

HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN, DUKUNGAN ORANG TUA, TEMAN SEBAYA, DAN AKSES INFORMASI KESEHATAN DENGAN KESIAPAN MENGHADAPI MENARCHE PADA SISWI SMP NEGERI AINIBA

Sandarisa Gysela Wili Boko¹, Yendris Krisno Syamruth², Helga J. N. Ndun³, Marni⁴
giselboko4@gmail.com¹, yendris.syamruth@staf.undana.ac.id², helgandun@gmail.com³,
marni@staf.undana.ac.id⁴

Universitas Nusa Cendana

ABSTRAK

Menarche merupakan menstruasi pertama yang dialami oleh remaja putri sebagai tanda kematangan sistem reproduksi. Kurangnya kesiapan dalam menghadapi menarche dapat menimbulkan berbagai dampak psikologis, seperti rasa takut, cemas, bingung, malu, serta menurunnya kepercayaan diri. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara tingkat pengetahuan, dukungan orang tua, teman sebaya dan akses informasi kesehatan dengan kesiapan menghadapi menarche pada siswi SMP Negeri Ainiba. Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan pendekatan cross-sectional. Sampel penelitian berjumlah 60 responden yang dipilih menggunakan teknik simple random sampling. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner tertutup. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat menggunakan uji chi-square dengan tingkat kemaknaan $\alpha = 0,05$. Keeratan hubungan antar variabel dianalisis menggunakan koefisien Phi. Hasil penelitian menunjukkan tingkat pengetahuan, dukungan orang tua, dan teman sebaya berhubungan dengan kesiapan menghadapi menarche sedangkan akses informasi kesehatan tidak berhubungan dengan kesiapan menghadapi menarche. Pihak sekolah diharapkan bekerja sama dengan tenaga kesehatan untuk meningkatkan akses informasi dan edukasi kesehatan reproduksi, khususnya mengenai menarche, guna meningkatkan kesiapan siswi dalam menghadapi menarche.

Kata Kunci: Pengetahuan, Dukungan Sosial, Akses Informasi Kesehatan, Kesiapan Menghadapi Menarche, Remaja.

PENDAHULUAN

Menarche merupakan menstruasi pertama yang dialami oleh remaja putri sebagai tanda dimulainya kematangan biologis sistem reproduksi. Umumnya, menarche terjadi pada usia 12–14 tahun (Nurjanah, 2024). Peristiwa ini sering disertai berbagai perubahan fisik dan emosional, seperti nyeri payudara, nyeri perut, perubahan suasana hati, kecemasan, dan rasa tidak nyaman. Oleh karena itu, remaja putri memerlukan kesiapan yang baik agar mampu menerima dan menghadapi perubahan tersebut secara positif. Kesiapan menghadapi menarche merupakan kondisi ketika remaja telah siap secara fisik dan psikologis dalam menyambut menstruasi pertama, yang meliputi kesiapan mental, kesiapan diri, kesiapan belajar, dan kesiapan kecerdasan (Sobaria & Lestari, 2024). Sebaliknya, remaja yang tidak memiliki kesiapan berpotensi mengalami rasa takut, cemas, malu, bingung, serta penurunan kepercayaan diri ketika mengalami menarche (Pramitaresthi, 2020).

Kesiapan menghadapi menarche dipengaruhi oleh berbagai faktor, di antaranya tingkat pengetahuan, dukungan orang tua, dukungan teman sebaya, dan akses informasi kesehatan. Pengetahuan yang baik mengenai menarche dan kesehatan reproduksi membantu remaja memahami perubahan yang terjadi sehingga mampu membentuk sikap yang positif dalam menghadapi menstruasi pertama (Ayu A & Sinulingga, 2020). Selain itu, akses informasi kesehatan yang memadai memungkinkan remaja memperoleh informasi yang benar mengenai kesehatan reproduksi melalui berbagai sumber. Dukungan orang tua, terutama ibu, berperan dalam memberikan informasi, perhatian, dan dukungan emosional sehingga remaja merasa lebih siap menghadapi menarche (Novita & Yanuarti, 2022). Selain dukungan keluarga, teman sebaya juga berperan penting dalam pembentukan kesiapan remaja, karena teman sebaya dapat memberikan informasi, berbagi pengalaman, serta meningkatkan rasa percaya diri remaja dalam menghadapi perubahan selama masa pubertas (Fadhilah, 2020). Hal tersebut sejalan dengan teori Lawrence Green dalam Notoatmodjo (2007) yang menyatakan bahwa perilaku kesehatan dipengaruhi oleh faktor predisposisi, faktor pendukung, dan faktor pendorong.

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa faktor-faktor tersebut berhubungan dengan kesiapan menghadapi menarche. Kartika (2021) melaporkan adanya hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan dan dukungan orang tua dengan kesiapan menghadapi menarche. Penelitian Sobaria dan Lestari (2024) juga menunjukkan bahwa dukungan sosial berhubungan secara signifikan dengan kesiapan remaja putri menghadapi menarche. Temuan-temuan tersebut menunjukkan bahwa kesiapan menghadapi menarche tidak hanya dipengaruhi oleh pengetahuan, tetapi juga oleh dukungan sosial serta kemudahan memperoleh informasi kesehatan reproduksi.

Hasil studi pendahuluan di SMP Negeri Ainiba menunjukkan bahwa sebagian besar siswi masih merasa canggung membahas isu pubertas, khususnya menarche. Selain itu, akses terhadap informasi kesehatan reproduksi masih relatif terbatas karena kegiatan penyuluhan kesehatan belum dilakukan secara rutin, materi kesehatan reproduksi belum diberikan secara optimal dalam proses pembelajaran, serta komunikasi mengenai menstruasi antara siswi dengan orang tua maupun guru masih belum terbuka. Kondisi tersebut menunjukkan pentingnya mengidentifikasi faktor-faktor yang berhubungan dengan kesiapan menghadapi menarche. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan tingkat pengetahuan, dukungan orang tua, teman sebaya, dan akses informasi kesehatan dengan kesiapan menghadapi menarche pada siswi SMP Negeri Ainiba.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain cross-sectional yang bertujuan untuk menganalisis hubungan tingkat pengetahuan, dukungan orang tua, teman sebaya, dan akses informasi kesehatan dengan kesiapan menghadapi menarche pada siswi SMP Negeri Ainiba. Penelitian dilaksanakan pada bulan Mei 2026 di SMP Negeri Ainiba, Desa

Fatuketi, Kecamatan Kakuluk Mesak, Kabupaten Belu. Populasi penelitian adalah seluruh siswi SMP Negeri Ainiba yang berjumlah 70 orang. Sampel penelitian sebanyak 60 responden yang ditentukan menggunakan rumus slovin dengan tingkat kesalahan 5% dan dipilih menggunakan teknik simple random sampling melalui metode undian.

Pengumpulan data dilakukan menggunakan instrumen kuesioner yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya, terdiri dari 10 item pertanyaan variabel pengetahuan, dukungan orang tua, teman sebaya dan kesiapan menghadapi menarche serta 8 item pertanyaan variabel akses informasi kesehatan. Seluruh pertanyaan menggunakan pilihan jawaban Ya dan Tidak. Skor setiap variabel kemudian dikategorikan menjadi rendah dan tinggi berdasarkan nilai median.

Analisis data dilakukan secara univariat untuk menggambarkan karakteristik responden dan distribusi setiap variabel penelitian, serta analisis bivariat menggunakan uji chi-square pada tingkat kemaknaan $\alpha = 0,05$ untuk mengetahui hubungan antara variabel independen dengan variabel dependen. Apabila terdapat sel dengan nilai expected count kurang dari 5, maka digunakan uji fisher's exact. Kekuatan hubungan antarvariabel dinilai menggunakan koefisien Phi (Φ). Penelitian ini telah memperoleh persetujuan etik dari Komisi Etik Penelitian Kesehatan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Nusa Cendana dengan Nomor: 001785/KEPK FKM UNDANA/2026, sehingga seluruh prosedur penelitian telah dinyatakan sesuai dengan prinsip etik penelitian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Umum Responden

Gambaran karakteristik responden berdasarkan umur dan kelas disajikan dalam tabel 1. Tabel 1 Distribusi Responden Berdasarkan Umur dan Kelas di SMP Negeri Ainiba

Karakteristik	n	%
Umur		
12	3	5,0
13	13	22,0
14	21	35,0
15	17	28,0
16	6	10,0
Kelas		
VII	20	34,0
VIII	17	28,0
IX	23	38,0

Penelitian ini melibatkan 60 responden. Sebagian besar responden berusia 14 tahun, yaitu sebesar 35,0%. Berdasarkan tingkat kelas, mayoritas responden berasal dari kelas IX, yaitu sebesar 38,0%.

Analisis Univariat

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Status Menarche, Kesiapan Menghadapi Menarche, Pengetahuan, Dukungan Orang Tua, Teman Sebaya dan Akses Informasi Kesehatan

Status menarche	n	%
Belum Menarche	16	26,7%
Sudah Menarche	44	73,3%
Total	60	100%
Kesiapan Menghadapi Menarche		
Tidak Siap	12	20%
Siap	48	80%
Total	60	100%
Variabel Pengetahuan		
Rendah	7	11,7%

Tinggi	53	88,3%
Total	60	100%
Variabel Dukungan Orang Tua		
Rendah	11	18,3%
Tinggi	49	81,7%
Total	60	100%
Variabel Dukungan Teman Sebaya		
Rendah	18	30%
Tinggi	42	70%
Total	60	100%
Variabel Akses Informasi Kesehatan		
Rendah	29	48,3%
Tinggi	31	51,7%
Total	60	100%

Tabel 2 menunjukkan bahwa sebagian besar responden telah mengalami menarche, yaitu sebesar 73,3%. Mayoritas responden juga memiliki kesiapan menghadapi menarche dalam kategori siap, yaitu sebesar 80,0%. Berdasarkan variabel independen, sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan tinggi sebesar 88,3%, dukungan orang tua tinggi sebesar 81,7%, dukungan teman sebaya tinggi sebesar 70,0%, dan akses informasi kesehatan tinggi sebesar 51,7%.

Analisis Bivariat

Tabel 3 Hubungan Pengetahuan dengan Kesiapan Menghadapi Menarche pada Siswi SMP Negeri Ainiba

Kesiapan menghadapi menarche								
Pengetahuan	Tidak siap		Siap		Total		p-value	Φ
	n	(%)	n	(%)	n	(%)		
Rendah	4	57,1	3	42,9	7	100,0	0,025	0,337
Tinggi	8	15,1	45	84,9	53	100,0		
Total	12	20,0	48	80,0	60	100,0		

Berdasarkan hasil uji bivariat *Fisher's Exact Test*, diperoleh nilai *p-value* sebesar 0,025 ($p < 0,05$), yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan dengan kesiapan menghadapi menarche pada siswi. Analisis keeratan hubungan menunjukkan nilai koefisien phi (Φ) sebesar 0,337, yang berarti pengetahuan dan kesiapan menghadapi menarche memiliki keeratan hubungan yang berada pada kategori cukup.

Tabel 4 Hubungan Dukungan Orang Tua dengan Kesiapan Menghadapi Menarche pada Siswi SMP Negeri Ainiba

Dukungan Orang Tua	Kesiapan menghadapi menarche						p-value	Φ
	Tidak siap		Siap		Total			
	n	(%)	n	(%)	n	(%)		
Rendah	7	63,6	4	36,4	11	100,0	0,000	0,517
Tinggi	5	10,2	44	89,8	49	100,0		
Total	12	20,0	48	80,0	60	100,0		

Berdasarkan hasil uji bivariat *Fisher's Exact Test*, diperoleh nilai *p-value* sebesar 0,000 ($p < 0,05$), yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat dukungan orang tua dengan kesiapan menghadapi menarche pada siswi. Analisis keeratan hubungan menunjukkan nilai koefisien phi (Φ) sebesar 0,517 yang berarti dukungan orang tua dan kesiapan menghadapi menarche memiliki keeratan hubungan yang berada pada kategori kuat.

Tabel 5 Hubungan Dukungan Teman Sebaya dengan Kesiapan Menghadapi Menarche pada Siswi SMP Negeri Ainiba

Teman Sebaya	Kesiapan menghadapi menarche				Total		p- value	Φ
	Tidak siap		Siap					
	n	(%)	n	(%)	n	(%)		
Rendah	9	50,0	9	50,0	18	100,0	0,000	0,491
Tinggi	3	7,1	39	92,9	42	100,0		
Total	12	20,0	48	80,0	60	100,0		

Berdasarkan hasil uji bivariat *Fisher's Exact Test*, diperoleh nilai *p-value* sebesar 0,000 ($p < 0,05$), yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan teman sebaya dengan kesiapan menghadapi menarche pada siswi. Analisis keeratan hubungan menunjukan nilai koefisien phi (Φ) sebesar 0,491 yang berarti teman sebaya dan kesiapan menghadapi menarche memiliki keeratan hubungan yang berada pada kategori cukup.

Table 6 Hubungan Akses Informasi Kesehatan dengan Kesiapan Menghadapi Menarche pada Siswi SMP Negeri Ainiba

Akses Informasi Kesehatan	Kesiapan menghadapi menarche						p-value	Φ
	Tidak siap		Siap		Total			
	n	(%)	n	(%)	n	(%)		
Rendah	7	24,1	22	75,9	29	100,0	0,651	0,100
Tinggi	5	16,1	26	83,9	31	100,0		
Total	12	20.0	48	80.0	60	100.0		

Berdasarkan hasil uji bivariat diperoleh nilai *p-value* sebesar 0,651 ($p > 0,05$), yang menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara akses informasi kesehatan dengan kesiapan menghadapi menarche pada siswi. Analisis keeratan hubungan menunjukan nilai koefisien phi (Φ) sebesar 0,100 yang berarti teman sebaya dan kesiapan menghadapi menarche memiliki keeratan hubungan yang berada pada kategori sangat lemah.

PEMBAHASAN

Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Kesiapan Menghadapi Menarche pada Siswi SMP Negeri Ainiba.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan dengan kesiapan menghadapi menarche pada siswi SMP Negeri Ainiba ($p=0,025$), dengan kekuatan hubungan kategori sedang ($\Phi=0,337$). Temuan ini menunjukkan bahwa siswi yang memiliki tingkat pengetahuan yang lebih baik cenderung lebih siap dalam menghadapi menarche dibandingkan dengan siswi yang memiliki pengetahuan rendah.

Pengetahuan yang memadai mengenai menstruasi membantu remaja memahami bahwa menarche merupakan proses fisiologis yang normal sebagai bagian dari perkembangan reproduksi. Pemahaman tersebut mencakup perubahan fisik dan emosional yang terjadi, siklus menstruasi, serta cara menjaga kebersihan selama menstruasi, sehingga dapat mengurangi rasa takut, cemas, malu, dan kebingungan ketika mengalami menarche (Etty et al., 2024). Sebaliknya, keterbatasan pengetahuan dapat menyebabkan remaja lebih mudah mempercayai mitos mengenai menstruasi dan mengalami kesulitan dalam menyikapi perubahan yang terjadi selama pubertas (Taimuri & Sumbal, 2022). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Sudirman dan Fajriansi, (2024) yang menunjukkan adanya hubungan antara pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan menghadapi menarche pada siswi SD Negeri Sipala I Makassar. Temuan serupa juga dilaporkan oleh Haruna dan Rahim, (2020), yang menyatakan bahwa remaja putri dengan pengetahuan yang baik cenderung memiliki kesiapan yang lebih tinggi dalam menghadapi menstruasi pertama. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa

peningkatan pengetahuan melalui pendidikan kesehatan reproduksi di sekolah maupun keluarga dapat menjadi salah satu upaya untuk meningkatkan kesiapan remaja putri dalam menghadapi menarche.

Hubungan Dukungan Orang Tua dengan Kesiapan Menghadapi Menarche pada Siswi SMP Negeri Ainiba

Hasil penelitian menemukan bahwa terdapat hubungan antara dukungan orang tua dengan kesiapan menghadapi menarche pada siswi. Hasil tersebut menunjukkan bahwa siswi yang memperoleh dukungan orang tua yang baik cenderung memiliki kesiapan yang lebih baik dalam menghadapi menarche dibandingkan dengan siswi yang memperoleh dukungan orang tua yang rendah. Selain itu, keeratan hubungan antara dukungan orang tua dengan kesiapan menghadapi menarche berada pada kategori kuat. Hal ini menunjukkan bahwa dukungan orang tua merupakan salah satu faktor yang memiliki peranan penting dalam membentuk kesiapan siswi menghadapi menarche. Hal ini dikarenakan keluarga merupakan lingkungan sosial pertama yang berperan dalam proses pertumbuhan dan perkembangan anak. Remaja putri yang mendapatkan dukungan yang baik dari orang tua cenderung memiliki kesiapan yang lebih baik dalam menghadapi menarche karena mereka memperoleh informasi yang benar, merasa diperhatikan, dan memiliki tempat untuk bertanya mengenai perubahan yang dialami selama masa pubertas (Gao et al., 2025). Remaja dalam mempersiapkan datangnya menarche memerlukan dukungan emosional, informasi, penghargaan, dan instrumental yang dapat diperoleh dari orang tua, terutama ibu, yang memiliki pengaruh penting dalam memberikan edukasi dan pendampingan ketika anak memasuki masa pubertas (Mukhoirotin, 2020). Dukungan emosional dari orang tua dapat membantu anak mengurangi rasa takut, cemas, malu, dan bingung saat menghadapi menstruasi pertama. Sebaliknya, kurangnya dukungan dari orang tua dapat menyebabkan anak mengalami ketidaksiapan karena minimnya informasi, perhatian, maupun pendampingan terkait perubahan yang dialami selama pubertas. Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan Anggiyani et al., (2024) di SMP Dharma Pertiwi Kota Depok yang menunjukkan adanya hubungan antara dukungan orang tua dengan kesiapan menghadapi menarche. Penelitian tersebut menjelaskan bahwa peran orang tua, terutama ibu, sangat penting dalam mempersiapkan anak perempuan menghadapi menstruasi pertama. Kesamaan hasil penelitian ini semakin memperkuat bahwa dukungan orang tua merupakan salah satu faktor penting dalam meningkatkan kesiapan remaja putri menghadapi menarche. Oleh karena itu, diperlukan keterlibatan aktif orang tua dalam memberikan informasi, perhatian, pendampingan, dan dukungan emosional kepada anak sejak memasuki masa pubertas agar anak dapat menghadapi menarche dengan lebih siap, tenang, dan percaya diri.

Hubungan Teman Sebaya dengan Kesiapan Menghadapi Menarche pada Siswi SMP Negeri Ainiba

Hasil penelitian menemukan bahwa terdapat hubungan antara dukungan teman sebaya dengan kesiapan menghadapi menarche pada siswi. Hasil tersebut menunjukkan bahwa siswi yang memperoleh dukungan teman sebaya yang baik cenderung memiliki kesiapan yang lebih baik dalam menghadapi menarche dibandingkan dengan siswi yang memperoleh dukungan teman sebaya yang rendah. Selain itu, keeratan hubungan antara dukungan teman sebaya dengan kesiapan menghadapi menarche berada pada kategori cukup. Hal ini menunjukkan bahwa dukungan teman sebaya memiliki peran dalam meningkatkan kesiapan siswi menghadapi menarche, meskipun bukan merupakan satu-satunya faktor yang memengaruhinya. Dukungan teman sebaya memberikan dampak positif bagi remaja karena melalui hubungan pertemanan yang baik, remaja merasa diperhatikan, dihargai, serta memperoleh informasi dan pengalaman yang bermanfaat. Interaksi yang sehat dan penyampaian informasi yang benar antar teman sebaya dapat membantu mengurangi kecemasan dan meningkatkan kepercayaan diri remaja dalam menghadapi menarche (Cahyaningrum & Anisa, 2026). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Hennegan et al.,

(2022) yang menunjukkan bahwa remaja putri yang memperoleh dukungan dari lingkungan sekitarnya merasa lebih percaya diri untuk mendiskusikan menstruasi dengan teman dan meminta pembalut kepada guru saat mengalami menarche. Penelitian di Yogyakarta menemukan bahwa terdapat hubungan antara dukungan teman sebaya dengan kesiapan anak usia sekolah dalam menghadapi menarche, dan hubungan antara kedua variabel berada pada kategori sedang (Cahyaningrum & Anisa, 2026). Dengan demikian, teman sebaya merupakan salah satu sumber dukungan sosial yang berperan dalam membantu remaja menghadapi perubahan selama masa pubertas.

Hubungan Akses Informasi Kesehatan dengan Kesiapan Menghadapi Menarche pada Siswi SMP Negeri Ainiba

Hasil penelitian menemukan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara akses informasi kesehatan dengan kesiapan menghadapi menarche pada siswi. Selain itu, keeratan hubungan antara akses informasi kesehatan dengan kesiapan menghadapi menarche berada pada kategori sangat lemah. Hasil tersebut menunjukkan bahwa akses informasi kesehatan bukan merupakan faktor yang berperan secara langsung dalam menentukan kesiapan siswi menghadapi menarche. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Lutfiya (2017) di SDN Pacarkembang, Jawa Timur yang menunjukkan bahwa informasi tidak berpengaruh terhadap kesiapan siswi dalam menghadapi menarche. Penelitian Pramesti et al., (2020) di SDN Tamanharjo Singosari, Malang juga menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara informasi yang diperoleh melalui media massa dengan kesiapan menghadapi menarche. Temuan tersebut menunjukkan bahwa ketersediaan informasi saja belum tentu mampu meningkatkan kesiapan remaja dalam menghadapi menstruasi pertama, karena kesiapan juga dipengaruhi oleh pemahaman terhadap informasi yang diterima, kualitas dan cara penyampaian informasi, dukungan dari lingkungan sekitar, serta kesiapan psikologis masing-masing individu. Oleh karena itu, informasi kesehatan perlu disampaikan secara tepat, menarik, dan sesuai dengan tingkat perkembangan remaja agar dapat dipahami dan diterapkan dengan baik.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan, dukungan orang tua, dan dukungan teman sebaya dengan kesiapan menghadapi menarche pada siswi SMP Negeri Ainiba. Sebaliknya, tidak terdapat hubungan yang signifikan antara akses informasi kesehatan dengan kesiapan menghadapi menarche pada siswi SMP Negeri Ainiba.

DAFTAR PUSTAKA

- Anggiyani, A. S., Afrina, R., Rukiah, N., Studi, P., Keperawatan, S., Kesehatan, F. I., & Maju, U. I. (2024). Hubungan Dukungan Ibu dengan Kesiapan Remaja Putri Kelas VII dalam Menghadapi Menarche di SMP Dharma Pertiwi Kota Depok. 11–16. <https://jakartajournals.net/index.php/oajjhs/article/view/504>
- Ayu A, D., & Sinulingga. (2020). Pengetahuan Remaja Putri Tentang Menarche. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Imelda*, 6(2), 123–127. <https://doi.org/10.52943/jikeperawatan.v6i2.405>
- Cahyaningrum, M. P., & Anisa, D. N. (2026). Hubungan dukungan teman sebaya dengan kesiapan anak usia sekolah menghadapi menarche. 6(4), 915–921. <https://doi.org/10.56922/quilt.v6i4.2681>
- Etty, C., Damanik, E., Siahaan, J., & Sinurat, E. (2024). Hubungan Pengetahuan dengan Kesiapan Menarche pada Siswi di Smp Negeri 1 Nainggolan Kabupaten Samosir. 9(2), 51–59. <https://doi.org/10.51544/jrh.v9i2.5538>
- Fadhilah, A. (2020). Hubungan Dukungan Teman Sebaya dengan Kecemasan Dalam Menghadapi Menarche pada Anak Usia Sekolah di SD Negeri Nogotirto. <http://digilib.unisayogya.ac.id/>
- Gao, Y., Wang, J., He, M., Jiang, R., Du, Y., & Chen, Q. (2025). Heliyon Menarche education and emotional preparedness : A cross-sectional survey study of Chinese adolescent girls. *Heliyon*,

- 11(4), e42904. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2025.e42904>
- Haruna, S., & Rahim, A. (2020). Hubungan Tingkat Pengetahuan dan Kesiapan Menghadapi Menarche dengan Kecemasan Siswi pada Kelas V dan VI DI Sd Inpres Tello Baru 1/1. 5(November). <https://doi.org/10.58487/akrabjuara.v5i4.1255>
- Hennegan, J., Swe, Z. Y., Than, K. K., Smith, C., & Sol, L. (2022). Monitoring Menstrual Health Knowledge: Awareness of Menstruation at Menarche as an Indicator. 3(March), 1–12. <https://doi.org/10.3389/fgwh.2022.832549>
- Kartika, F. D., Hanifa, F., & Darmi, S. (2021). Hubungan Pengetahuan , Dukungan Orang Tua dan Dukungan Teman Sebaya dengan Tingkat Kecemasan dalam Persiapan Menghadapi Menarche Pada Siswi Kelas IV , V , VI di SD Negeri Sukabumi Selatan 01. 5, 1214–1230. <https://doi.org/10.31004/innovative.v5i2.18277>
- 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>
- Mukhoirotin, D. (2020). Hubungan Pengetahuan dan Dukungan Keluarga dengan Kecemasan Menarche pada Remaja Putri. Jurnal Fakultas Ilmu Kesehatan. 3(Dukungan Keluarga). <https://journal.unimma.ac.id/index.php/nursing/article/view/868>
- Novita, & Yanuarti, T. (2022). Analisa Faktor yang Mempengaruhi Kesiapan Remaja Putri dalam Menghadapi Menarche bagi Siswi Sekolah Dasar Negeri Karang Reja 03 Kecamatan Pebayuran Kabupaten Bekasi. Jurnal Antara Kebidanan, 5(3), 1686–1697. <https://doi.org/10.37063/jurnalantarakebidanan.v5i3.357>
- Nurjanah, E. V. I. (2024). Hubungan status gizi dan keterpaparan media massa dengan usia menarche remaja putri di mtsn 2 kota palangka raya.
- Pramesti, D., Wardani, H., & Hapsari, A. (2020). Faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan Menghadapi Menarche Pada Siswi Sekolah Dasar. 5. <https://conference.um.ac.id/index.php/starwars/article/view/3682>
- Pramitaresthi, I. G. A. (2020). Gambaran kesiapan menarche siswi di sd 2 dalung 1. 8, 169–175.
- Sobaria, W., & Lestari, N. E. (2024). Hubungan Tingkat Pengetahuan dan Dukungan Sosial dengan Kesiapan Menghadapi Menarche pada Anak Sekolah di Madrasah Ibtidaiyah Sirojul Athfal. Open Access Jakarta Journal Of Health Sciences, 03(02), 1107–1114. <https://doi.org/10.53801/oajjhs.v3i2.234>
- Sudirman, J., & Fajriansi, A. (2024). Hubungan Pengetahuan Tentang Menstruasi Dengan Kesiapan Menghadapi Menarche Pada Siswi Di Sd Negeri Sipala I Makassar. 4, 49–54. <https://doi.org/10.35892/jimpk.v4i4.1572>