

## Deskripsi Siklus Menstruasi Pada Wanita Usia Subur dengan Akseptor KB Suntik

Suci Murniasih<sup>1</sup>, Happy Dwi Aprilina<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup> Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Purwokerto

Email: [happydwiaprilina@ump.ac.id](mailto:happydwiaprilina@ump.ac.id)

---

### Abstract

**Keywords:**  
*Injectable,  
family  
planning  
acceptor,  
menstrual  
cycle*

Hormonal contraception with injection the functions in preventing ovulation process. Side effects of contraception such as changes in body weight, menstrual cycle disorders, depression, vaginal discharge and acne. Disorders of menstrual pattern in injectable family planning acceptor such as amenorrhea, bleeding and duration of menstruation.

The objective to know the description menstrual cycle on women of childbearing age with injectable family planning acceptor

Quantitative research with descriptive approach design. 1-month injectable KB acceptors and 3-month injectable KB acceptors in the Puskesmas 1 Sokaraja working area are the population in this study. Purposive sampling as a data retrieval technique and data analysis techniques using univariate.

The result is demonstrate that the majority of respondents characteristic of 1 month old KB aged 20-35 years (87,%) Junior high school education (46,6%) not work (75,0%) While KB 3 month age 20-35 years (81,3%) SMA (51,3%) unemployed (75,0%) based on changing pattern of 1 month non-breastfeeding (65,6%) age of menarche 12 years (40,6%) multiparity parity (46,9%) 1 year (37,5%) Weight gain (84,4%) normal menstrual cycle (59,4%) normal blood count (93,8%) abnormal menstrual period (68,8%) and injecting 3 (56,3%)  $\pm$  1 years of age (34,4%) Weight gain (87,6%) No menstrual cycle (56,3%) Menarche age 11 years (37,5%) normal (100,0%) normal blood count (68,7%) abnormal menstrual period (62,5%).

Family planning acceptors injectable with 3 months experience changes in menstruation such as changes in menstrual cycle, menstrual blood count and menstrual period compared to family planning acceptors 1 month injectable.

---

### PENDAHULUAN

Jumlah penduduk di dunia semakin meningkat, hal ini permasalahan yang sama bagi negara maju maupun negara berkembang salah satunya negara Indonesia. Peningkatan pertumbuhan penduduk di Indonesia 1,38 % pertahun. Keadaan ini merupakan masalah kependudukan Indonesia sehingga memerlukan kebijakan kependudukan. Kebijakan kependudukan tersebut dilakukan dengan cara penduduk mengikuti program Keluarga Berencana (KB) (Sujiyatini, 2009).

Propinsi Jawa Tengah mengajak pasangan usia subur menjadi peserta KB. Program ini didukung dan diikutsertakan kader, PLKB, dan tenaga medis untuk menyukseskan program ini. Pada tahun 2014 jumlah peserta KB Baru hormonal 688.117 (92,15%) dan non hormonal 58.584 (7,85%) (BKKBN,2014).

Kabupaten Banyumas selama tahun 2015 terdapat 320.430 pasangan usia subur, dari jumlah tersebut 248.138 merupakan peserta KB aktif dengan menggunakan KB suntik sebagai pilihan disusul implant dan IUD. Pencapaian jumlah pasangan usia subur di Kabupaten Banyumas hingga akhir tahun 2015 naik dibanding tahun 2014, yaitu pada akhir 2015 terdapat 320.430 aseptor atau naik sebanyak 220 aseptor dibanding tahun 2014. Rincian penggunaan KB yang berjumlah 248.138 terdiri dari IUD sebanyak 32.908 aseptor, KB suntik sendiri menurun dari tahun 2014 yaitu berjumlah 133.320 dan sebelumnya berjumlah 139.456 (Depkes, 2015)

Cara kerja KB suntik primer yaitu menekan proses ovulasi. Kadar LH dan FSH menurun serta respon kelenjar hypopyse terhadap gonadotropin-releasing hormon eksogenous tidak berubah. Hal tersebut memberi kesan proses terjadi di hipotalamus daripada dikelenjar hypopyse, terutama pada pengguna DMPA endometrium menjadi dangkal dan atrofis dengan pemakaian jangka lama endometrium dapat menjadi sedemikian dikitnya sehingga tidak didapatkan atau hanya didapatkan sedikit. Cara kerja suntik Cyclofem tidak berbeda dengan suntik DMPA yaitu menekan ovulasi, membuat lendir serviks menjadi kental sehingga penetrasi sperma terganggu, serta mengalami perubahan pada endometrium kurang baik serta mengalami perubahan pada endometrium kurang baik sehingga penetrasi sperma terganggu untuk implantasi dari ovum yang telah dibuahi, dan menghambat kecepatan transport ovum ke tuba fallopi (Hartanto, 2010).

KB memiliki efek samping yang berbeda-beda, KB suntik memiliki efek samping yaitu perubahan berat badan, gangguan menstruasi, stres hingga depresi, jerawat dan sebagainya. Gangguan menstruasi tergantung pada lama pemakaian dan yang sering terjadi pada akseptor adalah flek darah, perdarahan ireguler, amenorea, perubahan dalam frekuensi, lama dan jumlah darah yang hilang. Clycloprovera dapat menimbulkan perdarahan teratur tiap bulan, mengurangi perdarahan bercak serta mengurangi perdarahan yang tidak normal (Hartanto, 2010)

Patofisiologi terjadinya gangguan menstruasi pada pemakaian kontrasepsi suntik belum jelas, namun berbagai penelitian tentang gangguan menstruasi pada pemakaian progesteron dikarenakan lonjakan estrogen secara sporandik dan turunnya estrogen secara persisten. Secara farmakologi medroxyprogesteron acetat (MPA) akan langsung diikat oleh reseptor progesteron di endometrium sehingga estrogen dan progesteron terganggu. Namun, gangguan pola menstruasi pada pemakaian kontrasepsi hormonal belum jelas.

Penelitian ini telah dilakukan studi pendahuluan pada bulan Januari 2018 dengan 11 akseptor KB suntik di Desa Karang Nanas, Sokaraja dengan hasil 8 dari 11 pengguna KB suntik mengatakan mengalami perubahan siklus menstruasi setelah menggunakan KB suntik, 3 orang mengatakan siklus menstruasi tidak teratur setiap bulannya (siklus terjadi kurang dari 21 hari atau lebih dari 32 hari) dan 5 orang lainnya mengatakan tidak mengalami menstruasi berturut turut lebih dari 3 bulan.

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pendidikan orang tua, tingkat kemandirian personal hygiene saat menstruasi serta hubungan antara pendidikan orang tua dengan tingkat kemandirian personal hygiene saat menstruasi pada remaja dengan intellectual disability di SLB Marsudi Putra Bantul.

## **METODE**

Metode penelitian ini menggunakan kuantitatif dengan pendekatan deskriptif, yang populasinya adalah akseptor KB suntik yang berjumlah 92 ibu. Teknik sampling

menggunakan *purposive sampling*. Kriteria inklusi pada penelitian ini adalah :1) Ibu yang menggunakan KB Suntik 1 bulan dan KB Suntik 3 bulan 2) Minimal 3 bulan menggunakan KB tersebut 3) Wanita Usia subur 20 - 45 tahun 4) Ibu menyusui atau tidak menyusui 5) Bersedia untuk menjadi responden. Kriteria eksklusi yaitu: 1) Responden yang sudah tidak menggunakan KB suntik 1 bulan maupun 3 bulan 2) Responden yang mengalami endometrosis. Jumlah sampel pada akseptor KB 3 bulan sebanyak 64 ibu dan pada akseptor KB 1 bulan sebanyak 32 ibu. Tempat dan waktu penelitian dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas 1 Sokaraja pada bulan Mei 2018. Instrumen pada penelitian ini menggunakan angket ceklis dan teknik pengumpulan data dengan cara pengisian kuesioner yang dilakukan sendiri oleh responden.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### 1. Karakteristik Responden

Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden pengguna KB Suntik 1 Bulan

Karakteristik Responden	KB suntik 1 Bulan		KB suntik 3 Bulan	
	F	%	F	%
Usia				
< 20 Tahun	0	0,0	0	0,0
20 - 35 Tahun	28	87,5	26	81,3
> 35 Tahun	4	12,5	6	18,7
Pendidikan				
SD	8	25,0	4	12,5
SMP	15	46,9	7	21,9
SMA	6	18,8	17	53,1
PT	3	9,4	4	12,5
Pekerjaan				
Tidak Bekerja	24	75,0	24	75,0
Bekerja	8	25,0	8	25,0
Menyusui				
Tidak	21	65,6	18	56,3
Ya	11	34,4	14	43,8
Usia Menarche				
11 Tahun	1	3,1	3	9,4
12 Tahun	13	25,0	12	37,5
13 Tahun	8	40,6	8	25,0
14 Tahun	7	21,9	7	21,9
15 Tahun	3	9,4	2	6,3
Paritas				
Primipara	9	28,1	12	37,5
Multipara	15	46,9	18	56,3
Grand Multipara	8	25,0	2	6,3
Total	32	100	32	100,0

Berdasarkan tabel 4.1 diketahui ada 64 responden (100,0) dengan rincian 32 akseptor KB suntik 1 bulan dan 32 akseptor KB suntik 3 bulan. Kelompok usia terbanyak adalah responden yang berusia 20 - 35 tahun KB suntik 1 bulan sebanyak 28 orang (87,5%) dan KB suntik 3 bulan 26 orang (81,3%), Pendidikan responden KB suntik 1 bulan dan 3 bulan terbanyak yaitu menengah sebanyak 15 orang (46,9%) KB

Suntik 3 bulan sebanyak 17 orang (53,1%) Pekerjaan mayoritas responden KB suntik tidak bekerja sebanyak 24 orang (75,0%).

Riwayat menyusui sebagian besar responden pengguna KB suntik 1 bulan dan 3 bulan tidak menyusui sebanyak 21 orang (65,6%), dan KB suntik 3 bulan sebanyak 18 orang (56,3%). Usia Menarche mayoritas usia menarche responden pengguna KB suntik 1 bulan dan 3 bulan pada usia 12 tahun sebanyak 13 orang (40,6%), dan KB suntik 3 bulan pada usia 12 tahun sebanyak 12 orang (37,5%). Paritas, sebagian besar responden pengguna KB suntik 1 bulan dan 3 bulan yaitu sebanyak (Multipara) 15 orang (46,9%) dan KB suntik 3 bulan (Multipara) 18 orang (56,3%).

Hasil penelitian didapatkan bahwa sebagian besar responden pengguna KB suntik 1 bulan dan KB suntik 3 bulan berumur 20 - 35 tahun. Penelitian ini sesuai dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Suyati (2014) yang menyatakan bahwa mayoritas wanita yang menggunakan KB suntik adalah wanita yang berusia 20-35 tahun yaitu berjumlah 29 responden (80,5%). Menurut Suratun (2008) bahwa perempuan berumur 20-49 tahun adalah pasangan usia produktif dan aktif melakukan hubungan seksual untuk mendapat keturunan. Pasangan usia subur (PUS) diharapkan secara bertahap menjadi peserta KB yang aktif sehingga memberi efek langsung pada penurunan jumlah penduduk. Usia merupakan salah satu faktor penting dalam pemilihan alat kontrasepsi, banyak wanita yang memilih untuk menghentikan pemakaian alat kontrasepsi untuk memperoleh keturunan.

Sebagian besar responden pengguna KB suntik 1 bulan berpendidikan SMP dan responden pengguna KB suntik 3 bulan berpendidikan SMA. Menurut Pratiwi (2015) tingkat pendidikan dan tingkat pengetahuan berbanding lurus. Tingkat pendidikan yang rendah merupakan salah satu faktor yang membuat responden tidak mengetahui mengenai efek samping yang ditimbulkan oleh alat kontrasepsi yang digunakannya.

Responden tidak bekerja adalah yang terbanyak, Pekerjaan yaitu suatu kegiatan dan usaha dengan tujuan untuk menghasilkan uang (Depkes RI, 2015).

Menurut Putri (2010) menunjukkan bahwa pemilihan jenis kontrasepsi dapat dipengaruhi oleh tingkat pendapatan seseorang. Kontrasepsi suntik 3 bulan biasanya dipilih oleh responden yang tidak bekerja, karena dengan harga yang relatif lebih murah dan dapat digunakan untuk waktu 3 bulan.

## 2. Karakteristik Berdasarkan Pola Perubahan

Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Karakteristik Berdasarkan Pola Perubahan pengguna KB Suntik 1 Bulan dan KB Suntik 3 bulan

Pola Perubahan	KB Suntik 1 Bulan		KB Suntik 3 Bulan	
	F	(%)	F	%
Lama Pemakaian KB Suntik				
< 1 Tahun	6	18,8	11	34,4
1 Tahun	12	37,5	9	28,1
2 Tahun	8	25,0	8	25,0
3 Tahun	5	15,6	1	3,1
4 Tahun	1	3,1	3	9,4
Berat Badan				
Tetap	5	15,6	4	12,5
Naik	27	84,4	28	87,5
Siklus Menstruasi				

Tidak Normal	19	59,4	32	100,0
Normal	13	40,6	0	0,0
Jumlah Darah				
Menstruasi	14	43,8	22	68,8
Tidak Normal	18	56,3	10	31,3
Normal				
Lama Menstruasi				
Tidak Normal	10	31,3	20	62,5
Normal	22	68,8	12	37,5
Total	32	100,	32	100,0
		0		

Berdasarkan Lama pemakaian sebagian besar responden pengguna KB suntik 1 bulan telah menggunakan KB Suntik selama 1 tahun sebanyak 12 orang (37,5%), dan responden pengguna KB suntik 3 bulan telah menggunakan KB Suntik selama 1 tahun sebanyak 11 orang (34,4%). Berat badan pengguna KB suntik sebagian besar responden pengguna KB suntik 1 bulan dan 3 bulan mengalami kenaikan berat badan selama menggunakan KB Suntik sebanyak 27 orang (84,4%), dan KB suntik 3 bulan sebanyak 28 orang (87,5%).

Berdasarkan Siklus menstruasi sebagian besar responden pengguna KB suntik 1 bulan KB suntik 3 bulan mengalami siklus menstruasi tidak normal sebanyak 19 orang (59,4%), dan sebanyak 32 orang (100,0%). Jumlah darah sebagian besar responden pengguna KB suntik 1 bulan mengalami jumlah darah menstruasi normal sebanyak 18 orang (56,3%), dan KB suntik 3 bulan mengalami jumlah darah menstruasi tidak normal sebanyak 22 orang (68,8%). Lama menstruasi sebagian besar responden pengguna KB suntik 1 bulan mengalami lama menstruasi normal sebanyak 22 orang (68,8%), dan KB suntik 3 bulan mengalami lama menstruasi tidak normal sebanyak 20 orang (62,5%).

Responden rata-rata memiliki anak yang sudah tidak diberikan ASI yaitu berusia balita sampai remaja. Menurut Wahyuni (2012) dalam Afriani yaitu siklus menstruasi yang tidak lancar yang terjadi pada ibu yang menyusui dipengaruhi oleh kelebihan hormon prolaktin (hormon pengatur produksi ASI), ketika ibu menyusui secara eksklusif maka ibu membutuhkan produksi ASI yang lebih banyak sehingga produksi hormon prolaktin juga meningkat hal ini menyebabkan ibu yang sedang menyusui menyebabkan tidak terjadinya ovulasi (pematangan dan pengeluaran sel telur) hal ini menyebabkan ibu yang sedang menyusui mendapatkan menstruasi dalam jangka waktu yang lebih lama dibanding ibu yang tidak menyusui, kebanyakan ibu kembali mengalami menstruasi secara normal setelah 6-8 bulan setelah melahirkan bahkan ada yang baru mengalami menstruasi setelah 18-24 bulan setelah melahirkan hal tersebut terjadi apabila ibu memberikan ASI nya secara eksklusif dan dapat digunakan oleh ibu yang baru melahirkan sebagai alat kontrasepsi alami selama 6 bulan post partum.

Hasil penelitian didapatkan bahwa sebagian besar usia menarche responden pengguna KB suntik 1 bulan dan KB Suntik 3 bulan yaitu pada usia 12 tahun . Menstruasi pertama atau menarche pada yang dialami perempuan pada usia 13 - 14 tahun, namun pada beberapa kasus dapat terjadi pada usia  $\leq 12$  tahun (Manuaba, 2010). Usia menarche ( $\leq 12$  tahun) dianggap terlalu muda dimana organ - organ reproduksi belum bisa berkembang secara maksimal dan dapat menyebabkan

penyempitan pada leher rahim, sehingga dapat menimbulkan rasa sakit pada saat menstruasi karena organ reproduksi wanita belum bisa bekerja dengan maksimal.

Hasil penelitian didapatkan bahwa sebagian besar responden pengguna KB suntik 1 bulan dan KB Suntik 3 bulan yaitu (Multipara) Penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Pratiwi (2015) dengan hasil besar responden telah memiliki anak 2 yaitu sebanyak 13 orang (39,4%). Penelitian ini dapat dijadikan tolak ukur dalam pencapaian keberhasilan program berencana ataupun pemilihan metode kontrasepsi. Tujuan dari program KB adalah untuk mengurangi jumlah kelahiran serta membatasi jumlah anak. Responden yang menggunakan KB Suntik mayoritas memiliki 2 anak.

Lama pemakaian sebagian besar responden pengguna KB suntik 1 bulan dan KB Suntik 3 bulan telah menggunakan KB Suntik selama 1 tahun. Penggunaan kontrasepsi suntik lebih dari 1 tahun ini sesuai dengan tujuan kontrasepsi yaitu untuk menjarangkan kehamilan. Penggunaan Kontrasepsi Suntik Progestin Menyebabkan ketidak seimbangan hormon, dengan Penggunaan Suntik Hormonal tersebut membuat dinding endometrium yang semakin menipis hingga menimbulkan bercak perdarahan. Efek pada pola haid tergantung pada lama pemakaian alat kontrasepsi melebihi 2 tahun.

Berat badan sebagian besar responden pengguna KB suntik 1 dan KB Suntik 3 bulan mengalami kenaikan selama menggunakan KB Suntik. Penggunaan KB Suntik dapat menyebabkan kenaikan berat badan, karena menyebabkan peningkatan hormon progesteron. Hormon progesteron dapat merubah karbohidrat dan gula menjadi lemak. Kenaikan berat badan berkisar 1 kg sampai 5 kg dalam tahun pertama pemakaian (Saifuddin, 2010).

Siklus Menstruasi sebagian besar responden pengguna KB suntik 1 bulan mengalami siklus menstruasi normal dan responden pengguna KB suntik 3 bulan mengalami siklus menstruasi tidak normal.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan Antika dita (2014) menyatakan dari 71 responden yang diteliti sebagian mengalami siklus menstruasi tidak normal menggunakan kontrasepsi KB suntik DMPA (100%) untuk siklus normal (31%) pada akseptor KB suntik cyclofem. Siklus menstruasi merupakan waktu sejak hari pertama menstruasi sampai datangnya menstruasi periode berikutnya. Sedangkan panjang siklus menstruasi adalah jarak antara tanggal mulainya menstruasi yang lalu dan mulainya menstruasi berikutnya.

Hasil penelitian didapatkan bahwa sebagian besar responden pengguna KB suntik 1 bulan normal dan KB Suntik 3 bulan mengalami jumlah darah menstruasi tidak normal. Efek samping penggunaan KB Suntik adalah terjadinya perubahan pola menstruasi. Kelebihan menggunakan KB Suntik 1 bulan adalah tidak mengalami perubahan pola menstruasi sedangkan pada pengguna KB Suntik 3 bulan terdapat gangguan menstruasi diantaranya amenore, spotting/bercak-bercak dan menoragia (Sulistiyawati, 2012).

Lama menstruasi sebagian besar responden pengguna KB suntik 1 bulan normal dan KB Suntik 3 bulan mengalami tidak normal Menstruasi adalah proses luruhnya dinding rahim bagian dalam yang disertai dengan pendarahan yang terjadi secara berulang setiap bulan, kecuali pada saat terjadi kehamilan. Hari pertama terjadinya menstruasi dihitung sebagai awal setiap siklus menstruasi (hari ke - 1). Menstruasi akan terjadi 3 - 7 hari. Hari terakhir menstruasi adalah waktu berakhir sebelum mulai siklus menstruasi berikutnya (Sumodarsono, 2008).

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil dan pembahasan penelitian diatas peneliti menyimpulkan sebagai berikut: Mayoritas usia responden KB suntik 1 bulan dan KB suntik 3 bulan adalah usia 20 - 35 tahun, Tingkat Pendidikan responden KB suntik 1 bulan terbanyak SMP dan KB Suntik 3 bulan SMA, sebagian besar responden KB suntik 1 bulan dan KB suntik 3 bulan tidak bekerja. Berdasarkan hasil penelitian pengguna KB Suntik 3 bulan lebih banyak mengalami perubahan menstruasi yang meliputi perubahan siklus menstruasi, jumlah darah menstruasi dan lama menstruasi dibandingkan dengan KB suntik 1 bulan.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih atas suport kepala Puskesmas Sokaraja I yang memberikan ijin kepada peneliti sehingga dapat melakukan penelitian di wilayah kerja Puskesmas Sokaraja I. Terima kasih kepada tenaga kesehatan di wilayah kerja Puskesmas Sokaraja I yang telah membantu dalam proses pengumpulan data dalam penelitian ini.

## DAFTAR PUSTAKA

- Antika. (2014). Hubungan KB suntik dengan siklus menstruasi pada akseptor KB suntik di wilayah kerja Puskesmas Ponjong 1 Gunung Kidul. *digilib.unisayogya.ac.id*
- BKKBN. (2014). *Pembangunan kependudukan dan keluarga berencana nasional Provinsi Jawa Tengah, BKKBN*. Jawa Tengah: Buku Panduan Praktis Pelayanan Kontrasepsi edisi 3 tahun 2014
- Bobak I.M., Lowdermik D.L. dan Jensen M.D. (2008). *Buku Ajar Keperawatan Maternitas*. Jakarta: EGC
- Depkes RI. (2015). *Profil kesehatan Indonesia*. Jakarta: Depkes RI
- Hartanto, Hanafi. (2010). *Keluarga berencana dan kontrasepsi*. Jakarta: Pustaka Sinar Harapan
- Kusmiran, E. (2012). *Kesehatan reproduksi remaja dan wanita*. Jakarta: Salemba Medika
- Lesman V., Gunawan I., dan Khoidar A. (2012). Hubungan penggunaan alat kontrasepsi KB suntik dengan gangguan siklus haid di wilayah kerja Puskesmas Rantau Tjeng Kecamatan Pugung Kabupaten Tanggamus. *malahayati.ac.id*
- Manuaba. (2010). *Ilmu kebidanan penyakit kandungan dan KB*. Jakarta: EGC
- Pratiwi, Septian Nur. (2015). Hubungan pemakaian metode kontrasepsi dengan perubahan siklus menstruasi pada ibu usia produktif di Puskesmas Pakis, Surabaya. *Jurnal Kesehatan STIKES Hangtuh Surabaya*.
- Putri, Dayu (2012). Gambaran pola menstruasi akseptor suntik 1 bulan dan 3 bulan di BPM Tlogosari Semarang. <http://jurnal.unimus.ac.id>
- Saifuddin A. (2010). *Buku panduan praktis pelayanan kontrasepsi*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo
- Siswosudarmo (2009). *Pengertian dan prinsip kerja kontrasepsi*. Jakarta: EGC
- Sugiyono. (2010). *Metode penelitian pendidikan pendekatan kuantitatif, kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Sulistiyawati, A. (2012). *Pelayanan keluarga berencana*. Jakarta: Salemba Medika
- Suratun, S.H dan Manurug S. (2008). *Pelayanan keluarga berencana dan pelayanan kontrasepsi*. Jakarta: Trans info media

- Suyati. (2014). Pengaruh dukunagn suami terhadap ketepatan kunjungan ulang akseptor KB suntik. *Skripsi Universitas Pesantren Tinggi Darul Ulum Jombang*.
- Sherwood, Lauralee. (2010). *Fisiologi manusia*. Jakarta: EGC
- Winkjosastro, Hanifa. (2010). *Ilmu kandungan*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo