

HUBUNGAN PENGETAHUAN MENSTRUASI DENGAN KESIAPAN MENGHADAPI MENARCHE PADA SISWI SD KELAS IV, V, VI

Fadhliya Ika Ningrum¹, LA.Wijayanti^{2*}, Dwi Estuning R³, Ririn Indriani⁴

¹⁻⁴Program Studi STr. Kebidanan Kediri, Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang

Email Korespondensi: ajengg1612@gmail.com

Disubmit: 23 Juli 2025

Diterima: 28 Oktober 2025

Diterbitkan: 01 November 2025

Doi: <https://doi.org/10.33024/mahesa.v5i11.21786>

ABSTRACT

The Indonesian Demographic and Health Survey (SDKI) for Adolescents in 2021 found that the average age of menarche occurred in 27.7% of girls aged 13, 22.9% aged 14, 10.9% aged 15, 2.3% aged 16, and 3.6% aged 17. This study aims to determine the level of menstrual knowledge, the readiness to face menarche, and the relationship between the two. This research used a quantitative approach with a cross-sectional correlational design. A total of 45 female students were selected through simple random sampling. The research instrument used was a structured questionnaire, and data analysis was conducted using the Spearman Rank test. The results showed that most respondents had a moderate level of menstrual knowledge (62.2%), followed by good knowledge (20%), and low knowledge (17.8%). In terms of readiness for menarche, 37.8% were ready, while 62.2% were not. The statistical test showed a significant relationship between menstrual knowledge and readiness for menarche ($p = 0.001$). Improving early education on menstruation is crucial in preparing young girls emotionally and cognitively to face the changes of puberty with confidence.

Keywords: *Menstrual Knowledge, Menarche Readiness, Female Students, Elementary School.*

ABSTRAK

Survei Demografi Kesehatan Indonesia (SDKI) Remaja tahun 2021 menemukan bahwa rata-rata usia *Menarche* adalah 27,7% pada anak berusia 13 tahun, 22,9% pada anak berusia 14 tahun, 10,9% pada anak berusia 15 tahun, 2,3% pada anak berusia 16 tahun, dan 3,6% untuk anak berusia 17 tahun. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat pengetahuan tentang menstruasi, kesiapan menghadapi menarche, dan hubungan antara keduanya. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasi cross-sectional. Jumlah sampel sebanyak 45 siswi, diambil secara simple random sampling. Instrumen yang digunakan berupa kuesioner terstruktur, dan analisis data menggunakan uji Spearman Rank. Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar responden memiliki pengetahuan cukup tentang menstruasi (62,2%), berpengetahuan baik (20%), dan memiliki pengetahuan kurang (17,8%). Sebanyak 37,8% responden siap menghadapi menarche, sementara 62,2% tidak siap. Uji statistik menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan menstruasi dengan kesiapan menghadapi menarche ($p=0,001$). Kesimpulan:

Peningkatan edukasi mengenai menstruasi sejak dini sangat diperlukan untuk membentuk kesiapan emosional dan pengetahuan remaja putri menjelang masa pubertas.

Kata Kunci: Pengetahuan Menstruasi, Kesiapan Menarche, Siswi, Sekolah Dasar

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan peralihan dari masa anak-anak menuju masa dewasa yang bermula dari munculnya ciri-ciri seksual sekunder dan diakhiri dengan berhentinya pertumbuhan tubuh, sekitar usia 11 sampai 19 tahun. World Health Organization atau WHO (2022) menyebut, masa remaja merujuk pada periode antara masa kanak-kanak dan dewasa, dimulai dari rentang usia 10 hingga 19 tahun. Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 25 mendefinisikan masa remaja sebagai individu yang berusia antara 10 hingga 18 tahun (Kemenkes RI, 2023). Badan Pusat Statistik (BPS) melaporkan bahwa pada tahun 2022 jumlah kelompok remaja usia 10 hingga 19 tahun di Indonesia mencapai 44,2 juta penduduk (BPS, 2023). (Kholifah, 2024)

Remaja yang akan mengalami Menarche membutuhkan kesiapan mental yang baik. Kesiapan menghadapi Menarche keadaan yang menunjukkan bahwa seorang siap untuk mencapai salah satu kematangan fisik yaitu dengan datangnya Menarche (Yusuf et al., 2020). Menarche merupakan menstruasi pertama yang terjadi pada masa awal remaja di tengah masa pubertas sebelum memasuki masa reproduksi. Seiring dengan perkembangan biologis maka pada usia tertentu seseorang mencapai tahap kematangan organ - organ seks yang ditandai dengan menstruasi pertama. (Febrianti, 2017).

Menurut World Health Organization (2019) sekitar

seperlima penduduk dunia dari remaja berusia 10-19 tahun telah mengalami Menarche. Menurut Kemenkes RI (2019) umur kejadian Menarche di Indonesia rata-rata terjadi pada umur 12,4 tahun dengan prevalensi 60%, pada usia 9-10 tahun sebanyak 2,6%, usia 11-12 tahun sebanyak 30,3%, dan pada usia 13 tahun sebanyak 30%. Sisanya mengalami Menarche di atas umur 13 tahun. (Rahmawati et al., n.d.) Penelitian di Turki menunjukkan usia Menarche mengalami penurunan dari 12,2 tahun pada tahun 2016 menjadi 11,9 tahun pada tahun 2018 (Döğerkk, 2018). Penelitian di Cina juga menunjukkan penurunan dari 13,1 tahun pada tahun 2016 menjadi 12,5 pada tahun 2020 (Wu dkk, 2020). Di Amerika Serikat yang menunjukkan penurunan dari 12,7 pada tahun 2016 menjadi 12,5 di tahun 2018 (Biro dkk, 2020). (Kholifah, 2024)

Di Indonesia umur termuda anak perempuan mengalami Menarche adalah 9 tahun dan tertua adalah 16 tahun. Survei Demografi Kesehatan Indonesia (SDKI) Remaja tahun 2021 menemukan bahwa rata-rata usia Menarche adalah 27,7% pada anak perempuan berusia 13 tahun, 22,9% pada anak perempuan berusia 14 tahun, 10,9% pada anak perempuan berusia 15 tahun, 2,3% pada anak perempuan berusia 16 tahun, dan 3,6% untuk anak perempuan berusia 17 tahun. Menarche dini menimpa 2% remaja perempuan pada tahun 2021, menurut data SDKI (SDKI, 2021; Alfiah Nur Hasanah et al., n.d.)

Berdasarkan data di Jawa Timur, sekitar 0,1% remaja putri mengalami Menarche lebih awal

pada usia 6 sampai 8 tahun, dan sekitar 26,3% lainnya mendapat Menarche pada usia lebih dari 14 tahun (kemenkes, 2020). (Hidayah & Palila, 2018a). Berdasarkan Studi Pendahuluan yang dilakukan di SD Negeri Balowerti, Kota Kediri di dapatkan 80 siswi yang belum Menarche kelas IV, V, VI dengan pembagian 25 siswi (SD 1), 25 siswi (SD 2), dan 30 siswi (SD 3).

Hasil penelitian terdahulu yang dilakukan oleh (Liya Alyanah dan Andri Nur Sholihah, 2024) menyatakan bahwa status gizi yang tidak normal dan paparan media massa yang tinggi berhubungan signifikan dengan peningkatan kejadian Menarche dini pada siswi kelas VII di SMP Negeri 2 Gamping dan Hasil penelitian yang dilakukan oleh (Savitri Dewi dkk, 2022) menyatakan pentingnya intervensi pendidikan dalam membentuk kesiapan emosional dan pemahaman siswi terhadap perubahan yang akan mereka alami selama masa pubertas. Terjadinya Menarche dini meningkatkan resiko terjadinya penyakit kanker payudara, obesitas, penyakit kardiovaskuler, gangguan metabolik dan gangguan psikologi (Febrianti, 2017). (Febrianti, 2017) Kesiapan remaja menghadapi menstruasi, terutama Menarche, penting untuk mengurangi rasa cemas dan memberikan edukasi mengenai kesehatan sebelum dan sesudah Menarche. Oleh karena itu, remaja perlu mempersiapkan diri dalam menghadapi pengalaman ini (Sukarni & Wahyu, 2017). Dalam persiapan ini, remaja memerlukan berbagai bentuk dukungan, baik secara emosional, informasi, penghargaan, maupun dukungan instrumental. Dukungan tersebut dapat diperoleh dari keluarga (terutama orang tua), sekolah (guru), teman sebaya, serta lingkungan sosial seperti masyarakat dan media massa. Keluarga,

khususnya, menjadi lingkungan utama dan pertama yang berperan penting dalam perkembangan anak (Aryani, 2016).

Kurangnya pengetahuan tentang Menarche dapat menyebabkan dampak psikologis seperti kecemasan, kebingungan, ketegangan, rasa takut, keterkejutan, dan jantung berdebar, yang mengakibatkan remaja merasa tidak siap menghadapinya. Selain itu, kurangnya informasi dapat menimbulkan risiko kesehatan reproduksi seperti kehamilan dini, aborsi yang tidak aman, infeksi menular seksual (IMS) termasuk HIV, serta risiko pelecehan dan kekerasan seksual. Banyak remaja belum memperoleh informasi yang akurat mengenai menstruasi, sehingga menimbulkan kesalahpahaman. Bahkan, menstruasi sering dikaitkan dengan hal-hal negatif. Ketidaktahuan ini membuat remaja sulit menerima Menarche.

Memberikan edukasi tentang Menarche kepada remaja putri merupakan salah satu upaya yang dapat dilakukan oleh orang dewasa untuk membantu mereka lebih siap menghadapi menstruasi. Penting untuk memastikan bahwa informasi yang disampaikan didukung oleh materi yang berkualitas. Internet dan berbagai media lainnya hanyalah sebagian dari banyaknya sumber informasi yang tersedia bagi masyarakat. Remaja putri juga dapat memperoleh informasi dari keluarga, sekolah, dan teman sebaya. Teman sebaya memiliki peran yang signifikan dan sering kali menjadi panutan dalam perilaku yang berkaitan dengan kesehatan. Remaja cenderung lebih percaya pada teman sebaya, terutama jika teman-teman tersebut bersikap terbuka dan jujur dalam berbagi pengalaman serta tantangan. Namun, jika informasi yang diterima tidak tepat, hal ini dapat

menimbulkan persepsi yang keliru, sehingga remaja merasa malu saat mengalami Menarche. Selain itu, persepsi negatif ini juga dapat memicu berbagai masalah seperti pusing, mual, hingga gangguan menstruasi yang tidak teratur. (Alfiah Nur Hasanah et al., n.d.)

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan mengangkat judul “Hubungan pengetahuan tentang menstruasi dengan Kesiapan Menghadapi Menarche pada siswi Kelas IV, V, VI di SD Negeri Balowerti Kota Kediri”.

KAJIAN PUSTAKA

Pengertian Remaja

Remaja atau *adolescence* diartikan sebagai “tumbuh menjadi dewasa”. Pada masa ini individu melakukan eksplorasi psikologis untuk menentukan identitas diri. Remaja adalah masa terjadinya perubahan- perubahan dalam aspek kognitif, emosi, sosial, dan moral. Menurut WHO, remaja didefinisikan sebagai periode usia 10 sampai 19 tahun. Remaja adalah masa transisi dari anak-anak menuju dewasa, antara usia 10-24 tahun (Rosyida, 2020). Menurut Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 25 Tahun 2014, remaja merupakan kelompok rentang usia 10 sampai 18 tahun. Masa remaja adalah peralihan dari masa anak-anak menuju masa dewasa.

Definisi Pengetahuan

Pengetahuan berasal dari kata “tahu”, yang dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia berarti mengerti setelah melihat, mengalami, atau mengenal sesuatu. Menurut Mubarak, pengetahuan adalah segala sesuatu yang dipahami berdasarkan pengalaman pribadi, yang

berkembang seiring dengan bertambahnya pengalaman tersebut. Pengetahuan adalah hasil dari proses mengenali suatu objek setelah melakukan penginderaan. Kelima indera manusia yaitu pendengaran, penglihatan, penciuman, rasa, dan sentuhan terlibat dalam proses ini. Sebagian besar pengetahuan diperoleh melalui indera penglihatan dan pendengaran.

Kesiapan

Kata “siap” yang diberi awalan ke- dan akhiran -an membentuk istilah “kesiapan”. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), kesiapan didefinisikan sebagai kondisi seseorang yang bersiap-siap untuk mempersiapkan sesuatu. Kesiapan juga merujuk pada kemampuan seseorang untuk bertindak atau merespons terhadap suatu situasi tertentu (Reza Fajar Sari, 2022). Secara keseluruhan, kondisi kesiapan seseorang menentukan cara individu tersebut merespons suatu skenario yang dihadapinya.

Menstruasi

Menstruasi adalah proses keluarnya darah dan sel-sel tubuh dari vagina yang berasal dari dinding rahim wanita secara berkala. Dalam konteks lain, menstruasi juga dapat diartikan sebagai siklus alami yang terjadi secara rutin untuk mempersiapkan tubuh wanita setiap bulannya. Rata-rata lamanya menstruasi seorang wanita adalah 3-8 hari, dengan rata-rata siklus sekitar 28 hari setiap bulannya. Durasi maksimal menstruasi adalah 15 hari. Selama darah yang dikeluarkan masih dalam batas tersebut, maka disebut darah haid.

METODOLOGI PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan pendekatan korelasional yang bersifat cross-sectional, yaitu data dikumpulkan pada satu waktu untuk menganalisis hubungan antara tingkat pengetahuan tentang menstruasi dan kesiapan menghadapi menarche pada siswi kelas IV, V, VI di SD Negeri Balowerti Kota Kediri.

Populasi dalam penelitian ini adalah siswi kelas IV, V, VI di SDN Balowerti 1, 2, 3 Kota Kediri yang belum menarche sebanyak 80 orang. Sampel diambil sebanyak 45 siswi menggunakan teknik probability sampling dengan metode simple random sampling. Jumlah sampel ditentukan menggunakan rumus Slovin dengan margin of error 10%.

HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

Karakteristik	Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
Usia	10 tahun	17	37.8
	11 tahun	21	46.7
	12 tahun	7	15.6
Kelas	4	22	48.9
	5	23	51.1

Sumber: Data Primer, periode Juni 2025

Berdasarkan tabel 1 hampir setengah dari responden berada pada usia 11 tahun yaitu sebanyak 21 orang (46,7%) dan usia 10 tahun sebanyak 17 orang (37,8%). Sebagian Kecil dari Responden berada pada

usia 12 tahun yaitu sebanyak 7 orang (15,6%). Sebagian besar responden yaitu kelas 5 sebanyak 23 orang (51.1%), diikuti oleh kelas 4 sebanyak 22 orang (48,9%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Pengetahuan Menstruasi

Kategori Pengetahuan (%)	Frekuensi	Persentase
Baik	9	20.0
Cukup	28	62.2
Kurang	8	17.8
Total	45	100

Berdasarkan Tabel 2 sebagian besar dari responden memiliki tingkat pengetahuan yang cukup sebanyak 28 orang (62,2%), dan

sebagian kecil responden berpengetahuan baik sebanyak 9 orang (20%), dan sisanya 8 orang (17,8%) tergolong kurang.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Kesiapan Menghadapi Menarche

Kategori Kesiapan	Frekuensi	Persentase (%)
Siap	17	37.8
Tidak Siap	28	62.2
Total	45	100

Berdasarkan Tabel 3 sebagian besar responden tergolong tidak siap menghadapi *Menarche* yaitu sebanyak 28 siswi (62,2%) dan

hampir setengahnya dari responden tergolong siap menghadapi *Menarche* sebanyak 17 responden (37,8%).

Tabel 4. Tabulasi Silang Hubungan Pengetahuan Menstruasi dengan Kesiapan Menghadapi Menarche Pada siswi kelas IV, V, VI Di SD Negeri, Balowerti Kota Kediri

Pengetahuan	Kesiapan <i>Menarche</i>		Menghadapi		Total		Nilai- <i>p</i>
	Siap		Tidak Siap				
	F	%	F	%	F	%	
Baik	7	77.8	2	22.2	9	100	0.001
Cukup	10	35.7	18	64.3	28	100	
Kurang	0	0	8	100	8	100	
Total	17	37.8	28	62.2	45	100	

Tabel 4 menunjukkan sebanyak 45 responden. Responden yang memiliki pengetahuan baik yang siap menghadapi *Menarche* adalah 77,8% dan responden yang memiliki pengetahuan cukup, tidak siap menghadapi *Menarche* adalah 64,3% sedangkan responden dengan

pengetahuan kurang seluruhnya 100% tidak siap menghadapi *Menarche*. Hasil Uji statistic menunjukan terdapat hubungan signifikan antara pengetahuan tentang menstruasi dengan Kesiapan Menghadapi *Menarche* (nilai $p = 0,001 < 0,05$).

PEMBAHASAN

Mengidentifikasi Pengetahuan Menstruasi

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar siswi (62,2%) memiliki pengetahuan cukup mengenai menstruasi, sedangkan 20% memiliki pengetahuan baik dan 17,8% masih dalam kategori kurang. Temuan ini mengindikasikan bahwa sebagian besar anak sudah memperoleh informasi dasar tentang menstruasi, namun pemahaman yang lebih mendalam masih belum merata.

Menurut Wawan dan Dewi (2018), pengetahuan diperoleh melalui pengalaman, pendidikan, dan informasi yang diterima secara sadar. Pada anak usia sekolah dasar, informasi tentang pubertas dan menstruasi sebaiknya diberikan secara bertahap sejak kelas IV, karena secara biologis, tanda-tanda pubertas sudah mulai tampak di usia ini.

Namun berdasarkan observasi peneliti, pengetahuan anak seringkali masih setengah-setengah. Anak-anak tahu bahwa menstruasi

adalah keluarnya darah dari vagina, tetapi tidak memahami penyebabnya, cara menjaga kebersihan, atau cara menggunakan pembalut dengan benar. Kondisi ini disebabkan oleh kurangnya edukasi terstruktur di sekolah serta keterbatasan komunikasi terbuka di lingkungan keluarga.

Opini peneliti menyatakan bahwa banyak guru SD masih menganggap topik menstruasi sebagai hal sensitif sehingga enggan membahasnya secara terbuka. Sementara di sisi lain, sebagian ibu belum memahami cara menyampaikan informasi tersebut atau cenderung menunda-nunda hingga anak mengalami haid pertama.

Sebagai solusi, disarankan adanya Pojok Informasi Sehat di kelas atau perpustakaan mini. Guru atau wali kelas dapat menyediakan sudut khusus yang berisi buku cerita, gambar, atau komik ringan tentang pubertas dan menstruasi. Dengan cara ini, siswi dapat memperoleh pengetahuan secara santai dan berulang tanpa tekanan.

Mengidentifikasi Kesiapan Menghadapi Menarche

Hasil penelitian menunjukkan bahwa 62,2% siswi belum siap menghadapi menarche, sementara hanya 37,8% yang menyatakan siap. Temuan ini menjadi peringatan penting bahwa sebagian besar siswi belum memiliki kesiapan baik secara psikologis maupun praktis dalam menghadapi menstruasi pertama.

Menurut Hurlock (2007), kesiapan anak dalam menghadapi perubahan besar seperti menarche ditentukan oleh pengalaman sebelumnya, informasi yang didapat, dan dukungan dari lingkungan sekitar. Selain itu, Yuningsih & Mujiyanti (2023) menyebutkan bahwa ketidaksiapan anak sering disebabkan oleh rasa takut, malu,

dan bingung akibat kurangnya pemahaman serta minimnya pendampingan.

Berdasarkan opini peneliti, di lingkungan sekolah dasar anak perempuan masih belum memiliki tempat khusus atau orang dewasa yang bisa mereka ajak bicara ketika merasa takut atau bingung saat mengalami menstruasi pertama. Beberapa siswi bahkan menyatakan akan memilih diam dan langsung pulang jika mengalami menarche di sekolah.

Sebagai solusi, disarankan agar guru perempuan atau petugas UKS mengadakan kelas ringan tentang kesiapan haid untuk siswi kelas IV-VI. Kegiatan ini bisa dilakukan 2-3 kali dalam satu semester, dengan metode menyenangkan seperti role-play, menggambar, dan diskusi santai. Upaya ini bertujuan membantu siswi menyadari bahwa menstruasi adalah proses alami yang tidak perlu ditakuti.

Menganalisis Hubungan Pengetahuan Menstruasi dengan Kesiapan Menghadapi Menarche

Hasil uji statistik menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan menstruasi dengan kesiapan menghadapi menarche dengan nilai $p = 0,001$. Ini berarti bahwa anak dengan pengetahuan yang lebih baik memiliki kemungkinan lebih besar untuk siap saat menghadapi menstruasi pertama.

Data mendukung temuan tersebut:

- a. Dari 9 anak dengan pengetahuan baik, 7 di antaranya (77,8%) siap menghadapi menarche.
- b. Dari 28 anak dengan pengetahuan cukup, hanya 10 (35,7%) yang siap.
- c. Sedangkan dari 8 anak dengan pengetahuan kurang, tidak ada satupun yang siap (0%).

Menurut Notoatmodjo (2012), pengetahuan merupakan faktor dominan dalam membentuk sikap dan perilaku seseorang. Pengetahuan yang memadai akan membuat individu lebih siap dalam menghadapi perubahan yang dialami.

Opini peneliti menyatakan bahwa hasil ini memperkuat pentingnya edukasi tentang menstruasi yang sebaiknya dilakukan jauh sebelum menarche terjadi. Anak yang sudah memahami lebih dulu akan merasa lebih tenang dan tidak menganggap haid sebagai peristiwa yang menakutkan. Sebaliknya, anak yang belum mendapatkan informasi cenderung mengalami kecemasan dan rasa malu berlebihan saat mengalaminya.

Secara umum, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pengetahuan dan kesiapan menghadapi menstruasi pada siswi SD belum optimal, meskipun sebagian besar sudah memiliki informasi dasar. Kesenjangan antara mengetahui dan siap menghadapi menarche menandakan bahwa edukasi tentang menstruasi tidak cukup hanya disampaikan dalam bentuk teori, tetapi perlu dikemas secara menyenangkan, mudah dipahami, serta menyentuh aspek emosional anak.

Gabungan antara edukasi, latihan mental, dan dukungan lingkungan menjadi kunci penting dalam membentuk kesiapan menarche yang utuh. Oleh karena itu, peran guru, orang tua, dan tenaga kesehatan sekolah sangat dibutuhkan untuk menciptakan suasana terbuka, nyaman, dan aman bagi anak perempuan yang sedang memasuki masa pubertas.

KESIMPULAN

Sebagian besar siswi sudah memiliki pengetahuan dasar tentang

menstruasi, namun belum sepenuhnya memahami secara menyeluruh; 2) Kesiapan menghadapi menarche pada siswi masih rendah, ditandai dengan adanya rasa takut, malu, dan kebingungan saat membayangkan haid pertama; 3) Semakin baik pengetahuan yang dimiliki siswi, maka semakin besar pula kemungkinannya untuk siap menghadapi menarche; 4) Lingkungan sekolah dan keluarga memiliki peran penting dalam membentuk pengetahuan dan kesiapan siswi

DAFTAR PUSTAKA

- Alfiah Nur Hasanah, N., Ajeng Wijayanti, L., & Hardjito Poltekkes Kemenkes Malang, K. (N.D.). Di Sdn Banjaran 4 Kota Kediri. In *Jurnal Kebidanan (Jbd)* (Vol. 3, Issue 2).
- Anwar, C., & Febrianty, R. (2017). Hubungan Pengetahuan, Sikap Dan Peran Ibu Dengan Kesiapan Remaja Putri Menghadapi Menarche Pada Siswi Kelas 4-6 Di Sd 3 Peuniti Kota Banda Aceh. *Journal Of Healthcare Technology And Medicine*, 3(2), 154-165.
- Delima, M., Andriani, Y., & Lestari, T. (2020). Pendidikan Kesehatan Tentang Menstruasi Terhadap Kesiapan Dalam Menghadapi Menarche Pada Siswi Kelas V Dan Vi. *Jurnal Kesmas Asclepius*, 2(2), 97-104.
- Fatmawati, L., Syaiful, Y., & Tamada, M. (2022). Pendidikan Kesehatan Meningkatkan Pengetahuan Dan Kesiapan Menghadapi Menarche Pada Siswi Usia 9-12 Tahun. *Journals Of Ners Community*, 13(1), 51-63.

- Febrianti, R. (2017). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Menarche Dini Pada Siswi Kelas Vii Di Mtsn Model Padang Tahun 2017 Faktors Associated With Early Menarche In Female Students Of Class Vii In Mtsn Model Padang Tahun 2017. In *Unes Journal Of Scientech Research* (Vol. 2, Issue 1). [Http://Journal.Univ-Ekasakti-Pdg.Ac.Id](http://Journal.Univ-Ekasakti-Pdg.Ac.Id)
- Hastui, T. P., Widatiningsih, S., & Afifah, A. (2014). Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Menstruasi Dengan Kesiapan Menghadapi Menarche Pada Siswi Kelas V Dan Vi Di Sd Negeri Dangkel Parakan Temanggung Tahun 2014. *Jurnal Kebidanan*, 3(7), 16-23.
- Hermawati, R. L. (2016). *Hubungan Antara Tingkat Pengetahuan Menstruasi Dengan Kesiapan Menghadapi Menarche Pada Remaja Putri Di Kelas Vii Smp N 6 Purwokerto 2016* (Doctoral Dissertation, Universitas Muhammadiyah Purwokerto).
- Hidayah, N., & Palila, S. (2018b). Kesiapan Menghadapi Menarche Pada Remaja Putri Prapubertas Ditinjau Dari Kelekatan Aman Anak Dan Ibu. *Psymphatic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 5(1), 107-114. <https://doi.org/10.15575/psy.v5i1.2021>
- Indarsita, D., & Purba, Y. (2017). Pengetahuan Dan Kesiapan Remaja Putri Dalam Menghadapi Menarche Di Sd Negeri No 064023 Medan Tahun 2017. *Jurnal Ilmiah Pannmed (Pharmacist, Analyst, Nurse, Nutrition, Midwivery, Environment, Dentist)*, 12(2), 183-188.
- Kholifah, M. N. (2024). *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Menarche Dini Pada Remaja Putri Di Smp Negeri 1 Winong Factors Associated With Early Menarche In Adolescent Girls At Smp Negeri 1 Winong*. <https://journal.unnes.ac.id/journals/nutrizione/index>
- Lutfiya, I. (2017). Analisis Kesiapan Siswi Sekolah Dasar Dalam Menghadapi Menarche. *Jurnal Biometrika Dan Kependudukan*, 5(2), 135.
- Mahmudah, N., & Daryanti, M. S. (2021). Kesiapan Dalam Menghadapi Menarche Pada Siswi Sekolah. *Jurnal Jkft*, 6(1), 72-78.
- Nopia, E., Lina, L. F., & Angraini, W. (2020). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Dan Kesiapan Menghadapi Menarche Pada Siswi Sd Negeri 06 Ipuh Desa Semundam Kecamatan Ipuh Kabupaten Mukomuko. *Jurnal Ilmu Kesehatan Indonesia (Jiksi)*, 1(1).
- Nurmawati, I., & Erawantini, F. (2019). Hubungan Pengetahuan Tentang Menstruasi Dengan Kesiapan Siswi Sd Dalam Menghadapi Menarche. *Jurnal Kesehatan*, 12(2), 136-142.
- Pitaloka, R. D., Keswara, N. W., & Purwanti, A. S. (2024). Hubungan Pengetahuan Tentang Menstruasi Dengan Kesiapan Menghadapi Menarche Pada Siswi Kelas 4-6: The Relationship Of Knowledge About Menstruation And Readiness For Menarche In Grade 4-6 Students. *Binawan Student Journal*, 6(1), 36-41.
- Pitaloka, R. D., Keswara, N. W., & Purwanti, A. S. (2024). Hubungan Pengetahuan Tentang Menstruasi Dengan Kesiapan Menghadapi Menarche Pada Siswi Kelas 4-6: The Relationship Of Knowledge

- About Menstruation And Readiness For Menarche In Grade 4-6 Students. *Binawan Student Journal*, 6(1), 36-41.
- Rahmawati, A., Nurdianti, R., & Puspitasari, G. (N.D.). *Edukasi Menstruasi Melalui Media Tiktok Terhadap Kesiapan Menghadapi Menarche*.
- Simon, M., & Hutomo, W. M. P. (2021). Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Dengan Kesiapan Siswi Dalam Menghadapi Menarche Di Sd Islam Guppi Kota Sorong. *Nursing Inside Community*, 3(2), 38-44.
- Yuningsih, R., & Mujiyanti, S. (2023). Hubungan Pengetahuan Tentang Menstruasi Dengan Kesiapan Menghadapi Menarche Pada Siswa Kelas V Dan Vi. *Artikel Penelitian Jurnal Kesehatan*, 12(2). <https://doi.org/10.37048/Kesehatan.V12i2.280>
- Yusuf, Y., Kundre, R., Rompas, S., Studi, P., Keperawatan, I., Kedokteran, F., Sam, U., & Manado, R. (N.D.). *Hubungan Pengetahuan Menarche Dengan Kesiapan Remaja Putri Menghadapi Menarche Di Smp Negeri 3 Tidore Kepulauan*.