



PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN TENTANG MENARCHE TERHADAP TINGKAT PENGETAHUAN SISWI REMAJA KELAS VI DI SD NEGERI 004/XI PELAYANGRAYA KOTA SUNGAI PENUH

Ira Maulina Sa danoer¹, Ratih Septiana Arpen², Dina Ayuning Tyas³, Dinda Silvia⁴

^{1,2,3,4} Program Studi S1 Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Univesitas Sumatera Barat (UNISBAR) *Indonesia*

Info Artikel

Sejarah Artikel:
Diterima 20 April 2022
Disetujui 30 Mei 2022
Dipublikasi Oktober 2023

Kata Kunci :
Pendidikan Kesehatan,
Menstruasi, Pengetahuan,
Menarache

Corresponding author :
iramaulina1983@gmail.com

ABSTRAK

Dari Survey awal yang dilakukan diketahui bahwa ada 6 siswi dari jumlah total 30 siswi kelas IV SDN 004/XI Pelayang Raya, Kota Sungai Penuh yang sudah mengalami menarache. Padahal informasi tentang menstruasi belum pernah didapatkan oleh siswi kelas VI ini, sehingga para siswi kurang memiliki pengetahuan dan sikap yang baik tentang perubahan fisik dan psikologis terkait dengan menarache. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan tentang menstruasi terhadap tingkat pengetahuan remaja putri tentang menarache. Desain penelitian menggunakan *Quasy Eksperimen* dengan *Pre-test Post-test Control Group Design*. Teknik pengambilan sampel dengan *Total Sampling*. Sampel sejumlah 30 siswi. Instrumen yang digunakan yaitu kuesioner. Teknik analisis data menggunakan *paired t-test* dengan α 0,05. Hasil Penelitian menunjukkan sebelum diberikan pendidikan kesehatan tentang menarache terdapat sebagian besar siswi yang kurang pengetahuan tentang menarache yaitu sebanyak 13 orang siswi (43%), 11 orang memiliki pengetahuan cukup (37%), dan 6 orang yang memiliki pengetahuan baik tentang menarache (20%). Setelah diberikan pendidikan kesehatan tentang menarache, hampir seluruh responden memiliki pengetahuan baik tentang menarache yaitu sebanyak 28 orang (93%) dari 30 responden, dan 2 orang memiliki pengetahuan cukup (7%). dari Independent T-Test, diperoleh hasil P-Value = 0,000 < (0,05) sehingga H_0 diterima. Kesimpulan Penelitian Ini Ada Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Menarache Terhadap Tingkat Pengetahuan Siswi Remaja Kelas VI di SDN 004/XI Pelayang Raya, Kota Sungai Penuh Tahun 2022

Keywords:

Health Education,
Menstruation, Knowledge,
Menarche

ABSTRACT

From the initial data obtained, it is known that there are 6 students out of a total of 30 grade IV students at SDN 004/XI Pelag Raya, Sungai Penuh City who have experienced menarche. Even though information about menstruation has never been obtained by this fourth grade student, so the students lack knowledge and good attitudes about physical and psychological changes related to menarche. The purpose of this study was to determine the effect of health education on menstruation on the level of knowledge of young women about menarche. The research design used Quasy Experiment with Pre-test Post-test Control Group Design. The sampling technique is Non Probability Sampling with Total Sampling. The sample is 30 students. The instrument used is a questionnaire. The data analysis technique used paired t-test with 0.05. The results showed that before being given health education about menarche there were most of the students who lacked knowledge about menarche, namely 13 students (43%), 11 people had sufficient knowledge (37%), and 6 people who had good knowledge about menarche (20%). After being given health education about menarche, almost all respondents have good knowledge about menarche, as many as 28 people (93%) of 30 respondents, and 2 people have sufficient knowledge (7%). from the Independent T-Test, the results obtained P-Value = 0.000 < (0.05) so that Ha is accepted. The conclusion of this study is that there is an effect of health education on menarche on the level of knowledge of sixth grade adolescent students at SDN 004/XI Pelag Raya, Sungai Penuh City in 2022.

PENDAHULUAN

Masa remaja didefinisikan sebagai masa peralihan dari masa kanak-kanak kemasa dewasa. Di masa ini seseorang mengalami masa pubertas yang pada wanita salah satunya ditandai dengan datangnya menstruasi pertama (menarche). Datangnya menarche

mempunyai resiko untuk terjadinya gangguan psikologis pada remaja putri (Sholeha, 2016).

Fase tibanya haid pertama juga merupakan satu periode dimana perempuan benar-benar menjalani fungsi kewanitaannya. Remaja putri yang mengalami menarche sering

merasakan kebingungan dan kesedihan, hal ini terjadi karena banyaknya remaja yang tidak memahami dasar perubahan yang terjadi pada dirinya. Ketika menjelang awal menstruasi setiap remaja memiliki sikap dan respon yang berbeda (Wawan & Dewi M, 2016).

Menarche adalah menstruasi pertama yang terjadi akibat adanya suatu proses sistem hormonal yang kompleks. Setelah panca indra menerima rangsangan yang diteruskan ke pusat dan diolah oleh hipotalamus, dilanjutkan dengan hipofisi melalui sistem portal dikeluarkan hormone gonadotropik perangsang folikel dan luteinizing hormon untuk merangsang indung telur. Hormon perangsang folikel (FSH), merangsang folikel primordial yang di dalam perjalanannya dominan mengeluarkan hormon estrogen sehingga terjadi pertumbuhan dan perkembangan tanda seks sekunder (Siregar, 2018).

Selama ini sebagian masyarakat merasa tabu untuk membicarakan tentang masalah menstruasi dalam keluarga, sehingga remaja awal kurang memiliki pengetahuan dan sikap yang cukup baik tentang perubahan-perubahan fisik dan psikologis terkait dengan menarche. Perasaan bingung, gelisah, tidak nyaman selalu menyelimuti perasaan seorang remaja

putri yang mengalami menstruasi pertama kali (menarche) (Proverawati & Mirasoh, 2017).

World Health Organization (WHO) mendefinisikan remaja sebagai individu yang berusia 10-19 tahun (World Health Organization, 2018), sedangkan di Indonesia terdapat beberapa batasan usia remaja diantaranya yaitu menurut Peraturan Menteri Kesehatan No. 25 tahun 2014 bahwa remaja merupakan kelompok usia 10 sampai 18 tahun (Kementrian Kesehatan RI, 2014) dan menurut BKKBN Rentang usia remaja adalah 10-24 tahun dan belum menikah (Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN), 2015).

Data World Health Organization (WHO) tahun 2021 menunjukkan remaja dengan jumlah sekitar 18% dari jumlah penduduk yang ada di dunia atau sekitar 1,2 milyar jiwa (WHO 2015). Sementara itu data di Indonesia jumlah penduduk Indonesia 270.203.917, 2/3 berada di usia produktif, 17% adalah remaja (usia 10-19 tahun) atau sama dengan 46 juta, 48% perempuan dan 52% laki-laki, 51% usia 10-14 tahun dan 49% usia 15-19 tahun (UNICEF-profil remaja 2021).

Sedangkan di Jambi tahun jumlah remaja usia 10-14 tahun berjumlah 304 783 jiwa, 147 940

perempuan dan 156 843 laki-laki. Usia 15-19 tahun berjumlah 301 388 jiwa, 146 639 perempuan dan 154 749 laki-laki (Badan Pusat Statistik Provinsi Jambi, 2021).

Data sensus kependudukan tahun 2021 didapatkan bahwa usia 10-14 tahun berjumlah 108,86 jiwa, 3.995 laki-laki dan 3.670 perempuan, usia 14-19 tahun berjumlah 103,87 jiwa, 4.244 laki-laki dan 4086 perempuan (Badan Pusat Statistik Kota Sungai Penuh, 2021).

Hasil survei Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas, 2018) menunjukkan bahwa berdasarkan laporan responden yang sudah mengalami haid rata-rata usia menarche di Indonesia 13 tahun (20%) dengan kejadian lebih awal pada usia kurang dari 9 tahun. Secara nasional rata-rata usia menarche 13-14 tahun terjadi pada 37,5% anak Indonesia dan ada juga yang baru berusia 9 tahun sudah memulai siklus haid namun jumlah ini sedikit sekali (Astria, 2019). Berdasarkan data Dinas Pendidikan Kota Sungai Penuh tahun 2021 jumlah siswi terbanyak berdasarkan jenis kelamin wanita terdapat di SD Negeri 004/XI Pelayang Raya sebanyak 166 siswi.

Pertumbuhan dan perkembangan manusia menjadi dewasa mengalami suatu tahap yang disebut masa pubertas. Pubertas merupakan suatu tahapan

antara masa kanak-kanak menuju masa dewasa, biasanya dimulai saat usia delapan tahun sampai sepuluh tahun. Permulaan masa pubertas yang sering disebut sebagai pematangan fungsi reproduksi, pada wanita ditandai dengan haid. Remaja putri yang telah memasuki masa pubertas akan mengalami menarche. (Proverawati & Mirasoh, 2017).

Dampak yang sering ditimbulkan ketika mengalami menarche yaitu, merasa cemas, terkejut, sedih, kecewa, malu, khawatir dan bingung. Masa depan sangat tergantung pada kondisi kesehatan organ reproduksi wanita. Namun, bila perubahan secara cepat dan mendadak terutama berkaitan dengan organ reproduksinya menjadikan seorang anak perempuan tidak selalu mampu bersikap secara tepat terhadap organ reproduksinya. Jumlah penelitian lainnya menunjukkan bahwa remaja memiliki pengetahuan yang sedikit sehingga tidak memiliki pengetahuan yang lain tentang menstruasi pertama (menarche) (Astria, 2017).

Pengetahuan tentang menstruasi yang kurang mengakibatkan remaja akan menganggap datangnya menarche merupakan gejala dari datangnya suatu penyakit, sehingga menimbulkan kepanikan, dan beberapa remaja juga menganggap bahwa sangat kotor saat

menstruasi pertama, sehingga mereka merasa malu, hal tersebut membuat remaja putri tidak siap menghadapi datangnya menarche. Dampak dari ketidaksiapan menghadapi menarche adalah mempunyai resiko 4,079 kali berperilaku vulva hygiene tidak baik dibandingkan dengan remaja putri yang siap menghadapi menarche (Novitasari, 2018).

Pendidikan kesehatan merupakan proses belajar individu, kelompok atau masyarakat dari yang tidak tahu menjadi tahu sehingga remaja putri membutuhkan informasi tentang proses menstruasi dan kesehatan selama menstruasi. Salah satu sumber pemberian informasi yang dapat dilakukan adalah dengan melakukan pendidikan kesehatan, yang merupakan proses belajar pada individu, kelompok atau masyarakat dari yang tidak tahu menjadi tahu (Notoadmodjo, 2018)

Ilmu pengetahuan dapat memberikan rasa aman kepada manusia. Pengetahuan mengenai reproduksi memberitahukan apa yang dialami oleh seorang wanita yang sedang dalam masa puber merupakan sesuatu yang normal. Adanya perasaan bingung saat pertama kali mengalami menstruasi disebabkan oleh remaja putri tersebut kurang pengetahuan tentang menstruasi. Hal tersebut terjadi karena tidak mengetahui

apa-apa tentang menstruasi, dan mengira bahwa menstruasi merupakan bukti adanya penyakit dan bahkan yang mengalami perdarahan yang dapat menyebabkan kematian (Septina, Y., Nurohmah, 2021).

METODE PENELITIAN

Desain penelitian merupakan bentuk rancangan yang akan digunakan dalam melakukan prosedur penelitian. Dalam peneliti ini adalah menggunakan *Eksperimental. Metode Eksperimen*. Penelitian Eksperimen adalah penelitian yang mengadakan kegiatan percobaan terhadap subjek yang akan menerima perlakuan tertentu dalam masa waktu tertentu (variabel bebas), kemudian setelah masa percobaan itu selesai selanjutnya dilihat hasil dari perlakuan tersebut pengaruhnya terhadap variabel terikat. Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah *pretest – posttest one group design* yang artinya pengukuran dilakukan sebelum dan setelah perlakuan.

Penelitian ini menggunakan Quasy Eksperiment dengan Pre-test Post-test Control Group Design., dimana dua variabel yaitu variabel independen pendidikan kesehatan tentang Menarche sedangkan variabel dependen Tingkat pengetahuan siswi.

Pada penelitian ini, populasinya adalah semua siswi remaja perempuan kelas VI SD Negeri 004/XI Palayang Raya, Kota Sungai Penuh berjumlah 30 Orang dengan tehnik pengambilan sampel Total Sampling.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian terhadap Pengaruh pendidikan kesehatan tentang menarche terhadap tingkat pengetahuan siswi remaja didapatkan data sebagai berikut. Dimana penyajian hasil data akan dijabarkan dalam 2 bentuk yaitu analisa univariat dan analisa bivariat.

Berdasarkan Pengetahuan sebelum Diberikan Pendidikan Kesehatan Tentang Menarche

No	Kategori	f	%
1	baik	6	20%
2	Cukup	11	37%
3	Kurang	13	43%
Total		30	100%
Rata-rata		2.23	

Menunjukkan bahwa Tingkat Pengetahuan Responden sebelum diberikan pendidikan kesehatan tentang menarche sebagian besar responden berpengetahuan cukup yaitu berjumlah 23 Responden (77%).

Hasil penelitian ini juga serupa dengan penelitian Achmad Yamani Risa Putra, 2017, yang menyebutkan bahwa pada saat pretest sebagian besar siswi memiliki pengetahuan kurang tentang

menarche. Jumlah responden yang berpengetahuan baik sebanyak 1 orang (3,4%), berpengetahuan cukup sebanyak 6 orang (20,7%), dan yang berpengetahuan kurang sebanyak 22 orang (75,9%).

Berdasarkan hasil penelitian dari hasil tersebut terlihat sebagian besar responden memiliki pengetahuan yang kurang tentang menarche, Sesuai dengan teori dari Soekanto (2002),

Menurut asumsi penelitian bahwa pengetahuan seseorang dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti tingkat pendidikan, informasi, budaya, pengalaman, sosial ekonomi, dan kepribadian. Halini disebabkan karena pada saat dilakukan pretest sebagian responden belum pernah mendapatkan informasi tentang menarche sebelumnya, sehingga banyak responden yang kurang pengetahuan tentang menarche. kurangnya pemberian informasi dari pihak sekolah maupun orang tua siswi dan tenaga kesehatan di daerah tersebut. Seharusnya untuk kegiatan pemberian informasi atau sering disebut dengan penyuluhan ini dilakukan oleh pihak sekolah secara mandiri melalui UKS atau dapat disampaikan oleh petugas kesehatan yang bertugas di fasilitas kesehatan di daerah tersebut seperti penyuluhan tentang menarche dari

puskesmas daerah tersebut dan tidak lupa juga orang tua khususnya ibu siswi seharusnya memberikan anaknya informasi tentang menarche dikarenakan pada usia tersebut anaknya sudah mulai mendekati masa akan mengalami menarche sehingga perlu pengetahuan tentang menarche sehingga anaknya siap untuk menghadapi menarche.

Berdasarkan Pengetahuan Setelah Diberikan Pendidikan Kesehatan Tentang Menarche

No	Kategori	f	%
1	baik	28	93%
2	Cukup	2	7%
3	Kurang	0	0%
Total		30	100%
Rata-rata		1,06	

Berdasarkan pada tabel diatas dapat diketahui bahwa frekuensi menunjukkan bahwa Tingkat Pengetahuan Responden Setelah diberikan pendidikan kesehatan tentang menarche sebagian besar responden berpengetahuan Baik yaitu berjumlah 19 Responden (63%)’.

Diketahui bahwa tingkat pengetahuan responden setelah diberikan pendidikan kesehatan tentang menarche mengalami peningkatan yang signifikan dimana hampir semua responden memiliki pengetahuan baik tentang menarche yaitu sebanyak 28

orang (93%), yang memiliki pengetahuan cukup sebanyak 2 orang (7%), dan tidak ada responden yang kurang pengetahuan tentang menarche.

Hasil penelitian ini juga serupa dengan penelitian Ratna Ariesta, 2012 yang menyebutkan bahwa setelah diberikan pendidikan kesehatan tentang menarche (post test), Tingkat pengetahuan responden mengalami perubahan yang signifikan dimana sebagian besar responden memiliki pengetahuan yang baik 18 orang (62,1), yang berpengetahuan cukup 11 orang (37,9) dan tidak ada responden yang kurang pengetahuan tentang menarche

Menurut asumsi peneliti, Hal ini disebabkan karena setelah diberikan pendidikan kesehatan tentang menarche, responden sudah memiliki pengetahuan yang baik tentang menarche dapat kita lihat dari hasil *post test* yang telah dilakukan Sehingga pendidikan kesehatan dapat di definisikan sebagai usaha atau kegiatan untuk membantu individu, kelompok atau masyarakat dalam meningkatkan kemampuan (perilaku) untuk mencapai kesehatan secara optimal. Khususnya dalam penelitian ini adalah bagi remaja putri yang awalnya tidak tahu tentang menstruasi menjadi tahu setelah diberikan pendidikan kesehatan.

Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Menarche terhadap tingkat Pengetahuan Siswi Remaja Kelas VI Di SDN 004/XI Pelayang raya Kota Sungai Penuh (Pre test-Post Test)

Tingkat Pengetahuan	Pre Test		Post Test	
	f	%	F	%
Baik	6	20%	28	93%
Cukup	11	37%	2	7%
Kurang	13	43%	0	0%
Total	30	100%	30	100%
Rata-Rata	2,23		1,06	
P Value	0.000			
N	30			

Berdasarkan tabel diatas didapatkan bahwa Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Menarche Terhadap Tingkat Pengetahuan Siswi Remaja kelas VI di SD Negeri 004/XI Pelayang Raya, Kota Sungai Penuh yang berjumlah 30 Responden menunjukkan meningkatnya pengetahuan Responden tentang menarche setelah diberikan pendidikan kesehatan tentang menarche yang mana pada saat pre test sebagian besar responden berpengetahuan Kurang yaitu 13 Responden (77%). Dan pada saat Post Test terdapat sebagian besar responden berpengetahuan baik tentang menarche yaitu 28 Responden (93%).

Berdasarkan hasil uji statistik ada hubungan yang bermakna antara Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Minum Obat Pada Pasien Gangguan Jiwa Di Wilayah Kerja Puskesmas Manggopoh

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa setelah diberi

pendidikan kesehatan Tingkat pengetahuan Responden mengalami perubahan yang mana pada saat pre test sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan kurang tentang menarche yaitu sebanyak 13 orang (43%), dan setelah diberikan perlakuan yaitu berupa pendidikan kesehatan tingkat pengetahuan responden mengalami perubahan yang signifikan dimana hampir semua responden memiliki pengetahuan baik tentang menarche yaitu sebanyak 28 orang dari 30 orang responden (93%).

Uji Statistik menghasilkan nilai $p=0,000$ ($p < 0,05$) sehingga dapat dikatakan ada perbedaan signifikan antara nilai *Pretest* dan *Posttest* sehingga disimpulkan bahwa pendidikan kesehatan dengan metode ceramah tentang menstruasi dapat meningkatkan pengetahuan dalam menghadapi menarche.

Penelitian lain yang sesuai adalah penelitian Puspitasari (2012), yang menyatakan bahwa ada pengaruh promosi kesehatan dengan metode ceramah tentang *menarche* terhadap pengetahuan tentang *menarche*. Dengan nilai mean 6,50 untuk *pretest* dan 7,50 untuk *posttest*, $p < 0,05$. Hasil penelitian ini juga serupa dengan penelitian Bahariani (2011), yang menyebutkan bahwa adanya perbedaan tingkat

pengetahuan yang signifikan ($0,000 < 0,05$). Seperti halnya pernyataan Soekanto (2002) yang menyebutkan bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi pengetahuan seseorang adalah informasi, seseorang yang mempunyai sumber informasi yang lebih banyak akan mempunyai pengetahuan yang lebih luas.

Pengetahuan remaja putri tentang menstruasi perlu ditingkatkan dengan memberikan pendidikan kesehatan. Pihak sekolah bekerjasama dengan tenaga kesehatan seperti bidan untuk mengadakan kegiatan pendidikan kesehatan yang lebih menarik seperti testimoni remaja putri yang sudah pernah mengalami menstruasi pertama atau dengan memperagakan bagaimana cara memakai dan menggunakan pembalut dengan benar.

Karena pengetahuan juga akan meningkat salah satunya dari faktor pengalaman, baik itu pengalaman dirinya sendiri, keluarga ataupun teman. Sehingga perlu dilakukan kunjungan berkala dari pihak puskesmas untuk meningkatkan pengetahuan.

Menurut asumsi penelitian Salah satu hal yang membuat penyuluhan/ pendidikan kesehatan menjadi efektif adalah metode dan media yang digunakan. Pada penelitian ini metode yang digunakan yaitu ceramah, dengan

media slide power point. Kelebihan dari metode ceramah adalah tempat pelaksanaan kegiatan pendidikan kesehatan lebih terorganisir, lebih mudah mempersiapkan dan melaksanakannya, metode yang sangat tepat untuk memulai mengenalkan materi baru dan materi yang disampaikan sesuai dengan tujuan penyuluhan ditambah dengan slide power point maka akan terjadi aktifitas audio visual pada peserta penyuluhan. Dalam kegiatan ceramah ini juga terjadi aktivitas timbal balik berupa tanya jawab aktif antara responden dengan pemberi ceramah.

KESIMPULAN

Menunjukkan bahwa pengetahuan tentang menarche pada remaja putri kelas VI di SDN 004/XI Pelayang Raya, Kota Sungai Penuh sebelum diberikan pendidikan kesehatan tentang menarche adalah 2,23. Namun terjadi perubahan yang mana pengetahuan tentang menarche pada remaja putri kelas VI di SDN 004/XI Pelayang Raya, Kota Sungai Penuh setelah diberikan pendidikan kesehatan tentang menarche adalah 1,06

Ada Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Menarche Terhadap Tingkat Pengetahuan Siswi Remaja Kelas VI

Tentang Menarche di SDN 004/XI

Palayang Raya, Kota Sungai Penuh.

DAFTAR PUSTKA

- Afifah, A. and Hastuti, T. P. (2016) Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Menstruasi Dengan Kesiapan Menghadapi Menarche Pada Siswi Kelas V dan VI di SD Negeri Dangkel Parakan Temanggung. *Jurnal Kebidanan*, 5, pp. 49–61. Diperoleh dari: <http://ejournal.poltekessmg.ac.id/ojs/index.php/jurkeb/article/view/2881>
- 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.
- Ahmad Kholid. Promosi Kesehatan Dengan Pendekatan Teori Prilaku, Media Dan Aplikasinya. Jakarta ; Pt Raja grafindo Persada:2012.
- Afifah, A., & Hastuti, Tulus Puji. (2016). Ngaruhi Oleh Faktor Ras, Atau Suku Bangsa, Faktor Iklim Dan Kebiasaan Hidup. *Jurnal Kebidanan*, 5(9), 58–65.
- 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. <https://doi.org/10.33143/jhtm.V3i2.267>
- Ariana, S. B. (2017). *Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Dalam Menyelesaikan Pendidikan Di Prodi Diploma Iv Kebidanan Politeknik Kesehatan Kendari*. (Imd).
- Badan Pusat Statistik Provinsi Jambi, 2022 Diperoleh dari : <https://jambi.bps.go.id>
- Badan Pusat Statistik Kota Sungai Penuh, 2022 Diperoleh dari : <https://sungaipenuhkota.bps.go.id>
- BKKBN. (2012). Survei demografi dan kesehatan Indonesia 2012: Kesehatan Reproduksi Remaja. Jakarta: BKKBN.
- BKKBN, Kajian Profil Penduduk Remaja, Diakses tanggal 28 November 2015; [www.bkkbn.go.id/.../Kajian%20Profil%20penduduk%](http://www.bkkbn.go.id/.../Kajian%20Profil%20penduduk%20)
- Budiati, S., & Apriastuti, D. A. (2012) Hubungan tingkat pengetahuan ibu tentang kesehatan reproduksi remaja dengan kesiapan anak menghadapi masa pubertas. *Jurnal Kebidanan Estu Utomo Boyolali*, 4 (1).
- Chrisanti dan Sudarma. (2018). Hubungan Konsumsi Susu Dengan Usia Menarche Pada Anak Usia 12-15 Tahun. Seminar Nasional Pakar ke 1 Tahun 2018
- Dianawati, E, 2015. *Konsep Dasar Menarche*. Jakarta: Nuha Medika
- Darmayitasari, R. (2017). *Gambaran Kejadian Menarche Dini Pada Siswi Sd Muhammadiyah Wirobrajan 3 Kota Yogyakarta*. Retrieved From Repository. [Stikesayaniyok.Ac.Id/2219/](https://stikesayaniyok.ac.id/2219/).
- Di, H., Ambacang, P., & Padang, K. (2017). *Vol. Xi Jilid 1 No.76 Juli 2017 Menara Ilmu*. Xi(76), 106–114.
- Eny. (2014). *Kesehatan Reproduksi Remaja dan Wanita*. Salemba Medika.
- Fitkarida, Y. 2013. Perbedaan Tingkat Kesiapan Remaja Putri Usia 10–12 Tahun dalam Menghadapi Menarche Sebelum dan Setelah Diberikan Pendidikan Kesehatan di SD Negeri 1 Sucen Kecamatan Gemawang Kabupaten Temanggung. *Karya Tulis Ilmiah*. Ungaran: Program Studi Ilmu Keperawatan STIKES Ngudi Waluyo.

- Hurlock. 2013. *Perkembangan Anak*: Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Hurlock. 2013. Psikologi Perkembangan. Edisi 5 (Istiwidayanti, Soedjarwo, Ridwan Max Sijabat, Trans). Jakarta: Erlangga
- Hartatin, Yuliana, Harlani, Suhartatik. 2013. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kesiapan Remaja Putri Dalam Menghadapi Menarche Di SMP Negeri 4 Parepare. *Jurnal STIKES*.
- Harnani. (2016). Teori Kesehatan Reproduksi. Yogyakarta: CV Budi Utama.
- Irnowati. (2016). *Faktor Yang Berhubungan Dengan Pengetahuan Remaja Putri Kelas Iv, V, Vi Tentang Menarche*.
- Jacob, d. (2014). *Buku Ajar Clinical Nursing Procedures*. Tangerang: Binapura Aksara.
- Jayanti, NF& Purwanti, S. (2012). Deskripsi faktor-faktor yang mempengaruhi Kesiapan Anak Dalam Menghadapi Menarche di SD Negeri Kretek Kecamatan Paguyangan Kabupaten Brebes tahun 2011. *Jurnal Ilmiah Kebidanan* , Vol.3, No.1, Edisi Juni 2012.
- Jayanti, Nur Fitria., Purwanti, Sugi. 2011. Deskripsi Faktor – Faktor yang Mempengaruhi Kesiapan Anak dalam Menghadapi Menarche di SD Negeri 1 Kretek Kecamatan Paguyangan Kabupaten Brebes. *Akademi Kebidanan YLPP Purwokerto*
- Kartono, K. 2015. *Kenakalan Remaja*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Lutfiya, I. (2017). Analisis Kesiapan Siswi Sekolah Dasar Dalam Menghadapi Menarche. *Jurnal Biometrika Dan Kependudukan*, 5(2),135. <https://doi.org/10.20473/Jbk.V5i2.2016.135-145>
- Mahakam, J. H., Purwanto, E., & Hendriani, D. (2015). Hubungan pengetahuan siswi kelas IV SD tentang menstruasi dengan kesiapan menghadapi menarche.
- Mighwar. 2015. *Psikologi Remaja*. Bandung: CV. Pustaka Setia
- Mastina. 2016. *Psikologis Remaja Putri*. Bandung: Alfabeta
- Makarimah. (2017). Status Gizi Dan Persen Lemak Tubuh Berhubungan Dengan Usia Menarche Anak Sekolah Dasar Di Sd Muhammadiyah Gkb 1 Gresik. *Media Gizi Indonesia, Vol. 12, No. 2 Juli –Desember 2017: hlm. 191–198*
- Menarche, T., Siswi, P., & Dasar, S. (2018). *Volume 9, Desember 2018* , Nomor 3.9, 198–206.
- Novitasarai. (2018). Hubungan Pengetahuan Tentang Menstruasi dengan Kesiapan Dalam Menghadapi Menarche Pada Siswi SDN Asrikaton 1. <http://journal2.um.ac.id/index.php/preventia/article/download/5923/3048>
- Nurmawati, I., & Erawantini, F. (2019). Hubungan Pengetahuan Tentang Menstruasi Dengan Kesiapan Siswi Sd Dalam Menghadapi Menarche.
- Notoatmodjo, S. 2014. *Ilmu Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rhineka Cipta
- Nazara, S. (2012). *Hubungan pendapatan keluarga, usia menarche ibu, dan tingkat stres siswi dengan status menarche kelas VII dan VIII SLTP Al-Azhar 2 Pejaten dan SLTPN 175 Jakarta Selatan Tahun 2011*. FK–UPN Veteran, Jakarta.
- Nastiti, F. D., Andayani, A., & Diah, M. (2013). *Hubungan tingkat pengetahuan menarche dengan kesiapan siswi kelas v dan vi menghadapi menarche di SD Negeri 1 Gedanganak*. Yogyakarta: Akademi Kebidanan Ngudi Waluyo.

- Proverawati, E., 2014. *Ilmu Obstetri & Ginekologi Sosial Untuk Kebidanan*. Yogyakarta: PT Pustaka Baru. Prawirohardjo, Sarwono. 2016. Ilmu Kebidanan. Edisi 4 Cetakan 5. Jakarta: PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Proverawati, A., & Misaroh, S. Menarche: Menstruasi Pertama Penuh Makna. Yogyakarta: Nuha Medika; 2017.
- Riset Kesehatan Dasar. (2018). Data usia menarche. Jakarta
- Ratnaningsih. (2017). Hubungan Status Gizi Dengan Usia Menarche Pada Siswa Sd Negeri Desa Sidoarum Kecamatan Godean Yogyakarta. <http://digilib.unisayogya.ac.id>
- Rochmania, B. K. (2017). Sikap Remaja Putri Dalam Menghadapi Perubahan Fisik Masa Pubertas. *Jurnal Promkes*, 3(2), 206. <https://doi.org/10.20473/jpk.v3.i2.2015.206-217>
- Sarwono, S.W. 2018. Psikologi Remaja. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada. Sarwono, S.W. 2020. Psikologi remaja. Jakarta
- Rajawali Pers Siregar, D. S. (2018). Hubungan Dukungan Keluarga tentang Menstruasi dengan Kesiapan Remaja Putri Menghadapi Menarche di SMP Swasta Nurul Ilmi Padang sidempuan.
- Sholeha, H. (2016). Hubungan Kesiapan Menghadapi Menarche dengan Tingkat Kecemasan Pada Siswi (SDN) Di Desa Ajung Kecamatan Kalisat Kabupaten Jember.
- Sukarni K, I. & M. Z. (2013). *kehamilan, persalinan, dan nifas (pertama)*. Nuha Medika.
- Sinaga et al. (2017). *Manajemen Kesehatan Menstruasi*. Jakarta : Penerbit Universitas Nasional, ISBN 978-602- 60325- 4-6. <https://ppi.unas.ac.id/wp-content/uploads/2017/06/buku-manajemen-kesehatan-menstruasi-oke.pdf>. di unduh tanggal 4 Juli 2021 pk. 08:00 wib
- Soetjiingsih. 2014. *Tumbuh Kembang Anak*. Jakarta: EGC
- Sastrawinata, S. 2014. *Ilmu Kesehatan. Reproduksi:Obstetri Patologi. Jakarta: EGC*
- Sibagariang. E.E, 2016. *Kesehatan Reproduksi Wanita Edisi Revisi*; Jakarta :Trans Info Media
- Sulistiyawati, Ari. 2013. *Pelayanan Keluarga Berencana*. Jakarta : SalembaMedika
- Sulistioningsih, E. 2014. Hubungan Kesiapan Menghadapi Menarche dengan Perilaku Vulva Hygiene Remaja Putri di (SDN) Kebonsari 04 Kecamatan Sumbersari Kabupaten Jember. *Skripsi*. Jember: Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Jember
- UNICEF-profil remaja 2021Diperoleh dari : <https://www.unicef.org>
- Wawan A dan Dewi M. 2016. Teori dan Pengukuran Pengetahuan, Sikap& PerilakuManusia. Yogyakarta. Nuha Medika.