

**HUBUNGAN PENGETAHUAN DENGAN KESIAPAN MENGHADAPI
MENSTRUASI PADA SISWI KELAS 5 DI SD MUHAMMADIYAH
WIROBRAJAN 3 YOGYAKARTA**

NASKAH PUBLIKASI



**Disusun oleh:
CINTIA FITRIA DEWI
201510104062**

**PROGRAM STUDI BIDAN PENDIDIK JENJANG DIPLOMA IV
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIYAH YOGYAKARTA
2017**

HALAMAN PENGESAHAN

HUBUNGAN PENGETAHUAN DENGAN KESIAPAN MENGHADAPI
MENSTRUASI PADA SISWI KELAS 5 DI SD MUHAMMADIAH
WIROBRAJAN 3 YOGYAKARTA

NASKAH PUBLIKASI



Disusun oleh:
CINTIA FITRIA DEWI
201510104062

Telah Memenuhi Persyaratan dan Disetujui Untuk Dipublikasikan
Pada Program Studi Bidang Pendidik Jenjang Diploma IV
Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

Oleh:

Pembimbing : Ery Khusnal, S.Kep., MNS.

Tanggal : 1-2-2017

Tanda tangan :

HUBUNGAN PENGETAHUAN DENGAN KESIAPAN MENGHADAPI MENSTRUASI PADA SISWI KELAS 5 DI SD MUHAMMADIYAH WIROBRAJAN 3 YOGYAKARTA¹

Cintia Fitria Dewi², Ery Khusnal³

INTISARI

Latar Belakang: Salah satu masalah yang dihadapi oleh remaja putri adalah menstruasi, kesiapan menghadapi menstruasi sangat diperlukan bagi setiap remaja putri supaya mereka bisa melalui periode kehidupan dengan baik.

Tujuan Penelitian: Diketuinya hubungan pengetahuan dengan kesiapan menghadapi menstruasi pada siswi kelas 5 di SD Muhammadiyah Wirobrajan 3 Yogyakarta.

Metode Penelitian: Penelitian ini menggunakan metode deskriptif korelasidengan pendekatan non eksperimen. Alat pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan kuesioner. Teknik pengambilan pada penelitian ini menggunakan *Total Sampling* dengan populasi berjumlah 48 siswa dan sampel berjumlah 43 siswi. Analisis data yang digunakan adalah uji statistik *Kendall's tau*.

Hasil Penelitian: Hasil uji statistik *Kendall's tau* diperoleh bahwa ada hubungan pengetahuan dengan kesiapan menghadapi menstruasi pada siswi kelas 5 di SD Muhammadiyah Wirobrajan 3 Yogyakarta, dengan nilai signifikan 0,000 ($\text{Sig} < 0,05$) serta koefisien korelasi sebesar 0,573 yang termasuk dalam kategori ada hubungan sedang.

simpulan: ada hubungan pengetahuan dengan kesiapan menghadapi menstruasi pada siswi kelas 5 di SD Muhammadiyah Wirobrajan 3 Yogyakarta

Saran: Hendaknyapihak sekolah melalui para gurudapat berkerjasama dengan guru bimbingan konseling untuk membantu permasalahan-permasalahan tentang menstruasi yang dihadapi siswi serta memberikan penyuluhan tentang mentruasi kepada siswi agar kesiapan menghadapi menstruasi lebih matang dan lebih baik lagi

Kata Kunci :Menstruasi, pengetahuan, kesiapan menghadapi menstuasi.

Daftar Pustaka : 23 Buku (2001-2010), 3 Jurnal, 3 Penelitian, 1 Internet.

Halaman : i-x, 80 Halaman, 12 Tabel, 2 Gambar, 15 Lampiran.

**THE CORRELATION BETWEEN KNOWLEDGE AND READINESS IN
FACING MENSTRUATION ON GRADE 5 ELEMENTARY SCHOOL
STUDENT AT MUHAMMADIYAH WIROBRAJAN 3 ELEMENTARY
SCHOOL YOGYAKARTA**

Cintia Fitria Dewi², Ery Khusnal³

ABSTRACT

Background: Knowledge can give security to humans. Knowledge related to reproduction about what women will experience in puberty age is important. Knowledge acquired by teenagers about menstruation will influence teenager's perception. If the perception is positive, it will influence their readiness in facing menstruation; vice versa. Lack knowledge of menstruation can cause the teenagers having difficulties in accepting their menstruation.

Objective: The study aimed to investigate the correlation between knowledge and readiness in facing menstruation on grade 5 elementary students at Muhammadiyah Wirobrajan 3 Elementary School Yogyakarta.

Method: The study employed descriptive correlation with non experimental approach. The study design used cross sectional approach. Data collecting tool was questionnaire. Sample taking technique used Total Sampling with population 48 students, and the samples were 43 female students. The data analysis used Kendall's tau statistical test.

Result: The result of Kendall's tau statistical test showed that there was correlation between knowledge and readiness in facing menstruation on grade 5 elementary students at Muhammadiyah Wirobrajan 3 Elementary School Yogyakarta with significance value 0.000 (Sig < 0.05) and correlative coefficient 0.573 which could be included in medium category.

Conclusion: There was correlation between knowledge and readiness to face menstruation on grade 5 female students at Muhammadiyah Wirobrajan 3 Yogyakarta Elementary School.

Suggestion: It is expected that schools through teachers can build cooperation with counseling teachers to help students related to menstruation faced by female students as well as to give counseling about menstruation in order to be ready in facing their menstruation.

Keyword : Menstruation, knowledge, readiness to face menstruation

Literature : 23 books, 3 journals, 3 undergraduate thesis, 9 websites

Number of pages : i-xi pages, 71 pages, 12 tables, 2 figures, 15 appendices

¹ Title of the Thesis

² Student of DIV Midwifery Program, Faculty of Health Sciences, 'Aisyiyah University of Yogyakarta

³ Lecturer of 'Aisyiyah University of Yogyakarta

LATAR BELAKANG

Menstruasi pertama menjadi saat-saat mendebarkan bagi remaja putri karena baru pertama mengalaminya. Perubahan-perubahan yang terjadi pada saat remaja sebagian hal mengagumkan namun sekaligus menakutkan, senang sekaligus kecewa, percaya diri sekaligus sadar diri (Proverawati dan Misaroh, 2009).

Remaja yang akan mengalami menstruasi membutuhkan kesiapan mental yang baik. Kesiapan menghadapi menstruasi adalah keadaan yang menunjukkan bahwa seseorang siap untuk mencapai salah satu kematangan fisik yaitu datangnya menstruasi (Fajri & Khairani, 2011).

Remaja yang belum siap menghadapi menstruasi akan timbul keinginan untuk menolak proses fisiologis tersebut. Mereka akan merasa haid sebagai sesuatu yang kejam dan mengancam. Reaksi yang negatif berupa kecemasan, merasa takut, terkejut, merasa malu khawatir binggung, gelisah, keadaan ini dapat berlanjut ke arah yang lebih negatif. Tetapi berbeda bagi mereka yang telah siap dalam menghadapi *menstruasi*, mereka akan merasa senang dan bangga, dikarenakan mereka menganggap dirinya sudah dewasa secara biologis.

Ilmu pengetahuan dapat memberikan rasa aman kepada manusia. Pengetahuan mengenai reproduksi memberitahukan apa yang dialami oleh seorang perempuan yang sedang dalam masa puber adalah normal. Adanya perasaan bingung, merasa cemas, khawatir saat pertama kali mengalami menstruasi disebabkan oleh remaja putri kurang pengetahuan tentang menstruasi. Pengetahuan yang diperoleh remaja tentang menstruasi akan mempengaruhi persepsi remaja tentang menstruasi. Jika persepsi yang dibentuk remaja tentang menstruasi positif, maka hal ini akan berpengaruh pada kesiapan remaja dalam menghadapi menstruasi (Fajri & Khairani, 2011).

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan di SD Muhammadiyah 3 Wirobrajan Yogyakarta pada tanggal 26 Januari 2016 didapatkan hasil data pengamatan awal yang dilakukan oleh peneliti menunjukkan 8 dari 10 siswi mereka belum mengetahui tentang menstruasi dan kurang kesiapan menghadapi menstruasi.

Penelitian yang meneliti tentang hubungan pengetahuan dengan kesiapan menghadapi menstruasi sudah banyak dilakukan oleh Yusuf (2014), Fajri & Khairani (2011), dan Mardilah (2014) peneliti tersebut pada ruang lingkup waktu, tempat dan responden yang berbeda, Namun di SD Muhammadiyah Wirobrajan 3 Yogyakarta ini belum ada yang melakukan penelitian tentang judul ini dan karena menstruasi sekarang datang lebih cepat dan perlu pemahaman lebih cepat dan perlu diberikannya konseling dini untuk mempersiapkan remaja dalam menghadapi menstruasi. Berdasarkan latar belakang yang telah disampaikan maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai hubungan pengetahuan remaja putri tentang menstruasi dengan kesiapan menghadapi menstruasi di SD Muhammadiyah 3 Wirobrajan, Yogyakarta.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian ini menggunakan non eksperimen. Rancangan penelitian ini menggunakan korelasi bivariat yaitu rancangan penelitian yang ditujukan untuk mengetahui hubungan antara satu variabel independen dengan satu variabel

dependen berdasarkan koefisien korelasi (Notoatmodjo, 2010). Penelitian ini mengkorelasikan pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan menghadapi menstruasi pada siswi kelas 5 di SD Muhammadiyah 3 Wirobrajan, Yogyakarta.

Alat pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan kuesioner. Jenis kuesioner yang digunakan adalah kuesioner tertutup yaitu kuesioner yang sudah disediakan jawabannya. Kuesioner tersebut terdiri dari dua kategori yaitu kuesioner untuk mengukur pengetahuan tentang menstruasi yang terdiri dari 15 butir pertanyaan, dan kuesioner kesiapan menghadapi menstruasi yang meliputi 15 butir pertanyaan.

HASIL PENELITIAN

Gambaran Umum Lokasi

Penelitian ini dilakukan di SD Muhammadiyah Wirobrajan 3 Yogyakarta yang beralamatkan di Jalan Gatutkaca 19A Wirobrajan Yogyakarta. Sekolah ini memiliki kelas yang meliputi kelas I sampai kelas VI, kelas V dan VI terdiri dari (A, B, C). Fasilitas Sekolah yang ada di SD Muhammadiyah Wirobrajan 3 terdiri dari Laboratorium ICT-TIK, Laboratorium SAINS, Perpustakaan, masjid, kantin, Ruang UKS, foto copy, ruang tata usaha.

Fasilitas kesehatan yang sudah ada adalah UKS. Fasilitas ini merupakan pelayanan pertama yang diberikan kepada siswa siswi yang membutuhkan pertolongan jika dalam keadaan kurang sehat. Sedangkan untuk kegiatan yang mendukung terciptanya kesehatan reproduksi belum menjadi prioritas, sehingga jarang diadakan kegiatan-kegiatan penyuluhan terkait kesehatan reproduksi. Serta belum adanya fasilitas bagi siswa-siswi untuk berkonsultasi kepada guru bimbingan konseling apabila mempunyai permasalahan mengenai kesehatan reproduksi.

Karakteristik/Profil Responden

Tabel 4.1 dan 4.2

Karakteristik Responden

Karakteristik	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Usia		
10 Tahun	6	14,0
11 Tahun	35	81,4
12 Tahun	2	4,7
Sumber Informasi		
Buku/Majalah	5	11,6
Teman/Keluarga	10	23,3
TV/Internet	22	51,2
Orang Tua	6	14,0

Sumber: Data primer yang diolah, 2016

Berdasarkan pada Tabel 4.1 dan 4.2 dapat diketahui bahwa mayoritas responden berusia 11 Tahun yaitu sebanyak 35 orang (81%), responden yang berusia 10 Tahun sebanyak 6 orang (14%), serta responden yang berusia 12 Tahun yaitu sebanyak 2 orang (4,7%). Berdasarkan sumber informasi menunjukkan bahwa mayoritas responden memperoleh informasi tentang menstruasi dari TV/Internet yaitu sebanyak 22 orang (51,2%), responden yang memperoleh informasi tentang menstruasi dari Buku/Majalah sebanyak 5 orang (11,6%),

responden memperoleh informasi tentang menstruasi dari Teman/Keluarga sebanyak 10 orang (23,3%) serta terakhir responden yang memperoleh informasi tentang menstruasi dari orang tua sebanyak 6 orang (14%).

Deskripsi Pengetahuan Tentang Menstruasi

Tabel 4.4

Kategori Pengetahuan Tentang Menstruasi pada siswi kelas V di SD Muhammadiyah 3 Yogyakarta

Pengetahuan tentang Menstruasi	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Tinggi	5	11,6
Sedang	22	51,2
Rendah	16	37,2

Sumber: Data primer yang diolah, 2016

Berdasarkan Tabel 4.4 dapat diketahui bahwa mayoritas responden memiliki pengetahuan tentang menstruasi dalam kategori sedang sebanyak 22 orang (51,2%), responden yang memiliki pengetahuan tentang menstruasi dalam kategori rendah sebanyak 16 orang (37,2%) sedangkan responden yang memiliki pengetahuan tentang menstruasi dalam kategori tinggi sebanyak 5 orang (11,6%).

Deskripsi Kesiapan Menghadapi Menstruasi

Tabel 4.6

Kategori Kesiapan Menghadapi Menstruasi pada siswi kelas V di SD Muhammadiyah 3 Yogyakarta

Kesiapan Menghadapi Menstruasi	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Baik	8	18,6
Cukup	19	44,2
Kurang	16	37,2

Sumber: Data primer yang diolah, 2016

Tabel 4.6 memperlihatkan bahwa sebagian besar responden mempunyai kesiapan menghadapi menstruasi dalam kategori cukup, yaitu sebanyak 19 orang (44,2%).

Hubungan Pengetahuan Tentang Menstruasi Kesiapan Menghadapi Menstruasi pada siswi kelas V di SD Muhammadiyah 3 Yogyakarta

1. Hasil Uji Normalitas Data

Penjelasan mengenai analisis bivariat dalam penelitian didahului dengan pengujian normalitas data menggunakan uji Shapiro-Wilk yang dapat dilihat pada Tabel 4.7 berikut ini.

Tabel 4.7

Hasil Uji Normalitas Data Pengetahuan tentang Menstruasi dan Kesiapan Menghadapi Menstruasi pada siswi kelas V di SD Muhammadiyah 3 Yogyakarta

Variabel	Sig. (2-tailed)	Keterangan
Pengetahuan Tentang Menstruasi	0,000	Tidak Normal
Kesiapan Menghadapi Menstruasi	0,084	Normal

Sumber: Data primer yang diolah, 2016

Berdasarkan hasil uji Kolmogorov-Smirnov pada Tabel 4.7 dapat diketahui bahwa nilai probabilitas (*Sig.(2-tailed)*) variabel pengetahuan tentang menstruasi sebesar 0,000, yang lebih kecil dari 0,05 dan variabel kesiapan menghadapi menstruasi sebesar 0,084 yang lebih besar dari 0,05 yang berarti bahwa distribusi data variabel pengetahuan tentang menstruasi tidak normal, serta variabel kesiapan menghadapi menstruasi berdistribusi normal, sehingga untuk analisisnya menggunakan uji korelasi *Kendall's tau*.

2. Hasil Uji Hipotesis

Hasil uji korelasi *Kendall's tau* serta tabulasi silang yang menunjukkan hubungan antara pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan menghadapi menstruasi pada responden disajikan dalam Tabel 4.8 berikut.

Tabel 4.8

Hubungan Pengetahuan tentang Menstruasi dengan Kesiapan Menghadapi Menstruasi pada siswi kelas V di SD Muhammadiyah 3 Yogyakarta

Pengetahuan	Kesiapan Menghadapi Menstruasi						Total	<i>Sig.</i> (<i>p value</i>)	T hitung	
	Baik		Cukup		Kurang					
	f	%	f	%	f	%				
Tinggi	5	11,6	0	0	0	0	5	11,6	0,000	0,573
Sedang	3	7,0	12	27,9	7	16,3	22	51,2		
Rendah	0	0	7	16,3	9	20,9	16	37,2		
Total	8	18,6	19	44,2	16	37,2	43	100		

Sumber: Data primer yang diolah, 2016

Tabel 4.8 memperlihatkan bahwa sebagian besar responden memiliki pengetahuan tentang menstruasi sedang yang mengakibatkan kesiapan menghadapi menstruasi juga cukup yaitu sebanyak 12 orang (27,9%). Hasil uji korelasi *Kendall's tau* pada Tabel 4.8 diperoleh nilai signifikansi (*p value*) sebesar 0,000 yang lebih kecil dari 0,05, sehingga dapat diketahui bahwa ada hubungan antara pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan menghadapi menstruasi. Koefisien korelasi diperoleh nilai positif sebesar 0,573. Koefisien korelasi *Kendall's tau* positif berarti bahwa apabila pengetahuan tentang menstruasi yang dimiliki oleh responden semakin kurang, maka kesiapan menghadapi menstruasi juga semakin kurang, begitu sebaliknya apabila pengetahuan tentang menstruasi yang dimiliki oleh responden semakin baik maka kesiapan menghadapi menstruasi juga semakin baik pula. Hal ini dapat disimpulkan H_0 ditolak dan H_a diterima, yang artinya ada hubungan pengetahuan remaja dengan kesiapan menghadapi menstruasi di SD Muhammadiyah 3 Wirobrajan Yogyakarta, maka hipotesis dalam penelitian ini terbukti atau diterima.

Hubungan pengetahuan remaja dengan kesiapan menghadapi menstruasi dapat diketahui tingkat keeratannya berdasarkan koefisien korelasinya. Koefisien korelasi yang diperoleh dalam penelitian ini sebesar 0,573. Hal ini berarti hubungan pengetahuan remaja dengan kesiapan menghadapi menstruasi termasuk dalam kategori sedang.

PEMBAHASAN

Pengetahuan tentang Menstruasi

Pengetahuan merupakan hasil "tahu" dan terjadi setelah orang mengadakan penginderaan terhadap suatu obyek tertentu (Notoatmodjo, 2010). Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden mempunyai pengetahuan tentang menstruasi dalam kategori cukup yaitu sebanyak 22 orang (51,2%). Pengetahuan

yang cukup baik tersebut cenderung dipengaruhi oleh adanya banyak informasi tentang menstruasi yang diperoleh responden dari beberapa sumber informasi.

Pengetahuan tentang menstruasi juga dipengaruhi oleh paparan informasi yang didapatkan dari televisi, radio, majalah atau jurnal. Pada masa remaja beberapa media informasi tersebut menjadi media sumber informasi yang dapat menjawab rasa ingin tahu remaja. Dengan demikian, remaja mulai mengenal berbagai proses yang terjadi pada tubuhnya sehingga remaja memiliki pengetahuan atau gambaran yang baik atau buruk tentang menstruasi yang terjadi pada dirinya (Hendrik, 2010). Hal ini sejalan dengan pendapat Soekanto, (2009) yang menyatakan bahwa seseorang yang mempunyai informasi lebih banyak akan mempunyai pengetahuan yang lebih luas. Informasi yang diperoleh dari beberapa sumber meningkatkan tingkat pengetahuan seseorang. Bila seseorang banyak memperoleh informasi maka ia cenderung memiliki pengetahuan yang lebih luas dan lebih banyak (Wawan, 2010).

Pernyataan di atas juga sesuai dengan pendapat dari Jones (2009) bahwa gadis remaja umumnya belajar tentang menstruasi dari ibunya, tetapi tidak semua ibu memberikan informasi yang membicarakan secara terbuka kepada anak gadisnya 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.

Kesiapan Menghadapi Menstruasi

Kesiapan menghadapi menstruasi merupakan adalah suatu keadaan bersiap-siap untuk menghadapi menstruasi. Manifestasi psikologis yang bermacam-macam seperti cemas, takut, merupakan salah satu bukti bahwa kurang kesiapan remaja putri dalam menghadapi menstruasi, sebaliknya remaja yang mempunyai kesiapan dalam menghadapi menstruasi akan muncul rasa percaya diri, gembira, bangga (tanda dewasa) sehingga mampu menjaga *hygiene* diri saat menstruasi (Wiknjosastro, 2010). Hasil penelitian memperlihatkan bahwa mayoritas kesiapan responden menghadapi menstruasi termasuk kategori cukup yaitu sebanyak 19 orang (44,2%).

Pernyataan tersebut sesuai dengan pendapat Jayanti (2012) bahwa remaja yang telah siap dalam menghadapi menstruasi, mereka akan merasa senang dan bangga, dikarenakan mereka menganggap dirinya sudah dewasa secara biologis, tetapi berbeda bagi remaja yang belum siap menghadapi menstruasi akan timbul keinginan untuk menolak proses fisiologis tersebut, mereka akan merasa menstruasi sebagai sesuatu yang menakutkan dan mengerikan, keadaan ini dapat berlanjut kearah yang lebih negatif, di mana anak tersebut memiliki gambaran fantasi yang sangat aneh bersamaan dengan kecemasan dan ketakutan yang tidak masuk akal, dapat juga disertai dengan perasaan bersalah atau berdosa, di mana

semua hal tersebut dikaitkan dengan masalah perdarahan pada organ kelamin dan proses menstruasinya.

Hubungan Pengetahuan dengan Kesiapan Menghadapi Menstruasi

Hasil analisis korelasi *Kendall's tau* memperlihatkan nilai signifikansi (*p value*) sebesar 0,000 yang lebih kecil dari 0,05 sehingga dapat diketahui bahwa ada hubungan yang bermakna antara pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan menghadapi menstruasi. Hal ini dapat disimpulkan H_0 ditolak dan H_a diterima, yang artinya ada hubungan pengetahuan remaja dengan kesiapan menghadapi menstruasi di SD Muhammadiyah 3 Wirobrajan Yogyakarta, maka hipotesis dalam penelitian ini terbukti atau diterima. Di samping itu, hubungan antara pengetahuan remaja dengan kesiapan menghadapi menstruasi berdasarkan nilai koefisien korelasi *Kendall's tau* -nya sebesar 0,573 termasuk kategori sedang. Hasil penelitian ini sesuai dengan pendapat Notoatmodjo (2010), pengetahuan adalah merupakan hasil dari "tahu" dan hal ini terjadi setelah seseorang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu, pengetahuan merupakan pedoman dalam membentuk tindakan seseorang.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian dari Hastuti, Widatiningsih, dan Afifah (2014) yang mengungkapkan bahwa ada hubungan tingkat pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan menghadapi *menarche* pada siswi kelas V dan VI di SD Negeri Parakan Temanggung tahun 2014. Berdasarkan uraian pendapat, teori serta hasil penelitian sebelumnya tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa pengetahuan tentang menstruasi mempunyai hubungan dengan kesiapan remaja putri dalam menghadapi menstruasi.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian serta pembahasan, maka dapat diambil beberapa simpulan, yaitu: Ada hubungan yang bermakna antara pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan menghadapi menstruasi, serta Koefisien korelasi *Kendall's tau* sebesar 0,573 menunjukkan hubungan antara pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan menghadapi menstruasi termasuk dalam kategori sedang.

SARAN

Sesuai dengan hasil penelitian dan simpulan di atas, maka peneliti dapat memberikan beberapa saran, yaitu:

1. Bagi Siswi SD Muhammadiyah 3 Wirobrajan Yogyakarta

Siswi diharapkan untuk meningkatkan pengetahuan tentang menstruasinya dengan cara bertanya kepada orang yang sudah berpengalaman dan kompeten seperti ibu atau bidan agar kesiapan menghadapi menstruasi lebih baik lagi dari sebelumnya.

2. Bagi Institusi Pendidikan (SD Muhammadiyah 3 Wirobrajan Yogyakarta)

Para guru diharapkan dapat berkerjasama dengan guru bimbingan konseling untuk membantu permasalahan-permasalahan tentang menstruasi yang dihadapi siswi serta memberikan penyuluhan tentang menstruasi kepada siswi agar kesiapan menghadapi menstruasi lebih matang dan lebih baik lagi.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hendaknya peneliti diharapkan lebih memperluas variabel yang berhubungan dengan kesiapan menghadapi menstruasi seperti variabel

pengalaman, tingkat pendidikan, kondisi fisik, sumber informasi, budaya, sarana dan sebagainya. Hal ini dimaksudkan agar cakupan mengenai variabel yang berhubungan dengan kesiapan menghadapi menstruasi dapat lebih luas dan penelitian-penelitian selanjutnya dapat memberikan temuan baru dan dapat memberikan sumbangan baru untuk ilmu pengetahuan di bidang kesehatan.

DAFTAR PUSTAKA

- Fajri, A. & Khairani, M. 2011. *Hubungan Antara Komunikasi Ibu-Anak dengan Kesiapan Menghadapi Menstruasi Pertama (Menarche) pada Siswi SMP Muhammadiyah Banda Aceh, No 2 Volume 10*. Jurnal Psikolog Undip. Fakultas Kedokteran Universitas Syiah Kuala Banda Aceh.
- Hastuti, T.P., Widatiningsih, S., dan Afifah, A. 2014. Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Menstruasi Dengan Kesiapan Menghadapi Menarche Pada Siswi Kelas V dan VI di SD Negeri Dangkal Parakan Temanggung Tahun 2014. *Jurnal Kebidanan*, Vol.7(3): 16-23.
- Hendrik. 2010. *Problema Haid Tinjauan Syariat Islam dan Medis*. Solo: Tiga Serangkai.
- Jayanti, N.F. 2012. *Deskripsi Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kesiapan Anak dalam Menghadapi Menarche Di SD N 1 Kretek Kecamatan Paguyuban Kabupaten Brebes, no 1 volume 3*. Bidan Prada : Jurnal Ilmiah Kebidanan.
- Jones, D L, 2009. *Setiap Wanita: Panduan Terlengkap Tentang Kesehatan, Kebidanan dan Kandungan*. Jakarta: PT Delapratasa Publishing.
- Leliana, 2010, Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Terhadap Kesiapan Dalam Menghadapi Menarche di SD Al-Azhar Medan 2010. *Skripsi*, Fakultas Keperawatan Universitas Sumatera Utara, Medan.
- Mardilah. 2014. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Pengetahuan Remaja Putri Dalam Menghadapi Menarche di SMP Negeri 5 Darul Makmur Kecamatan Darul Makmur Kabupaten Nagan Raya. *Skripsi*. STIKES U'Budiyah Banda Aceh.
- Notoatmodjo, S. 2010. *Ilmu Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Proverawati, A. & Misaroh, S. 2009. *Menarche (Menstruasi Pertama Penuh Makna)*. Yogyakarta : Nuha Medika.
- Soekanto. 2009. *Sosiologi Suatu Pengantar*. Jakarta: PT RajaGrafindo Persada.
- Wawan, A. 2010. *Teori dan Pengukuran Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Manusia*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Wiknjosastro, H. 2010. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Yusuf, S. 2010. *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.