

Tinjauan Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri Terhadap Siklus Menstruasi di Smp N 9 Payakumbuh

Nurlaila Sitepu¹, Sri Nengsi², Opi Rahmah Hidayat³

^{1,2,3} Dosen STKIP Yayasan Abdi pendidikan Payakumbuh

Email : Srinengsi1982@gmail.com, chaetrm@gmail.com

Abstrak

Kesehatan reproduksi merupakan suatu keadaan sejahtera fisik, mental, dan sosial secara utuh, tidak semata-mata bebas dari penyakit atau kecacatan, dalam semua hal yang berkaitan dengan sistem reproduksi serta fungsi dan prosesnya. Salah satu hal yang terlibat dalam kesehatan reproduksi adalah adanya siklus menstruasi, akan tetapi tidak semua remaja mengetahui informasi dan sikap penanganan disaat mengalami siklus menstruasi. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan tingkat pengetahuan remaja putri terhadap siklus menstruasi, sikap remaja putri pada saat mengalami siklus menstruasi dan dampak pengetahuan remaja putri tentang siklus menstruasi dengan sikap penanganan disaat mengalami menstruasi. Jenis penelitian adalah deskriptif. Populasi penelitian adalah 117 orang siswa putri kelas IX SMP N 9 Payakumbuh. Sampel dalam penelitian ini 60 orang dari jumlah populasi. Instrumen pada penelitian ini berupa angket. Teknik analisis data yang digunakan adalah menghitung persentase dari pengetahuan dan sikap remaja putri terhadap siklus menstruasi. Dari analisis data yang telah dilakukan didapat hasil dengan persentase masing-masing indikator variabel. Tingkat pengetahuan remaja putri terhadap siklus menstruasi 78,67 % dengan kategori baik. Sikap remaja putri pada saat mengalami siklus menstruasi 75,17 % dengan kategori baik. Dampak pengetahuan remaja putri tentang siklus menstruasi dengan sikap penanganan disaat mengalami menstruasi 74,50 % dengan kategori cukup baik. Jadi, keseluruhan persentase pengetahuan dan sikap remaja putri terhadap siklus menstruasi di SMP N 9 Payakumbuh, sebanyak 76,11 % dengan kategori baik.

Kata Kunci: Menstruasi , Remaja Putri, Siklus

ABSTRACT

The healthy of reproduction is the condition of physich, mental, and social for overall, it is not only about free from desease but also about everything related to the system, function, and process of reproduction. One of importance thing in reproduction healthy is menstruation siclus, meanwhile some of teenagers' have luck informations and attitude to overcome the menstruation siclus. The purpose of this research was to describe the teenagers' knowledge and the teenagers' attitude to menstruation siclus, then it was to describe the effect of teenagers' knowledge for menstruation siclus. It was descriptive research. The population of this research was 117 female ninth grader of SMP N 9 Payakumbuh, but the sample of this research was 60 female from the population. The instrumentation of this research war questioner. Technique of data analysis was used calculating the percentage of teenagers' comprehension to menstruation siclus. The result of this research was 78,67 % got good chategory for the teenagers' knowledge for menstruation siclus. For the teenagers' attitude for menstruation siclus at 75,17 % got good chategory. This 74,50 % got enough good chategory for the effect of teenagers' knowledge at responsibility to the menstruation siclus. It could be conclusion that the teenagers' knowledge and the teenagers' attitude of menstruation siclus on SMP N 9 Payakumbuh was good by getting 76,11 %. **Key Words:** Menstruation, Teenage Girl ,Siclus

PENDAHULUAN

Menurut Notoatmodjo (2003:38), pengetahuan adalah hasil tahu dari manusia yang sekedar menjawab “what” sedangkan ilmu (*science*) bukan sekedar menjawab “what” melainkan akan menjawab pertanyaan “why” dan “how”. Menurut Muhibbinsyah (2001), isi pengetahuan itu sendiri berupa konsep-konsep dan fakta yang dapat ditularkan kepada orang lain melalui ekspresi tulisan atau lisan.

Sikap merupakan relasi atau respon yang masih tertutup dari seseorang terhadap suatu stimulus atau objek. Sikap merupakan organisasi pendapat, keyakinan seseorang mengenai objek atau situasi yang relatif, yang disertai adanya perasaan tertentu, dan memberikan dasar pada orang tersebut untuk membuat respon atau berperilaku dalam cara tertentu yang dipilihnya (Notoatmodjo, 2003:129).

Kesehatan reproduksi merupakan suatu keadaan sejahtera fisik, mental, dan sosial secara utuh, tidak semata-mata bebas dari penyakit atau kecacatan, dalam semua hal yang berkaitan dengan sistem reproduksi, serta fungsi dan prosesnya. Kesehatan reproduksi mencakup keseluruhan kehidupan manusia sejak lahir sampai manusia tersebut mati. Menguraikan kesehatan reproduksi sebenarnya menggunakan pendekatan siklus hidup yang melalui beberapa fase, salah satunya fase remaja yang perlu penanganan dengan baik agar tidak berakibat buruk pada masa selanjutnya (Widyastuti, dkk, 2009:5).

Masa remaja adalah suatu tahap antara masa kanak-kanak dengan masa dewasa. Istilah ini menunjuk masa dari awal pubertas sampai tercapainya kematangan, biasanya mulai dari usia 14 pada pria dan usia 12 pada wanita. Transisi ke masa dewasa bervariasi dari satu budaya ke budaya lain, namun secara umum didefinisikan sebagai waktu dimana individu mulai bertindak terlepas dari orang tua mereka. Sasaran program kesehatan reproduksi remaja adalah agar seluruh remaja dan keluarganya memiliki pengetahuan, kesadaran sikap dan perilaku kesehatan reproduksi sehingga menjadikan remaja siap sebagai keluarga berkualitas (Widyastuti, dkk, 2009:7).

Terjadinya kematangan seksual atau alat-alat reproduksi yang berkaitan dengan sistem reproduksi, merupakan suatu bagian penting dalam kehidupan remaja sehingga diperlukan perhatian khusus, karena bila timbul dorongan-dorongan seksual yang tidak sehat akan menimbulkan perilaku seksual yang tidak bertanggung jawab (Widyastuti, dkk, 2009: 11). Peristiwa terpenting yang terjadi pada remaja putri adalah datang menstruasi yang pertama kali (*menarche*), biasanya umur 10-16 tahun. Sayangnya tidak semua anak perempuan mendapatkan informasi tentang proses menstruasi dan kesehatan selama menstruasi sehingga dapat melakukan persiapan yang cukup untuk mengenali dan menyambutnya. Remaja juga tidak mengetahui penanganan yang tepat dalam menghadapi gangguan atau gejala yang muncul saat menjelang serta selama menstruasi (Anonim B, 2006).

Menstruasi bisa menjadi saat yang menyusahkan bagi remaja, seringkali dibarengi perasaan yang campur aduk, takut dan cemas serta membingungkan. Hal ini umumnya disebabkan karena kurang atau salahnya informasi mengenai menstruasi. Bagi remaja yang telah dipersiapkan, biasanya tidak bingung lagi menghadapi menstruasi. Kurangnya pengetahuan tentang menstruasi dapat menyebabkan keliru, mengaitkan menstruasi dengan penyakit atau luka bahkan memandangnya sebagai sesuatu yang memalukan, karena tidak mendapatkan penjelasan yang benar.

Tugas-tugas perkembangan pada masa remaja yang disertai oleh berkembangnya kapasitas intelektual, stres dan harapan-harapan baru yang dialami remaja membuat remaja mudah mengalami gangguan baik berupa gangguan pikiran, perasaan maupun gangguan perilaku. Stres dapat mempengaruhi semua bagian dari kehidupan seseorang, menyebabkan stres mental, perubahan perilaku, masalah-masalah dalam interaksi dengan orang lain dan keluhan-keluhan fisik salah satunya gangguan siklus menstruasi. Remaja yang memahami tugas perkembangannya memiliki sikap dan perilaku sehat dan tentu saja bertanggung jawab terhadap kesehatannya (Widyastuti, dkk, 2009:5)

Menstruasi yang berulang setiap bulan tersebut akhirnya membentuk siklus menstruasi. Siklus menstruasi adalah suatu daur kejadian yang terjadi pada ovarium yang menghasilkan perubahan tidak hanya pada uterus, tetapi juga pada tubuh wanita secara keseluruhan (Verralls, 1997:169). Sedangkan panjang siklus menstruasi adalah jarak antara tanggal mulainya menstruasi yang lalu dan mulainya menstruasi berikutnya. Siklus menstruasi pada setiap wanita berbeda dengan lainnya, ada yang memiliki siklus 25 - 35 hari tetapi hanya 80 % dan 20 % wanita yang memiliki siklus menstruasi 28 hari dengan lama menstruasi 3-5 hari, ada yang 7-8 hari. Setiap hari disarankan untuk mengganti pembalut 2-5 kali guna menjaga kebersihan alat kelamin.

Bagi remaja putri yang baru pertama kali menstruasi pada awalnya, siklus mungkin tidak teratur. Jarak antara dua siklus bisa berlangsung selama 2 bulan atau dalam 1 bulan mungkin terjadi 2 siklus. Hal ini adalah normal, setelah beberapa lama siklus akan kembali teratur. Untuk membantu mengetahui panjangnya dan waktu siklus menstruasi dapat membuat catatan pada kalender, karena dapat membantu anda memperkirakan siklus yang akan datang. Panjangnya siklus menstruasi ini dipengaruhi oleh usia, berat badan, aktivitas fisik, tingkat stres, genetik dan gizi.

Apabila menstruasi tidak terjadi pada saat yang seharusnya, hal ini mungkin menunjukkan tanda kehamilan. Akan tetapi masa menstruasi yang tidak teratur atau tidak mendapat menstruasi sering merupakan keadaan yang wajar bagi banyak remaja yang baru saja mendapatkan menstruasi dan bagi perempuan yang berusia diatas 40 tahun. Kecemasan dan gangguan emosional dapat menyebabkan seorang wanita tidak mendapatkan menstruasi. Gangguan siklus menstruasi atau kelainan siklus menstruasi digolongkan menjadi 3 macam yaitu:

1) Polimenorea

Pada polimenorea siklus haid lebih pendek dari biasanya (kurang dari 21 hari). Perdarahan kurang lebih sama atau lebih banyak dari haid biasa. Polimenorea dapat disebabkan oleh gangguan hormonal yang mengakibatkan gangguan ovulasi, atau menjadi pendeknya masa luteal. Sebab lain adalah pembengkakan ovarium karena peradangan, endometritis dan sebagainya.

2) Oligomenore

Siklus menstruasi lebih panjang, lebih dari 35 hari. Perdarahan pada oligomenore biasanya berkurang. Pada kebanyakan kasus oligomenore kesehatan wanita tidak terganggu, dan fertilitas cukup baik. Siklus haid biasanya juga ovulatoar dengan masa poliferasi lebih panjang dari biasa.

3) Amenore

Amenore adalah keadaan tidak adanya menstruasi sedikitnya tiga bulan berturut-turut. Amenore primer apabila seorang wanita berumur 18 tahun keatas tidak pernah dapat menstruasi, sedangkan pada amenore sekunder penderita pernah mendapat menstruasi tetapi kemudian tidak dapat lagi. Amenore primer umumnya mempunyai sebab-sebab yang lebih berat dan lebih sulit untuk diketahui, seperti kelainan-kelainan kongenital dan kelainankelainan genetik. Adanya amenore sekunder lebih menunjuk kepada sebab-sebab yang timbul kemudian dalam kehidupan wanita, seperti gangguan gizi, gangguan metabolisme, tumor, penyakit infeksi, dan lain-lain (Wiknjosastro, 2008:205).

Adapun gangguan lain yang masih ada hubungannya dengan haid atau menstruasi adalah dismenorhea. Dismenorhea atau nyeri haid mungkin merupakan suatu gejala yang paling sering menyebabkan wanita-wanita muda pergi ke dokter untuk konsultasi dan pengobatan. Karena gangguan ini sifatnya subyektif, berat atau intensitasnya sukar dinilai. Nyeri haid ini berupa rasa tidak enak diperut bawah sebelum dan selama haid dan seringkali rasa mual, sehingga memaksa penderita untuk istirahat dan meninggalkan pekerjaan atau cara hidupnya sehari-hari untuk beberapa jam atau beberapa hari (Wiknjosastro, 2008:229).

METODE

Penelitian ini dikategorikan kedalam penelitian kualitatif dengan menggunakan metode deskriptif. Penelitian kualitatif adalah prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang-orang dan perilaku yang dapat diamati (Margono, 2003: 36). Penelitian deskriptif adalah penelitian yang berusaha mendeskripsikan suatu gejala, peristiwa, kejadian yang terjadi pada saat sekarang (Sudjana dan Ibrahim, 2007: 64)

Jadi penelitian deskriptif kualitatif adalah penelitian yang berdasarkan fenomena yang dapat dipahami dan dapat pula diteliti tanpa menggunakan angka tetapi dengan menggambarkan sesuatu berdasarkan teori yang ada. Instrumen penelitian adalah alat dan fasilitas yang digunakan peneliti dalam mengumpulkan data. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket, dalam penelitian ini digunakan instrumen berupa angket (*kuesioner*) tentang tinjauan pengetahuan dan sikap remaja putri terhadap siklus menstruasi di SMP N 9 Payakumbuh. Angket (*kuesioner*) ini dibuat dengan dua alternatif jawaban "Ya" dan "Tidak". Sebelum penelitian, dilakukan observasi awal di SMP N 9 Payakumbuh. Kemudian teknik yang digunakan dalam mengumpulkan data pada penelitian ini dengan pengisian angket, untuk mengetahui persentase pengetahuan dan sikap remaja putri terhadap siklus menstruasi di SMP N 9 Payakumbuh. Untuk dapat mengetahui persentase pengetahuan dan sikap remaja putri terhadap siklus menstruasi di SMP N 9 Payakumbuh, maka angket ini diujikan kepada 60 orang siswa putri kelas IX SMP Negeri 9 Payakumbuh, yang telah mengalami menstruasi. Data yang diperoleh merupakan deskriptif. Penelitian deskriptif adalah penelitian yang berusaha mendeskripsikan suatu gejala, peristiwa, kejadian yang terjadi pada saat sekarang (Sudjana dan Ibrahim, 2007: 64). Dari respon siswa dapat digambarkan persentase pengetahuan dan sikap remaja putri terhadap siklus menstruasi di SMP N 9 Payakumbuh berdasarkan kategori yang dinyatakan dalam bentuk persentase, rumus yang digunakan adalah:

$$N = \frac{f}{n} \times 100$$

Keterangan:

N = nilai persen yang akan dicari f = frekuensi atau nilai data yang akan dicari persentasenya n = banyaknya seluruh data (Suhardi, 2009: 131).

Setelah data persentase diperoleh lalu dilakukan pengelompokan sesuai kategori untuk pengetahuan dan sikap remaja putri terhadap siklus menstruasi di SMP N 9 Payakumbuh. Untuk mengetahui kategori persentase per item dari masing-masing indikator dan keseluruhan kategori persentase pengetahuan dan sikap remaja putri terhadap siklus menstruasi di SMP N 9 Payakumbuh

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilaksanakan, maka diperoleh persentase jawaban angket berdasarkan item soal tiap indikator dari variabel pengetahuan dan sikap remaja putri terhadap siklus menstruasi di SMP N 9 Payakumbuh. Hasilnya dapat dilihat pada Tabel 1:

Tabel 1. Persentase Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Terhadap Siklus Menstruasi.

Indikator	Jumlah Item	Nomor Item	Persentase (%)		Kategori Persentase
			Ya	Tidak	
Tingkat pengetahuan remaja putri terhadap siklus menstruasi.	10	1	100	0	Sangat Baik
		2	100	0	Sangat Baik
		3	85	15	Baik
		4	68,33	31,67	Cukup Baik
		5	80	20	Baik
		6	33,33	66,67	Tidak Baik
		7	71,66	28,34	Cukup Baik
		8	50	50	Cukup Baik
		9	100	0	Sangat Baik
		10	98,33	1,67	Baik
Jumlah		10	786,65	213,35	
Persentase			78,67	21,34	Baik

Dari Tabel 1 dapat dilihat persentase dari tingkat pengetahuan remaja putri terhadap siklus menstruasi di SMP N 9 Payakumbuh. Secara keseluruhan tingkat pengetahuan remaja putri di SMP N 9 Payakumbuh dikategorikan baik. Persentase sikap remaja putri pada saat mengalami siklus menstruasi dapat dilihat pada Tabel 2.

Tabel 2. Persentase Sikap Remaja Putri Pada Saat Mengalami Siklus Menstruasi.

Indikator	Jumlah Item	Nomor Item	Persentase (%)		Kategori Persentase
			Ya	Tidak	
Sikap remaja putri pada saat mengalami siklus menstruasi.	10	1	38,33	61,67	Tidak Baik
		2	90	10	Baik
		3	78,33	21,67	Baik
		4	56,66	43,34	Cukup Baik
		5	76,66	23,34	Baik
		6	100	0	Sangat Baik
		7	100	0	Sangat Baik
		8	98,33	1,67	Baik

		9	95	5	Baik
		10	18,33	81,67	Sangat Tidak Baik
Jumlah		10	751,64	248,36	
Persentase			75,17	24,84	Baik

Untuk persentase dampak pengetahuan remaja tentang menstruasi dengan sikap penanganan disaat mengalami menstruasi, dapat dilihat pada Tabel 3. Kategori persentase yang didapat cukup baik. Tabel 3. Persentase Dampak Pengetahuan Remaja Tentang Menstruasi Dengan Sikap Penanganan Disaat Mengalami Menstruasi.

Indikator	Jumlah Item	Nomor Item	Persentase (%)		Kategori Persentase
			Ya	Tidak	
Dampak pengetahuan remaja putri tentang siklus menstruasi dengan sikap penanganan disaat mengalami menstruasi.	10	1	93,33	6,67	Baik
		2	95	5	Baik
		3	41,66	58,34	Tidak Baik
		4	56,66	43,34	Cukup Baik
		5	60	40	Cukup Baik
		6	46,66	53,34	Tidak Baik
		7	100	0	Sangat Baik
		8	75	25	Baik
		9	90	10	Baik
		10	86,66	13,34	Baik
Jumlah		10	744,97	255,03	
Persentase			74,50	25,50	Cukup Baik

Keseluruhan persentase dampak pengetahuan remaja putri tentang siklus menstruasi dengan sikap penanganan disaat mengalami menstruasi dikategorikan cukup baik. Dari Tabel diatas maka diperoleh persentase keseluruhan dari masing-masing indikator variabel pengetahuan dan sikap remaja putri terhadap siklus menstruasi di SMP N 9 Payakumbuh, dan hasilnya dapat dilihat pada Tabel 4.

Tabel 4. Persentase Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Terhadap Siklus Menstruasi di SMP N 9 Payakumbuh.

Variabel	Indikator	Jumlah Item	Persentase (%)		Kategori Persentase
			Ya	Tidak	
	Tingkat pengetahuan remaja putri terhadap siklus menstruasi.	10	78,67	21,34	Baik

Pengetahuan dan sikap remaja putri terhadap siklus menstruasi di SMP N 9 Payakumbuh	Sikap remaja putri pada saat mengalami siklus menstruasi.	10	75,17	24,84	Baik
	Dampak pengetahuan remaja putri tentang siklus menstruasi dengan sikap penanganan disaat mengalami menstruasi.	10	74,50	25,50	Cukup Baik
Jumlah		30	76,11	23,90	Baik

Berdasarkan analisis data yang telah dilakukan, umumnya remaja putri di SMP N 9 Payakumbuh mempunyai tingkat pengetahuan yang baik terhadap siklus menstruasi dengan persentase 78,67 %, sesuai dengan pendapat (Arikunto, 2001:35), tingkat pengetahuan dapat dibagi menjadi 3 yaitu tingkat pengetahuan baik jika seseorang mempunyai 76% -100% pengetahuan, tingkat pengetahuan cukup apabila seseorang mempunyai 56% - <76% pengetahuan dan tingkat pengetahuan kurang baik jika seseorang mempunyai <56% pengetahuan.

Sikap remaja putri pada saat mengalami siklus menstruasi didapat dengan persentase 75,17 % yang dinyatakan dengan kategori baik. Sebanyak 90% dari responden menyatakan bahwa mereka pernah mengalami gangguan pada saat menstruasi, gangguan tersebut ada yang menganggu pada aktivitas remaja putri dan ada juga remaja putri yang merasakan hal biasa-biasa saja pada saat mereka menstruasi.

Untuk dampak pengetahuan remaja putri tentang siklus menstruasi dengan sikap penanganan disaat mengalami menstruasi diperoleh dengan persentase 74,50% dinyatakan dalam kategori cukup baik. Hal tersebut dibuktikan dengan 95% dari responden menyatakan dengan bekal pengetahuan mereka tentang menstruasi yang didapat dari orang sekeliling, sangat bermanfaat ketika mengalami siklus menstruasi. Remaja putri juga merasakan ada perbedaan kondisi tubuh mereka pada saat menstruasi dengan pada saat mereka tidak mengalami menstruasi, seperti yang dinyatakan 90 % responden. Siklus menstruasi memberikan perubahan pada diri remaja putri dan mereka menyatakan bahwa siklus menstruasi membuat mereka menjadi lebih mengerti bagaimana siklus menstruasi terjadi dalam tubuh.

Dari pernyataan langsung empat orang remaja putri kelas IX SMP N 9 Payakumbuh, dua orang remaja putri menyatakan sudah mengetahui bahwa pada saat remaja akan terjadi menstruasi dan mereka tidak bingung lagi ketika menstruasi pertama (*menarche*) terjadi. Hal tersebut karena mereka juga sering membaca buku tentang menstruasi. Dua orang remaja putri yang lainnya menyatakan meskipun masih cemas pada waktu mengalami menstruasi, akan tetapi mereka tidak malu bertanya pada orang tua dan teman-temannya sehingga remaja putri tersebut paham tentang siklus menstruasi yang sebenarnya.

Tiga orang remaja putri yang diwawancara, mereka mengalami gangguan yang sama yaitu sakit perut, sakit pinggang, pemarah dan malas untuk beraktivitas. Meskipun demikian remaja putri selalu berusaha untuk melawan rasa malas tersebut. Adapun gejala-gejala sebelum datangnya menstruasi yang mereka rasakan berupa rasa nyeri pada perut bagian bawah dan sensitif soal perasaannya. Untuk mengatasi semua gejala dan gangguan siklus menstruasi tersebut tiga dari remaja putri yang diwawancara menyatakan selalu minum obat/ jamu untuk menghilangkan gangguan siklus menstruasi,

dan satu dari mereka tidak suka minum obat/ jamu tetapi lebih suka mengkonsumsi buah, sayur dan banyak minum air putih serta berolahraga teratur selama menstruasi.

Kebersihan alat kelamin sangat penting bagi semua remaja putri ini, karena mereka takut akan terjadi iritasi, gatal-gatal dan infeksi jamur pada alat kelamin mereka. Mengganti pembalut secara rutin juga merupakan hal yang selalu dilakukan remaja putri, selain untuk menjaga kebersihan mengganti pembalut juga dapat mengurangi kemungkinan tembus (kebocoran pembalut) yang selalu membuat risih pada saat beraktivitas. Selanjutnya, bekal pengetahuan yang dimiliki remaja putri sangat bermanfaat pada saat mereka mengalami siklus menstruasi.

Selain itu didapat persentase keseluruhan pengetahuan dan sikap remaja putri terhadap siklus menstruasi di SMP N 9 Payakumbuh sebanyak 76,11%, dinyatakan dalam kategori baik. Remaja putri mempunyai pengetahuan dan sikap yang baik, begitu juga dengan pengetahuan yang remaja putri miliki tersebut sudah diperaktekan dalam kehidupan sehari-hari, sehingga dampak pengetahuan remaja tentang menstruasi dengan sikap penanganan disaat mengalami menstruasi sudah berjalan seimbang.

SIMPULAN

Berdasarkan analisis data dan pembahasan, maka hasil penelitian tentang pengetahuan dan sikap remaja putri terhadap siklus menstruasi di SMP N 9 Payakumbuh dapat disimpulkan bahwa tingkat pengetahuan remaja putri terhadap siklus menstruasi diperoleh persentase 78,67 % dengan kategori baik. Sikap remaja putri pada saat mengalami siklus menstruasi diperoleh persentase 75,17 % dengan kategori baik. Dampak pengetahuan remaja tentang menstruasi dengan sikap penanganan disaat mengalami siklus menstruasi diperoleh persentase 74,50 % dengan kategori cukup baik. Keseluruhan persentase pengetahuan dan sikap remaja putri terhadap siklus menstruasi di SMP N 9 Payakumbuh, sebanyak 76,11 % dengan kategori baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Anonim B. (2009) *Psikologi Remaja, Karakteristik dan Permasalahannya*. <http://netsains.com/2009/04/psikologi-remaja-karakteristik-dan-permasalahannya/>.
- Arikunto, S. (2001). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Margono. (2003). *Metodologi Penelitian Pendidikan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Muhibbinsyah. (2001). *Konsep-Konsep Dasar Pengetahuan*. <http://www.docstoc.com/docs/29817169/konsep-konsep-dasar-pengetahuan>.
- Notoatmodjo. (2003). *Pendidikan Dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sudjana, N dan Ibrahim. (2007). *Penelitian dan Penilaian Pendidikan*. Bandung: Sinar Baru Algensindo.
- Sugiyono. (2007). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*. Bandung: Alfabeta.
- Suhardi. (2009). *Bergiat Dalam Penelitian Ilmiah Remaja*. Yogyakarta: Flamingo.
- Suhartini. D. (2010). *Hubungan Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Dismenorhea Dengan Sikap Penanganan Dismenorhea Primer*. Skripsi. Surakarta: Universitas Sebelas Maret.
- Verrals. S. (1997). *Anatomi dan Fisiologi Terapan dalam Kebidanan*. Jakarta: EGC.
- Widyastuti, dkk. (2009). *Kesehatan Reproduksi*. Yogyakarta : Fitramaya.
- Wiknjosastro, H. (2008). *Ilmu Kandungan*. Jakarta : PT. Bina Pustaka.