan rata-rata dukungan keluarga yang dirasakan responden mayoritas dukungan keluarga positif (54,2%).

Tabel 3

Gambaran tingkat kecemasan yang dirasakan oleh remaja

No	Tingkat kecemasan	Frekuensi (orang)	Persentase (%)
1.	Ringan	123	44.7
2.	Sedang	111	40.4
3.	Berat	41	14.9
	Total	275	100

Tabel 3 menunjukkan rata-rata tingkat kecemasan yang dialami remaja adalah kecemasan ringan sebanyak (44,7%).

2. Analisa bivariat

Tabel 4

Hubungan dukungan keluarga dengan tingkat kecemasan remaja putri dalam menghadapi menarche

Variabel Dukungan Keluarga	Motivasi remaja			Total	P value
	Ringan	Sedang	Berat		
Positif	856 (37,6%)	63 (42,3%)	30 (20,1%)	149 (100%)	0,007
Negatif	67 (52,3%)	48 (38,1%)	11 (8,7%)	126 (100%)	
Total	123 (44,7%)	111 (40,4%)	41 (14,9)	275 (100%)	

Tabel 4 menunjukkan bahwa ada hubungan antara dukungan keluarga dengan tingkat kecemasan remaja putri dalam menghadapi *menarche* dengan *value*= 0,007 < ($\alpha=0,05$).

PEMBAHASAN

1. Karakteristik responden

Hasil penelitian yang dilakukan pada 275 responden diperoleh hasil sebagian besar responden berusia 11 tahun sebanyak 218 orang (79,3%). Hal ini dikarenakan dalam penelitian ini lebih menekankan kriteria inklusi yang di ambil adalah remaja putri yang berusia 11-12 tahun. Menurut Wong (2009), periode usia 11-12 tahun biasanya pertama kali digambarkan dengan menampakkan karakteristik seks sekunder. Menurut Tarwoto (2010), masa pubertas ini khususnya pada remaja terjadi peristiwa penting berupa kematangan dari fungsi organ reproduksi yang ditandai dengan menstruasi pertama atau yang disebut dengan *menarche*.

2. Tingkat Kelas

Hasil penelitian didapatkan sebagian besar responden adalah siswi kelas V sebanyak 206 orang responden (74,9%). Hal ini dikarenakan peneliti lebih memilih responden yang berada pada tingkat kelas V dan IV sebagai perwakilan responden dari tiap-tiap SD yang diteliti. Hal ini mendekati dengan penelitian Mayasari, Hasanah, dan Hasneli (2014), yang telah mengidentifikasi bahwa di Kota Pekanbaru siswi memasuki masa pubertas mayoritas duduk ditingkat kelas VI yang ditandai dengan *menarche* pada usia 11, 86 tahun.

3. Dukungan Keluarga

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan terhadap 275 responden diperoleh bahwa responden dengan dukungan keluarga positif lebih banyak di bandingkan dengan responden dengan dukungan keluarga yang negatif. Responden dengan dukungan keluarga positif sebanyak 149 responden (54,2%). Menurut analisa peneliti, keluarga memberikan dukungan yang positif terhadap responden dikarenakan keluarga telah menjalankan fungsinya dengan baik kepada setiap anggota keluarganya. Adapun fungsi yang dijalankan oleh keluarga adalah fungsi

afektif yang merupakan sumber kekuatan dasar serta pemenuhan kebutuhan psikologis dari keluarga untuk anggota keluarga lainnya, fungsi sosialisasi, fungsi reproduksi, fungsi ekonomi serta perawatan dari keluarga (Friedman, 2010).

4. Tingkat Kecemasan menghadapi *menarche*

Hasil penelitian ini didapatkan hasil kecemasan ringan (44,7%). Perasaan bingung, gelisah, cemas, dan tidak nyaman selalu menyelimuti perasaan seseorang yang mengalami *menarche* (Proverawati & Misaroh, 2009). Cemas adalah suatu perasaan yang tidak pasti dan tidak berdaya yang timbul karena adanya rasa khawatir yang tidak jelas dan tidak mempunyai objek spesifik yang dialami secara objektif serta dikomunikasikan secara interpersonal (Stuart & Sudden, 2007).

Dalam penelitian ini terdapat 41 responden (8,7%) yang mengalami cemas berat dalam menghadapi *menarche*. Hal ini sesuai dengan penelitian Dewati (2015) yang melihat ada beberapa tema terkait dengan pengalaman remaja putri menghadapi *menarche*. Salah satu nya adalah dominasi perasaan remaja putri saat *menarche* dan kesiapan remaja putri dalam menghadapi *menarche*. Dalam tema dominasi perasaan remaja putri dalam menghadapi *menarche* dijelaskan bahwa remaja putri yang menghadapi *menarche* merasa bingung, kaget, takut, merasa *bad mood* dan merasa panik. Adapun gejala dan tanda-tanda cemas berat tidak berbeda jauh dengan tanda dan gejala panik.

Angka kecemasan ini dapat diakibatkan karena belum ada kesiapan dari remaja putri tersebut dalam menghadapi *menarche*. Penelitian Dewati (2015) dalam tema kesiapan menghadapi *menarche*, semua remaja putri dalam penelitiannya mengatakan belum siap untuk menghadapi *menarche* tersebut. Hal ini berbanding terbalik dengan penelitian Muriyana (2008) yang

menyampaikan dalam penelitiannya bahwa dalam salah satu tema yaitu kesiapan menghadapi *menarche*, remaja putri telah bersedia mengalami *menarche* pada usia 10-12 tahun serta merasa siap dengan adanya perubahan fisik setelah *menarche* dengan alasan remaja menganggap *menarche* merupakan suatu tanda dimana remaja sudah tumbuh dewasa.

5. Hubungan dukungan keluarga dengan tingkat kecemasan remaja putri dalam menghadapi *menarche*

Hasil uji statistik menggunakan *Chi Square* menunjukkan bahwa $-value = 0,007 < (\alpha = 0,05)$ yang artinya ada hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dengan tingkat kecemasan remaja putri dalam menghadapi *menarche*. Hal ini sejalan dengan penelitian Ulfah dan Suryani (2011) di SMP Muhammadiyah 5 Yogyakarta dengan hasil $-value 0,011 < (\alpha = 0,05)$ dengan arti ada hubungan antara dukungan keluarga dengan tingkat kecemasan remaja putri dalam menghadapi *menarche*.

Pubertas pada remaja putri dapat ditandai dengan perubahan hormonal yang menyebabkan datangnya menstruasi pertama kali atau yang disebut dengan *menarche* (Solihah, 2013). Natsuaki, Leve dan Mendle (2010), menyatakan bahwa *menarche* dapat menimbulkan perubahan psikologis berupa emosional yaitu perasaan cemas. Semakin dini *menarche* terjadi, semakin belum siap seorang remaja menerima peristiwa tersebut, apabila informasi yang diberikan tentang menstruasi tersebut salah, maka akan menjadikan dampak yang negatif (Ulfah & Suryani, 2011). Menurut Ramaiah (2003 dalam Arindra & Zulkaida 2012), ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi kecemasan, seperti lingkungan, emosi yang ditekan, ini biasanya terjadi jika seseorang tidak mampu menemukan jalan keluar dari masalah, dan sebab-sebab fisik seperti

perubahan yang terjadi pada bagian tubuh serta keturunan. Berdasarkan hasil penelitian ini, peneliti berasumsi bahwa keluarga memiliki peranan yang kuat untuk anggota keluarga lainnya dalam memberikan pengetahuan kepada remaja putri mengenai *menarche*. Sesuai dengan yang diungkapkan Mardilah (2014) dalam penelitiannya bahwa peran orang tua merupakan hal yang penting dalam pemberian perhatian dan informasi mengenai kesehatan reproduksi terkhusus tentang *menarche* yang akan lebih menambah informasi serta pengetahuan agar remaja putri lebih mengerti dan dapat menerima serta mengatasi permasalahan yang dialami saat *menarche*. Hal ini juga didukung dengan penelitian Utami (2008), bahwa ibu sebagai anggota keluarga terdekat memiliki peran dalam pemberian informasi serta pengetahuan bagi remaja putri dalam menghadapi *menarche*, dengan memberikan dukungan emosional kepada remaja putri dalam menghadapi *menarche* dapat membuat remaja menjadi lebih diperhatikan dan dapat mengurangi kecemasan sehingga siap untuk menghadapi *menarche*.

PENUTUP

Kesimpulan

Setelah dilakukan penelitian tentang hubungan dukungan keluarga dengan tingkat kecemasan remaja putri dalam menghadapi *menarche* pada 275 responden di SD/Sederajat dalam lingkup Kelurahan Tuah Karya diketahui bahwa mayoritas responden berusia 11 tahun, yaitu sebanyak 218 orang responden (79,3%), dengan tingkat pendidikan terbanyak berada pada kelas V sebanyak 206 orang responden (74,9%). Dukungan keluarga yang dirasakan oleh responden sebagian besar adalah dukungan positif yaitu sebanyak 149 orang responden (54,2%), dan tingkat kecemasan yang dirasakan responden dalam menghadapi *menarche* mayoritas mengalami cemas ringan yaitu sebanyak 123 orang responden (44,7%).

Berdasarkan hasil uji statistik *Chi Square* dari penelitian ini nilai $-value = 0,007 < (= 0,05)$, didapatkan ada hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dengan tingkat kecemasan remaja putri dalam menghadapi *menarche*.

Saran

Bagi perkembangan ilmu keperawatan diharapkan agar dapat terus mengembangkan ilmu keperawatan, khususnya keperawatan anak, jiwa dan komunitas dalam pemberian promosi kesehatan tentang menstruasi yang dapat menyebabkan timbulnya rasa cemas pada remaja yang mengalami pubertas. Bagi pihak sekolah disarankan diharapkan untuk dapat bekerja sama dengan pihak puskesmas, dalam pemberian informasi serta konseling kepada siswi terkait masalah *menarche* serta rasa cemas yang dialami remaja dalam menghadapi masa pubertas. bagi remaja diharapkan mampu mempersiapkan diri untuk menghadapi *menarche* dengan cara menggali informasi dari lingkungan seperti keluarga, guru dan teman, serta media untuk pemecahan masalah yang dialami. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat meneliti tentang karakteristik dukungan keluarga sehingga lebih dapat melihat dimensi dukungan keluarga apa saja yang dapat mengurangi kecemasan.

¹**Desti Ramatika Abadi:** Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Riau, Indonesia.

²**Ari Pristiana Dewi, M.Kep:** Dosen Bidang Keilmuan Keperawatan Komunitas Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Riau, Indonesia.

³**Sofiana Nurchayati, M.Kep:** Dosen Bidang Keilmuan Keperawatan Medikal Bedah Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Riau, Indonesia.

DAFTAR PUSTAKA

BKKBN. (2011). *Kajian profil penduduk remaja (10-14)-BKKBN*. Diperoleh 02 Desember 2014, dari

[http://www.bkkbn.go.id/Kajian%20Profil%20Penduduk%](http://www.bkkbn.go.id/Kajian%20Profil%20Penduduk%20)

- BPS. (2013). *Pekanbaru dalam angka: jumlah penduduk kota Pekanbaru dirinci menurut kelompok umur dan jenis kelamin*. Pekanbaru: BPS Provinsi Riau
- Depkes RI. (2014). *Profil kesehatan Indonesia 2013*. Diperoleh tanggal 01 Januari 2015, dari <http://www.depkes.go.id/resources/download/pusdatin/profil-kesehatan-indonesia/profil-kesehatan-indonesia-2013.pdf>
- Dewati, A. I. (2015). *Studi fenomenologi pengalaman menarche pada remaja perempuan di RW Kelurahan Cakung Barat, Jakarta Timur*. Diperoleh tanggal 8 juli 2015 dari <http://respiratory.uinjkt.ac.id>
- Effendi, F., & Makhfudli. (2009). *Keperawatan komunitas: teori dan praktik*. Jakarta: Erlangga.
- Friedman, M. M. (2010). *Buku ajar keperawatan keluarga: riset, teori dan praktik*. Jakarta: EGC.
- Karapanou, O., & Papadimitriou, A. (2010). *Determinants of menarche*. Diperoleh tanggal 03 Desember 2014, dari <http://www.rbej.com/content/pdf/1477-7827-8-115.pdf>
- Kartono, K. (2006). *Psikologi wanita*. Bandung: Mandar Maju
- Mardiah. (2012). *Hubungan status gizi dengan usia menarche*. STIKES Hang Tuah Pekanbaru. Skripsi tidak dipublikasikan.
- Mardilah. (2014). *Faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan remaja putri dalam menghadapi menarche di SMP N 5 Darul Makmur kecamatan darul makmur kabupaten naganraya*. diperoleh pada tanggal 11 Juli 2015 dari <http://simptakp.uui.ac.id/>
- Mayasari, S., Hasanah, O., & Hasneli, Y. (2014). *Hubungan indeks masa tubuh dengan usia menarche di SDN se-Kota Pekanbaru*. Diperoleh pada tanggal 2 Juni 2015 dari <http://jom.unri.ac.id/index.php/JOMPSIK/article/view/3403>
- Muriyana, D, S. (2008). *Studi kualitatif tentang kesiapan remaja putri sekolah dasar dalam menghadapi menarche pada usia 10-12 tahun*, Diperoleh pada tanggal 11 Juli 2015 dari <http://digilib.unimus.ac.id/>
- Nainggolan, E., & Tambunan, D. (2013). *Tingkat kecemasan orang tua menghadapi perubahan perilaku remaja pada masa pubertas di kelurahan Balige 3*. Diperoleh tanggal 25 Desember 2014, dari <http://www.akperhkbp.ac.id/wp-content/uploads/2013/07/Jurnal-Keperawatan-Akper-HKBP-Balige-Vol-1-No-1.pdf>
- Natsuaki, M. N., Leve, L. D., & Mendle, J. (2010). *Going through the rites of passage: timing and transition of menarche, childhood sexual abuse and anxiety symptom in girls*. Diperoleh tanggal 09 Desember 2014, dari <http://media.proquest.com/media/pq/classic>
- Proverawati, A., & Misaroh, S. (2009). *Menarche : menstruasi pertama penuh makna*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Riskesdas. (2010). *Riset kesehatan dasar 2010*. Diperoleh tanggal 26 November 2014, dari http://www.litbang.depkes.go.id/sites/download/buku_laporan/lapnas_riskesdas2010/laporan_riskesdas_2010.pdf
- Solihah, I. A. (2013). *Hubungan pengetahuan tentang menstruasi dengan tingkat kecemasan saat menghadapi menarche pada siswi kelas 1 di SMPN 1 Baleendah Bandung*. Diperoleh tanggal 10 November 2014, dari [http://www.unigal.ac.id/ejurnal/download/%22HUBUNGAN PENGETAHUAN TE Ice Aan Solihah Universitas Galuh .pdf](http://www.unigal.ac.id/ejurnal/download/%22HUBUNGAN%20PENGETAHUAN%20TE%20Ice%20Aan%20Solihah%20Universitas%20Galuh.pdf)

- Stuart, G. W., & Sudden, S.J.(2007). *Buku saku keperawatan psikiatri*. Edisi 5. Jakarta: EGC
- Tarwoto. (2010). *Kesehatan remaja:problem dan solusinya*. Jakarta: Salemba Medika
- Ulfah, M., Suryani. (2011). *Hubungan dukungan keluarga dengan kecemasan remaja putri usia oubertas dalam menghadapi menarche di SMP Muhammadiyah 5 Yogyakarta*. Diperoleh tanggal 19 Juni, dari <http://sim.stikesaisyiyah.ac.id>
- UNICEF. (2011). *The state of the world's children 2011*. Diperoleh tanggal 12 Desember 2014, dari http://www.unicef.org/adolescence/files/SOWC_2011_Main_Report_EN_02092011.pdf
- Utami, S. (2008). *Hubungan dukungan sosial (ibu) dengan kecemasan menghadapi menarche pada remaja putri prapubertas*. Diperoleh pada tanggal 11 Juli 2015 dari <http://psychology.uii.ac.id/>
- Wong, Donna L. (2009). *Buku ajar keperawatan pediatric*. Jakarta: EGC
- Yolanda, Taufik, & Nurfarhanah. (2013). *Hubungan antara pengetahuan tentang menarche dengan kecemasan siswi*. Diperoleh tanggal 10 Oktober 2014, dari <http://download.portalgaruda.org/article.php?article=24867&val=1533>