www.lp3m.say.ac.id

HUBUNGAN PERAN IBU DENGAN PERILAKU PERAWATAN DIRI SAAT MENSTRUASI PADA SISWI KELAS VII DI SMP MUHAMMADIYAH 3 YOGYAKARTA

Dian Rahmawati, Anjarwati
Prodi DIII Kebidanan STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta
Email:anjarwati@yahoo.com

ABSTRAK

Penelitan ini bertujuan untuk mengetahui peran ibu dengan perilaku perawatan diri saat menstruasi pada siswi kelas VII di SMP Muhammadiyah 3 Yogyakarta tahun 2014. Penelitian ini menggunakan metode survey analitik dengan pendekatan waktu *cross sectional*. Responden dalam penelitian ini berjumlah 74 siswi. Teknik sampling menggunakan *accidental sampling*. Hasil penelitian menunjukan ada hubungan peran ibu dengan perilaku perawatan diri saat menstruasi pada siswi kelas VII SMP Muhammadiyah 3 Yogyakarta tahun 2014 yang ditunjukan dengan nilai *p* 0,010. Saran kepada siswa hendaknya bisa merubah perilaku yang kurang baik saat menstruasi meningkatkan frekuensi mengganti pembalut, penggunaan celana dalam yang berbahan katun, cara membersihkan alat kemaluan dilakukan dengan benar, dan berusaha mencari informasi kepada bidan khususnya tentang perawatan diri saat menstruasi.

Kata Kunci: Peran ibu, Perilaku, Menstruasi

14-10-2014
STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta

PENDAHULUAN

Remaja merupakan populasi yang sangat besar, hampir seperlima penduduk dunia adalah remaja. Masa remaja adalah masa peralihan dari masa anak – anak kemasa dewasa meliputi semua perkembangannya yang dialami sebagai persiapan memasuki masa dewasa sehingga pertumbuhan seks merupakan faktor yang penting (Widjanarko, 2006).

Ibu dan keluarga merupakan pihak pertama yang bertanggung jawab memberikan informasi tentang kesehatan reproduksi bagi remaja. Remaja yang kurang informasi tentang kesehatan reproduksi dikhawatirkan tidak bisa mempersiapkan mental mereka untuk menghadapi haid. Tidak dapat dipungkiri

www.lp3m.say.ac.id

lagi kebutuhan remaja akan informasi, pendidikan dan pelayanan kesehatan reproduksi masih belum dapat dipenuhi dengan baik, padahal masalah kesehatan reproduksi terjadi justru akibat remaja kekurangan informasi yang benar dan bertanggung jawab sehingga mereka mengakses informasi yang keliru (Dianawati, 2003).

Pola asah asih dan asuh dalam keluarga sangat berperan dalam menentukan kehidupan remaja kelak kemudian hari. Banyak faktor yang mempengaruhi pola tersebut; budaya, lingkungan, sosial ekonomi, pendidikan keluarga dan sebagainya. Selama ini masyarakat masih merasa tabu membicarakan tentang kesehatan reproduksi remaja, salah satu contoh adalah tentang informasi menstruasi dalam kehidupan di tiap keluarga, sehingga remaja tidak memiliki pengetahuan dan sikap yang cukup baik tentang perubahan fisik dan psikologis (Mansur, 2009). Secara umum pengetahuan kesehatan reproduksi remaja masih rendah, mereka memilih mencari informasi tentang kesehatan reproduksinya dengan saling bertanya dengan teman-teman sebayanya. Hal ini menjadi masalah yang serius karena sebagian besar remaja dengan pengetahuan kesehatan reproduksi yang rendah pastilah akan menyampaikan informasi yang relatif masih salah kepada sesama teman sebayanya tersebut.

Kejadian menstruasi memeng suatu kondisi yang alamiah, hal yang wajar dan biasa saja dialami remaja puteri. Namun demikian ketika remaja mengalami kondisi menstruasi yang tidak disiapkan dengan baik secara aspek bio, psiko, sosial, spirituan maupun kulturan tentu akan menjadi masalah bagi remaja tersebut untuk menjalaninya. Pengetahuan tentang menstruasi tentulah sangat dibutuhkan oleh remaja putri. Masalah fisik yang mungkin timbul dari kurangnya *personal hygiene* sehingga dapat beresiko untuk terjadinya infeksi pada saluran kemih (ISK) (Proverawati & Misaroh, 2009).

Keluarga merupakan lingkungan terdekat bagi remaja dalam kehidupannya. Minimnya informasi dan kurangnya peran orang tua dalam pendidikan kesehatan reproduksi sering menjadi salah satu persoalan yang membuat mereka salah dalam memberikan keputusan (Stephanie, 2004). Dalam penelitian yang dilakukan terdapat 41% dari anak perempuan mendapat informasi tentang menstruasi dari

STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta 14-10-2014

www.lp3m.say.ac.id

ibunya , 22,4% mendapat informasi dari saudara perempuan, 21% dari teman, 4,45 dari televisi, dan 3,3% dari anak perempuan mendapat informasi dari buku.

Peran seorang Ibu menjadi sangat penting dalam kesehatan remaja puteri, Di tangan kaum ibu kunci berhasil atau tidaknya keberhasilan keluarga karena ibu adalah pendidik pertama dan utama dalam keluarga. Peran seorang ibu memanglah cukup berat menuntut rasa tanggung jawab yang tidak ringan. Rasulullah SAW memberi penghargaan terhadap kaum ibu sebagaimana dalam Hadits Riwayat Imam Ahmad, bahwa Rasulullah bersabda:

"Surga itu berada di bawah telapak kaki ibu".

Dari berbagai penelitian 30 tahun terakhir menunjukan kecenderungan bahwa Infeksi Saluran Kemih (ISK), Human Papilloma Virus (HPV), disebabkan karena kurangnya pengetahuan seorang wanita dalam menjaga kebersihan terutama kebersihan kewanitaan pada saat menstruasi sehingga virus tersebut akan berkembang biak didalam organ kelamin wanita yang dalam kondisi lembab (Proverawati, 2009). Kebijakan pemerintah terdapat dalam Undang – Undang Republik Indonesia No.20 tahun 2003 tentang sistem pendidikan nasional pasal 7 ayat 2 bahwa orang tua berkewajiban memberikan pendidikan dasar kepada anaknya. Pendidkan dasar yang dimaksud dalam pasal tersebut mengandung pengertian yaitu pendidikan dalam segala aspek kehidupan, termasuk pendidikan seks.

STIKES 'Aisyiyah yogyakarta 14-10-2014

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode survey analitik dengan pendekatan waktu *cross sectional.* Responden dalam penelitian ini adalah siswi SMP Muhammadiyah 3 Yogyakarta yang berjumlah 74 orang yang dengan kriteria siswa yang telah mengalami menstruasi dan tinggal serumah bersama ibu.

Teknik penentuan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *accidental sampling*. Penelitian ini menggunakan alat ukur yang kuesioner tertutup yang berisi karakteristik dan item perilaku perawatan diri saat menstruasi.

www.lp3m.say.ac.id

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil

1. Karakteristik Responden
   a. Umur Responden

Tabel 1. Umur Responden

Umur	Frekuensi	Persentase
12 Tahun	12	16,2%
13 Tahun	52	70,2%
14 Tahun	10	13,5%
Jumlah	74	100%

Berdasarkan tabel 1. dapat diketahui bahwa karakteristik responden berdasarkan umur paling banyak adalah responden berumur 13 tahun yaitu sebanyak 52 siswi (70,2%) sedangkan paling sedikit adalah responden berumur 14 tahun sebanyak 10 siswi (13,5%).

2. Analisis Univariat

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Peran Ibu

No	Kategori	Frekuensi	%
	Baik	64	86,5%
	Cukup	8	10,8%
	Kurang	2	2,7%
	Jumlah	74	100%

Berdasarkan tabel 2 . dapat diketahui bahwa peran ibu paling banyak adalah baik yaitu sebanyak 64 siswi (86,5%) sedangkan paling sedikit adalah kurang yaitu sebanyak 2 siswi (2,7%).

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Perilaku Perawatan Diri Saat Menstruasi

No	Kategori	Frekuensi	%
	Baik	44	59,5%
	Cukup	28	37,8%
	Kurang	2	2,7%
	Jumlah	74	100%

Berdasarkan tabel 3. dapat diketahui bahwa perilaku perawatan diri saat menstruasi pada siswi kelas VII paling banyak adalah baik yaitu sebanyak 44 siswi (59,5%), sedangkan paling sedikit adalah dalam kategori kurang yaitu sebanyak 2 responden (2,7%).

STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta 14-10-2014

www.lp3m.say.ac.id

3. Analisis Bivariat

Tabel 4. Hubungan Peran Ibu dengan Perilaku Perawatan Diri Saat Menstruasi

			Peran Ibu	Perilaku Perawatan
Kendall's tau	Peran ibu	Correlation Coeficient	1.000	295**
		Sig. (2-tailed)	.	.010
		N	74	74
	Perilaku perawatan	Correlation Coeficient	.295**	1.000
		Sig. (2-tailed)	.010	.
		N	74	74

Hasil analisis bivariat dengan uji analisis *Kendal Tau* diperoleh nilai p sebesar 0,010 maka secara statistik menunjukan ada hubungan antara peran ibu dengan perilaku perawatan diri saat menstruasi pada siswi kelas VII di SMP Muhammadiyah III Yogyakarta.

STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta 14-10-2014

B. Pembahasan

1. Peran Ibu

Pada penelitian ini peran ibu mencakup sebagai pedidik, pendorong, panutan, pengawas, teman, inspirasi, konselor, dan komunikator. Secara keseluruhan dapat dilihat peran ibu sudah cukup baik karena dari 74 siswi, sebanyak 64 siswi mempunyai ibu yang berperan baik. Sebagian besar ibu memiliki kepedulian untuk melakukan peran dalam mendukung tumbuh kembang puterinya melalui berbagai cara. Islam telah memposisikan perempuan di tempat mulia sesuai dengan kodratnya, seorang Ibu bisa berkarir di luar rumah maupun di dalam rumah. Semuanya diorientasikan pada pemecahan masalah sosial termasuk dalam perannya terhadap keluarga. Disebutkan dalam Al-Qur'an, Surat Al Baqarah Ayat 233 :

"Para ibu hendaklah menyusukan anak-anaknya selama dua tahun penuh, yaitu bagi yang ingin menyempurnakan penyusuan. Dan kewajiban ayah memberi makan dan pakaian kepada para ibu dengan cara ma'ruf. Seseorang tidak dibebani melainkan menurut kadar kesanggupannya. …"

www.lp3m.say.ac.id

Pada saat anak dalam penyusuan adalah kewajiban seorang Ibu untuk memberikan air susu kepada anaknya, tentunya tanggung jawab seorang ibu tidak berhenti pada penyempurnaan penyusuan selama dua tahun tersebut. Selanjutnya masih menjadi tugas dan tanggungjawab ibu untuk melanjutkan merawat putera puterinya termasuk masa remaja. Semua ibu pastilah diberi kekuatan untuk mendampingi anak remajanya seperti halnya mendampingi remaja saat mendapatkan masa remaja yang sering mempunyai masalah. Salah satu masalah remaja puteri adalah menghadapi masa menstruasinya.

Para siswi yang menyatakan peran ibunya baik diantaranya mereka menyatakan pernah berbagi pengalaman tentang perawatan diri saat menstruasi, ibunya pernah menanyakan tentang kapan datangnya haid dan turut menyiapkan keperluan dalam perawatan haid misalnya membelikan pembalut. Para siswa paling sering menanyakan kepada ibunya jika mengalami ketidaknyamanan saat menstruasi khusunya jika terjadi masalah tersebut di rumah, sehingga berbagai pengalaman ibu akan menjadi nasehat untuk mengatasi masalahnya. Para siswi dengan peran ibu yang baik merasakan bahwa kedekatan dengan ibu lebih utama menjadi pilihan sebagai teman untuk berbagi khususnya tentang menstruasi dibanding dengan ayah. Ibu memberikan contoh dalam memilih jenis pembalut, mengenakan, sering juga membuatkan jamu tradisional seperti kunyit asam untuk kesehatan saat menstruasi.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 74 responden paling banyak dengan kondisi ibu berperan baik yaitu sebanyak 64 siswi (86,5%), sedangkan sebanyak 8 siswi (10,8%) menunjukan peran ibu cukup, dan yang paling sedikit adalah sebanyak 2 siswi (2,7%) menunjukan peran kurang. Pada siswi yang menyatakan kurang mendapatkan peran dari ibu diantaranya tipe siswa yang memang cenderung pendiam sehingga dalam segala permasalahan cenderung jarang berbagi, termasuk berbagi pengalaman ataupun menceritakan permasalahan dengan ibunya.

STIKES 'Aisyiyah yogyakarta 14-10-2014

www.lp3m.say.ac.id

Hasil wawancara dengan guru BK dan para siswi menunjukkan juga bahwa beberapa ibu masih menganggap hal yang tabu dan kurang penting ataupun dimungkinkan ibu tidak peduli bahwa peran ibu sangat diperlukan untuk puterinya. Beberapa ibu dari siswi yang berperan kurang baik menyatakan ibu tidak pernah menanyakan kapan waktunya haid, ada masalah atau tidak sehingga puterinya juga enggan membicarakan hal tersebut, apalagi selama ini juga tidak terlalu bermasalah dengan haidnya.

Penelitian ini menunjukkan masih ada 13,5% siswi yang belum baik dalam melakukan perawatan diri saat menstruasi sehingga perlu perhatian baik dari guru, petugas kesehatan, dan juga orang tua. Atau hal tersebut bisa juga disebabkan karena ada beberapa faktor yang mempengaruhi seperti kebudayaan, misalnya orang tua merasa tabu membicarakan tentang menstruasi kepada putrinya serta kurangnya keterbukaan siswa terhadap ibu dalam mengatasi permasalahan.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian Stephani tahun 2004 tentang pentingnya pendidikan menstruasi bagi seorang anak, menyebutkan bahwa peran ibu baik bila didukung banyaknya informasi tentang pentingnya pendidikan menstruasi bagi anaknya, yaitu semakin banyak informasi yang diperolehnya semakin baik pula peran ibu dalam pendidikan menstruasi bagi anaknya. Begitu pula sebaliknya informasi yang didapat kurang maka peran ibu dalam memberikan pendidikan mestruasi juga akan lebih rendah dibanding dengan yang banyak mendapat informasi tentang pentingnya pendidikan menstruasi bagi seorang anak.

2. Perilaku Perawatan Diri Saat Menstruasi

Hasil penelitian menunjukan bahwa dari 74 siswi diketahui sebanyak 44 siswi (59,5%) berperilaku baik saat melakukan perawatan menstruasi dan sebanyak 28 siswi (37,8%) berperilaku sedang, sedangkan yang paling sedikit adalah berperilaku kurang yaitu sebanyak 2 siswi (2,7%). Terdapat masalah dalam hal ini yaitu masih ada 40,5% siswi yang belum baik dalam

STIKES 14-10-2014 Aisyiyah Yogyakarta

www.lp3m.say.ac.id

perilaku perawatan diri saat menstruasi, dan hal tersebut perlu perhatian dari ibu, guru disekolah, atau juga bisa dari petugas kesehatan yang bekerjasama dengan pihak sekolah.

Beberapa peran yang masih perlu diperbaiki yaitu frekuensi mengganti pembalut dalam sehari saat menstruasi paling tidak 2-3 kali jika sedang keluar darah yang banyak misal hari 1-4, penggunaan celana dalam sebaiknya memilih celana dengan bahan katun yang tidak terlalu ketat dengan jenis pembalut yang sesuai, beberapa orang alergi dengan jenis pembalut tertentu sehingga siswi seharusnya jeli dalam mengidentifikasi jenis pembalut yang digunakan, dan cara membersihkan alat kemaluan hendaknya dikerjakan secara benar yaitu dari arah depan kebelakang atau dari arah kemaluan ke arah anus.

Para siswi hendaknya juga berusaha mencari sumber-sumber informasi yang bertanggungjawab tentang menstruasi yang bisa menambah ilmu pengetahuan khususnya dengan bertanya kepada bidan, membaca buku kesehatan reproduksi remaja, mengakses website tentang kesehatan reproduksi misalnya dari website PIK Remaja (BKKBN). Hal ini diharapkan akan meningkatkan pengetahuan remaja, sehingga terhindar dari perilaku yang merugikan kesehatan reproduksinya

Perilaku seseorang atau masyarakat tentang kesehatan ditentukan oleh pengetahuan, sikap, kepercayaan, tradisi, dan sebagainya dari orang tua atau masyarakat yang bersangkutan. Disamping itu, ketersediaan fasilitas, sikap, dan perilaku para petugas kesehatan terhadap kesehatan juga akan mendukung dan memperkuat terbentuknya perilaku (Notoatmodjo, 2007).

3. Hubungan Peran Ibu dengan Perilaku Perawatan Diri Saat Menstruasi pada Siswi Kelas VII di SMP Muhammadiyah 3 Yogyakarta Tahun 2014.

Hasil analisis bivariat peran ibu dengan perilaku perawatan diri saat menstruasi pada siswi kelas VII di SMP Muhammadiyah 3 Yogyakarta menunjukan ada hubungan yang bermakna antara peran ibu dengan perilaku perawatan diri saat menstruasi pada siswi kelas VII

STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta 14-10-2014

www.lp3m.say.ac.id

dengan nilai p = 0,010 yang berarti ada hubungan antara peran ibu dengan perilaku perawatan diri saat menstruasi. Terlihat siswi yang peran ibu baik maka akan berperilaku baik juga saat menstruasi dan jika peran ibu sedang maka akan berperilaku sedang saat menstruasi. Penelitian ini mendapatkan hasil ada 2 siswi yang mempunyai peran ibu kurang dan perilaku perawatan diri saat menstruasi dikategorikan kurang. Siswa yang berperilaku baik dalam perawatan diri saat menstruasi dikarenakan peran ibunya yang juga baik dalam berbagai aktivitas peran baik peran sebagai pedidik, pendorong, panutan, pengawas, teman, inspirasi, konselor, dan komunikator. Kedekatan dan kepedulian seorag ibu memberi rasa aman dan nyaman kepada anak sehingga akan terjalin komunikasi yang kondusif termasuk juga dalam menjalani peran dalam masa remajanya.

Umumnya informasi tentang kesehatan remaja puteri lebih dikomunikasikan dengan ibu dibanding dengan ayah karena ibunya memiliki pengalaman yang langsung dalam kurun waktu yang lama, sehingga wajar jika hubungan emosional yang baik memberikan kepercayaan anak terhadap ibunya. Ibu yang mampu berperan secara baik dalam berbagai hal pasti memiliki rasa kepedulian dan tanggungjawab yang lebih dibanding ibu yang kurang dapat memberikan peran terhadap anaknya. Untuk memberi peran yang baik pasti didukung pengetahuan dan rasa tanggungjawab yang lebih baik, sehngga dengan demikian seorang ibu yang mampu berperan baik selalu berusaha memberikan kebutuhan yang baik juga untuk tumbuh kembang anak remajanya termasuk berkonsultasi jika diperlukan (Zarkasyi, 2005).

Kedekatan ibu dan anak yang kurang memungkinkan terjadinya enggannya anak bertanya ataupun bertukan informasi dengan ibunya, hal kesehatan menstruasi terkadang juga dianggap tabu dan dirasa nantinya akan faham sendiri, hal ini terjadi karena minimnya pengetahuan ibu akan pola asah asih dan asuh khususnya pada remaja puterinya tersebut. Pengetahuan yang terbatas dan ketidaktahuan informasi membuat ibu tidak mampu melakukan peran dengan baik (Willy, 2006).

STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta 14-10-2014

www.lp3m.say.ac.id

Secara umum remaja belum mengakses pelayanan terhadap remaja baik di Puskesmas maupun Bidan Praktik Mandiri, juga minimnya layanan luar gedung oleh tenaga kesehatan misalnya ke sekolah ataupun ke kegiatan remaja untuk menyampaikan informasi tentang menstruasi ataupun kesehatan remaja pada umumnya. Perlunya kerjasama yang baik antara pihak sekolah, Puskesmas ataupun tokoh masyarakat untuk menyebarluaskan informasi tentang kesehatan remaja khususnya tentang menstruasi sehingga semua ibu dapat berperan dengan baik dan remaja dapat merawat diri secara maksimal saat menstruasi. Peran sekolah dalam pertemuan dengan wali murid pada saat pengambilan raport masih ditekankan pada evaluasi pembelajaran belum dikembangkan untuk peningkatan peran orang tua dirumah. Untuk meteri perawatan diri saat menstruasi juga belum diberikan secara spesifik dalam mata pelajaran karena terbatasnya waktu yang belum mengakomodir hal tersebut.

Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian (Ayu dkk, 2012) peran orang tua berperan aktif dalam memberikan bimbingan tentang pendidikan menstruasi melalui nasehat dan komunikasi dalam keluarga, sehingga tidak terjadi kesalahpahaman pengetahuan dan kesalahan dalam memberikan informasi tentang kesehatan reproduksi remaja yang dapat mempengaruhi perilaku dari seorang anak itu sendiri dalam perilaku saat menstruasi. Kesehatan reproduksi remaja khususnya bagi perempuan terutama dalam menjaga dan merawat organ reproduksinya dipengaruhi oleh pengetahuan ibu, dan peran ibu dalam memberikan pendidikan kesehatan reproduksi sehingga remaja putri khususnya dapat mengetahui dan merawat organ reproduksinya termasuk menjaga kebersihan daerah kewanitaannya, menjaga kesehatan pada saat menstruasi dan memilih celana dalam. Dalam hal ini diharapkan peran ibu diharapkan lebih optimal dalam memberikan pendidikan atau informasi tentang kesehatan reproduksi khususnya tentang perawatan diri saat menstruasi.

STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta 14-10-2014

www.lp3m.say.ac.id

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Peran ibu dalam perawatan diri saat menstruasi bagi siswi kelas VII di SMP Muhammadiyah 3 Yogyakarta dalam kategori baik sebanyak 64 siswi (86,5%), perilaku perawaan diri saat menstruasi pada siswi dalam kategori baik yaitu sebanyak 44 siswi (59,5%). Ada hubungan yang signifikan antara peran ibu dengan perilaku perawatan diri saat menstruasi pada siswi kelas VII SMP Muhammadiyah 3 Yogyakarta ditunjukan dengan nilai *p* 0,010.

Saran

Bagi siswi kelas VII SMP Muhammadiyah 3 Yogyakarta hendaknya hendaknya bisa merubah perilaku yang kurang baik saat menstruasi meningkatkan frekuensi mengganti pembalut, penggunaan celana dalam yang berbahan katun, cara membersihkan alat kemaluan dilakukan dengan benar, dan berusaha mencari informasi kepada bidan khususnya tentang perawatan diri saat menstruasi. Bagi guru untuk lebih mengintensifkan pemberian materi kesehatan reproduksi remaja khususnya tentang perilaku yang baik dan benar saat menstruasi dengan mengintegrasikan dalam mata pelajaran Biologi maupun Agama, serta bekerjasama dengan Puskesmas setempat untuk memberikan pendidikan dan informasi tentang menstruasi di sekolah.

14-10-2014
STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta

DAFTAR PUSTAKA

Al-Hikmah. 2010. Alquran dan Terjemahan. Departemen Agama RI.

Dianawati, A. 2003a. *Pendidikan Seks Pada Remaja*. Kawan Pustaka. Jakarta.

Erdawati. 2008. *Hubungan Perilaku Higiene Menstruasi Terhadap Kejadian Keputihan Pada Siswi Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Menggala Tulang Bawang: Lampung.*

Fajri Ayu, Khairani Maya 2012, Hubungan Antara Komunikasi Ibu-Anak Dengan Kesiapan Menghadapi Menstruasi Pertama (*Menarche*) Pada Siswi SMP Muhammadiyah Banda Aceh. Jurnal Ilmiah Kebidanan.

www.lp3m.say.ac.id

Kusmiran, Eny. 2012. *Kesehatan Reproduksi Remaja dan Wanita.* Jakarta: Salemba Medika.

Mansur, H., 2009. *Psikologi Ibu dan Anak Untuk Kebidanan*. Salemba Medika : Jakarta.

Moeljono, S dan Laripun, 2005, *Kesehatan dan Modul Pelatihan Pengelola Pusat PIK-KRR.* Jakarta : BKKBN.

Notoatmoodjo, S. 2002. *Metode Penelitian Kesehatan.* Edisi revisi cetakan pertama. Jakarta: Rineka Cipta

_____ . 2007. *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku.* Rineka Cipta.

Proverawati & Misaroh. 2009. *Menarche Menstruasi Pertama Penuh Makna*. Yogyakarta: Nuha Medika.

Sarwono, S. 2011. *Psikologi Remaja*. Jakarta : Raja Grafindo Perkasa.

Stephanie L., 2004., Goiter, Non Tixic., eMedicine.

Widjanarko. 2006. *Remaja dan Pubertas*. Yogyakarta: Rineka Merdeka.

Wijayanti, D. 2009. *Fakta Penting Seputar Kesehatan Reproduksi Wanita*. Yogyakarta: Book Marks.

Wiknjosastro, Hanifa. 2005. *Ilmu Kebidanan*. Edisi ke-3. Yayasan Bina Pustaka. Jakarta.

Willy, M. F, 2006, *Ilmu Perilaku dalam Pelayanan Kesehatan*, Airlangga University Press, Surabaya.

Zarkasyi, K. P., 2005, *Orang Tua Sahabat Anak dan Remaja*, Cerdas Pustaka.

STIKES Aisyiyah Yogyakarta 14-10-2014