



## **HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN KESEHATAN REPRODUKSI TERHADAP KESIAPAN MENARCHE PADA REMAJA PUTRI AWAL DI SMP 53 PALEMBANG**

**Ayu Resky Mustafa<sup>1</sup>, Maryani<sup>2</sup>**

<sup>1,2</sup>Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Abdi Nusantara

yureskymustafa17@gmail.com, maryaniprayogo@gmail.com

### **Abstrak**

Menarche atau menstruasi pertama merupakan tahap penting dalam perkembangan remaja putri. Kesiapan menarche sangat dipengaruhi oleh pengetahuan remaja mengenai kesehatan reproduksi. Pengetahuan yang kurang dapat menimbulkan kecemasan dan kesalahpahaman, sehingga perlu diteliti hubungan antara pengetahuan dan kesiapan menarche pada remaja putri awal. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara tingkat pengetahuan Kesehatan reproduksi terhadap kesiapan menarche pada remaja putri awal di SMP 53 Palembang. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain korelasional. Populasi penelitian adalah seluruh remaja putri awal di SMP 53 Palembang dengan sampel sebanyak 45 siswi yang diambil menggunakan teknik total sampling. Data dikumpulkan melalui kuesioner dan dianalisis menggunakan uji korelasi Chi-square. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Sebagian besar remaja memiliki tingkat pengetahuan Kesehatan reproduksi yang "cukup" (42.2%) dan "baik" (37.8%). Sementara itu, tingkat kesiapan menarche mayoritas berada pada kategori "cukup siap" (42.2%) dan "siap" (31.1%). Berdasarkan uji bivariat, terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan Kesehatan reproduksi dengan kesiapan menarche pada remaja putri awal ( $p$ -value < 0.05). Mayoritas remaja dengan pengetahuan baik juga menunjukkan kesiapan menarche yang baik. Terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan Kesehatan reproduksi dengan kesiapan menarche pada remaja putri awal di SMP 53 Palembang. Semakin baik pengetahuan yang dimiliki, semakin tinggi tingkat kesiapan remaja dalam menghadapi menarche.

**Kata Kunci :** Pengetahuan, Kesehatan Reproduksi, Kesiapan Menarche, Remaja Putri

### **Abstract**

*Menarche, or a girl's first menstruation, is a significant stage in adolescent development. Menarche readiness is highly influenced by a teenager's knowledge of reproductive health. Lack of knowledge can lead to anxiety and misconceptions, making it necessary to study the relationship between knowledge and menarche readiness in early adolescent girls. This study aims to determine the relationship between the level of reproductive health knowledge and menarche readiness in early adolescent girls at SMP 53 Palembang. This research used a quantitative method with a correlational design. The study population was all early adolescent girls at SMP 53 Palembang, with a sample of 45 students taken using a total sampling technique. Data were collected through a questionnaire and analyzed using the Chi-square correlation test. The research results show that most adolescents have a "sufficient" (42.2%) and "good" (37.8%) level of reproductive health knowledge. Meanwhile, the majority of menarche readiness was in the "sufficiently ready" (42.2%) and "ready" (31.1%) categories. Based on the bivariate test, there is a significant relationship between the level of reproductive health knowledge and menarche readiness in early adolescent girls ( $p$ -value < 0.05). The majority of adolescents with good knowledge also showed good menarche readiness. There is a significant relationship between the level of reproductive health knowledge and menarche readiness in early adolescent girls at SMP 53 Palembang. The better the knowledge they have, the higher the level of readiness the teenagers have in facing menarche.*

**Keywords:** Knowledge, Reproductive Health, Menarche Readiness, Adolescent Girls

@Jurnal Ners Prodi Sarjana Keperawatan & Profesi Ners FIK UP 2025

\* Corresponding author :

Address : Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Abdi Nusantara

Email : maryaniprayogo@gmail.com

## PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan periode transisi yang penuh dengan perubahan signifikan, baik secara fisik, psikologis, maupun sosial. Salah satu perubahan fisik yang paling menonjol pada remaja putri adalah terjadinya *menarche*, yaitu menstruasi pertama (Kemenkes RI, 2023). Rata-rata usia *menarche* bervariasi, namun umumnya terjadi pada rentang usia 10-14 tahun (WHO, 2021). Usia rata-rata *menarche* (haid pertama) umumnya antara 10 hingga 16 tahun, dengan sebagian besar wanita mengalaminya pada usia 12,4 tahun. Sekitar 98% wanita sudah menstruasi pada usia 15 tahun. Namun, studi WHO menunjukkan usia rata-rata *menarche* bisa berbeda antar wilayah, yaitu sekitar 14 tahun dengan rentang 13-16 tahun (Lacroix, et al., 2023).

Transisi menuju *menarche* ini dapat menjadi pengalaman yang membingungkan, menakutkan, atau bahkan menimbulkan kecemasan jika remaja putri tidak memiliki pengetahuan yang memadai (Fatmawati, 2022). Kesiapan *menarche*, baik secara fisik maupun psikologis sangat krusial untuk memastikan pengalaman pertama menstruasi berjalan dengan positif dan meminimalkan dampak negatif terhadap kesehatan fisik dan mental remaja. Kesiapan fisik mencakup pemahaman tentang tanda-tanda pubertas, persiapan perlengkapan menstruasi, dan praktik kebersihan diri, sementara kesiapan psikologis melibatkan sikap positif terhadap *menarche*, kemampuan mengatasi emosi, dan dukungan sosial (Jannah & Astuti, 2021).

Pengetahuan tentang kesehatan reproduksi sangat penting bagi individu di setiap tahap kehidupan, terutama bagi remaja. Dengan pemahaman yang baik mengenai hal ini, seseorang dapat membuat keputusan yang bertanggung jawab dan menjaga kesejahteraan fisik, mental, dan sosial mereka. Adapun Manfaat Pengetahuan tentang Kesehatan Reproduksi diantaranya Peningkatan Pengetahuan dan Kesadaran Diri, Pencegahan Risiko Kesehatan Reproduksi, Pemberdayaan dan Pengambilan Keputusan yang Bertanggung Jawab, Pembentukan Nilai dan Etika, Kesiapan Menghadapi Tahap Kehidupan (Pernikahan dan Kehamilan), Peningkatan Kesehatan Ibu dan Anak, Menurunkan Angka Kekerasan Seksual (Wardiyah, et al., 2022; Astuti, 2023).

Kurangnya pengetahuan tentang kesehatan reproduksi dapat menimbulkan berbagai efek negatif serius bagi individu dan masyarakat, seringkali karena stigma, akses informasi terbatas, atau pendidikan yang tidak memadai. Dampaknya meliputi peningkatan risiko PMS/HIV/AIDS, kehamilan tidak diinginkan/aborsi tidak aman, infeksi (seperti ISK), keterlambatan deteksi penyakit serius (misalnya kanker serviks), stres/kecemasan, pernikahan dini, stigma/diskriminasi, kurangnya kepercayaan diri, kesulitan membuat keputusan, kerentanan terhadap kekerasan seksual, dan masalah kesehatan mental (Lestari, et al., 2022).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh (Maifita & Safitri, 2024) Pada Siswi Kelas V Dan

VI SDN 11 Nan Sabaris Kabupaten Padang Pariaman, di peroleh hasil penelitian bahwa 66,7% responden berpengetahuan tinggi dan 70,0% responden sudah siap dalam menghadapi *menarche*. Penelitian lain juga yang dilakukan oleh menunjukkan bahwa terdapat hubungan ada pengetahuan dengan kesiapan menghadapi *menarche* pada siswi ( $p\text{-value}=0,006 < \alpha = 0,05$ ) serta ada hubungan antara kecemasan dengan kesiapan menghadapi *menarche* pada siswi ( $p\text{-value}=0,000 < \alpha = 0,05$ ). Hal ini sejalan dengan penelitian (Fazira, et al., 2022) bahwa hampir semua responden (97,1%) memiliki informasi yang baik. sebagian besar responden (96,9%) yang siap menghadapi *menarche* mempunyai informasi yang baik.

SMP 53 Palembang merupakan salah satu institusi pendidikan yang memiliki peran penting dalam membentuk generasi muda. Mengingat sebagian besar siswi di jenjang SMP berada dalam fase pra-*menarche* atau baru mengalami *menarche*, penting untuk memahami sejauh mana tingkat pengetahuan kesehatan reproduksi yang mereka miliki dan bagaimana hal tersebut memengaruhi kesiapan mereka menghadapi *menarche*. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul "Hubungan Tingkat Pengetahuan Kesehatan Reproduksi terhadap Kesiapan *Menarche* pada Remaja Putri Awal di SMP 53 Palembang" untuk memberikan gambaran yang komprehensif serta menjadi dasar rekomendasi program intervensi yang relevan di kemudian hari.

## METODE

Jenis penelitian yang akan digunakan adalah penelitian kuantitatif dengan pendekatan korelasional (korelasi) atau sering disebut juga survei analitik dengan pendekatan cross-sectional. Penelitian ini telah dilaksanakan di SMP 53 Palembang pada bulan 1 Juli 2025 – 2 Juli 2025. Populasi dalam penelitian ini Seluruh remaja putri awal kelas 7 dan 8 SMP yang belum *menarche* di SMP 53 Palembang dengan jumlah populasi total ada 45 siswi. sampel dalam penelitian ini menggunakan besaran sampel *total sampling* sehingga jumlah sampelnya adalah 45 orang. Kriteria Inklusi adalah Remaja putri yang belum *menarche*, Bersedia menjadi responden, dan Mendapatkan izin orang tua. Sedangkan kriteria Eksklusi adalah Remaja putri yang sudah *menarche*, Tidak bersedia menjadi responden, dan Memiliki kondisi khusus yang memengaruhi pemahaman.

Variabel Independen adalah Tingkat Pengetahuan Kesehatan Reproduksi, Variabel Dependen adalah Kesiapan *Menarche*. Instrumen Penelitian menggunakan Kuesioner pengetahuan yang terdiri dari 20 pertanyaan sedangkan kuesioner kesiapan Jumlah pertanyaan tersedia 25 pertanyaan. Uji Validitas menggunakan face validity. Teknik pengumpulan data terbagi atas tahap persiapan dan perizinan, tahap pelaksanaan dan pengolahan data. Analisis data menggunakan

### *Uji Chi-Square.*

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

## Analisis Univariat

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Remaja Putri Awal di SMP 53 Palembang

<b>Karakteristik</b>		<b>F</b>	<b>%</b>
<b>Usia</b>	<11 tahun	0	0
	11-14 tahun	4	91,1
<b>Berat Bada n</b>	>14 tahun	1	8,9
	Underweight (<17)	1	2,2
<b>BB</b>	BB (<34 kg)		
	Normal (17.00-22.99)	3	73,3
<b>kg)</b>	BB (35-47)	3	
	Overweight (23.00-26.99)	1	24,4
<b>Total</b>	BB (48-55)	1	
	kg)		
		<b>4</b>	<b>100,</b>
		<b>5</b>	<b>0</b>

---

Sumber : Data Primer, 2025

Tabel 1 diperoleh data bahwa dari 45 responden berdasarkan karakteristik usia sebagian besar responden (91,1%) berusia antara 11-14 tahun, dengan jumlah 41 orang. Hanya 4 orang (8,9%) yang berusia di atas 14 tahun. Tidak ada responden yang berusia di bawah 11 tahun. Sedangkan berdasarkan berat badan, mayoritas responden (73,3%) memiliki berat badan normal, yaitu 33 orang. Sebanyak 11 orang (24,4%) dikategorikan overweight, sedangkan 1 orang (2,2%) dikategorikan underweight.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi terkait Pengetahuan Kesehatan Reproduksi pada Remaja Putri Awal di SMP 53 Palembang

<b>Variabel</b>	<b>F</b>	<b>%</b>
	Baik	17
Pengetahuan	Cukup	19
Kespro	Kurang	9
	<b>Total</b>	<b>45</b>
		<b>100,0</b>

*Sumber : Data Primer, 2025*

Berdasarkan tabel 2 diatas, diperoleh bahwa dari 45 responden terdapat 17 (37,8%) responden dengan pengetahuan baik, terdapat 19 (42,2%) responden dengan pengetahuan cukup dan terdapat 9 (20,0%) responden dengan pengetahuan kurang.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi terkait Kesiapan Menarche Remaja Putri Awal di SMP 53 Palembang

<b>Variabel</b>		<b>F</b>	<b>%</b>
Kesiapan	Siap	14	31,1
Menarche	Cukup	19	42,2
Remaja	Siap		
Putri	Tidak	12	26,7
	Siap		
	<b>Total</b>	<b>45</b>	<b>100,0</b>

Sumber : Data Primer

Berdasarkan tabel 3 diatas diperoleh bahwa dari 45 responden terdapat 14 (31,1%) responden yang mengatakan siap menghadapi menarche, terdapat 19 (42,2%) responden yang mengatakan cukup siap menghadapi menarche dan terdapat 12

(26,7%) responden yang mengatakan tidak siap menghadapi menarche.

## Analisis Bivariat

**Tabel 4. Hubungan Antara Tingkat Pengetahuan Kesehatan Reproduksi dengan Kesiapan Menarche Pada Remaja Putri Awal di SMP 53 Palembang**

Berdasarkan tabel 4 diatas, diperoleh bahwa dari 40 responden berdasarkan pengetahuan kesehatan reproduksi kategori baik terdapat 14 (31,1%) responden yang mengatakan siap menghadapi menarche, terdapat 3 (6,7%) responden yang mengatakan cukup siap menghadapi menarche. Berdasarkan pengetahuan kesehatan reproduksi kategori pengetahuan cukup terdapat 16 (35,6%) responden yang mengatakan cukup siap menghadapi menarche dan terdapat 3 (6,7%) responden yang mengatakan tidak siap menghadapi menarche. Sedangkan berdasarkan pengetahuan kesehatan reproduksi kategori kurang terdapat 9 (20,0%) responden yang mengatakan tidak siap menghadapi menarche. Hasil uji statistik Chi-Square diperoleh nilai  $\rho$  value  $0,000 < \text{nilai } \alpha$  0,05 artinya ada Hubungan Antara Tingkat Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Dengan Kesiapan Menarche Pada Remaja Putri Awal Di SMP 53 Palembang..

## Pembahasan

## Analisis Univariat

## Karaktersistik Responden

Tabel 1 diperoleh data bahwa dari 45 responden berdasarkan karakteristik usia sebagian besar responden (91,1%) berusia antara 11-14 tahun, dengan jumlah 41 orang. Hanya 4 orang (8,9%) yang berusia di atas 14 tahun. Tidak ada responden yang berusia di bawah 11 tahun. Sedangkan berdasarkan berat badan, mayoritas responden (73,3%) memiliki berat badan normal, yaitu 33 orang. Sebanyak 11 orang (24,4%) dikategorikan overweight, sedangkan 1 orang (2,2%) dikategorikan underweight.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian (Azizah, et al., 2025) dengan hasil penelitian mayoritas responden memiliki status Indeks Massa Tubuh (IMT) dalam kategori normal, yaitu sebanyak 48 responden (85,7%). Sementara itu, sebanyak 5 responden (8,9%) berada dalam kategori underweight, dan sisanya sebanyak 3 responden (5,4%) termasuk dalam kategori overweight.

Anak usia sekolah berada pada rentang usia 6 hingga 12 tahun dan dikenal sebagai fase perkembangan intelektual yang ditandai dengan berbagai perubahan, baik secara fisik, pola pikir, maupun hormonal (Midayanti Ramulya, et al., 2022). Salah satu perubahan fisiologis yang signifikan pada anak perempuan adalah terjadinya menstruasi pertama, yang dikenal dengan istilah menarche, yang merupakan hasil akhir dari proses perkembangan karakteristik seksual primer dan sekunder, serta menjadi indikator bahwa sistem reproduksi perempuan telah mencapai tingkat kematangan fungsional (Nurmawati & Erawantini, 2021)

### **Pengetahuan Kesehatan Reproduksi**

Berdasarkan tabel 2 diperoleh bahwa dari 45 responden terdapat 17 (37,8%) responden dengan pengetahuan baik, terdapat 19 (42,2%) responden dengan pengetahuan cukup dan terdapat 9 (20,0%) responden dengan pengetahuan kurang. Distribusi ini mencerminkan variasi dalam pemahaman responden yang dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti tingkat pendidikan, akses informasi, pengalaman, dan lingkungan sosial.

Sebuah studi oleh (Saputri, et al., 2023) menunjukkan bahwa pengetahuan ibu yang baik tentang ASI eksklusif berkorelasi positif dengan praktik pemberian ASI eksklusif yang lebih tinggi. Hal ini sejalan dengan penelitian oleh (Astuti, et al., 2022) yang menjelaskan bahwa akses terhadap informasi yang valid, peran tenaga kesehatan, dan tingkat pendidikan formal berkontribusi signifikan terhadap tingkat pengetahuan. Kesenjangan pengetahuan (20% responden berpengetahuan kurang) dalam penelitian ini mungkin disebabkan oleh faktor-faktor serupa.

Sebuah meta-analisis oleh (Zhou & al, 2024) juga menyimpulkan bahwa program edukasi yang terstruktur dan berkelanjutan dapat secara signifikan meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang berbagai aspek kesehatan. Konsep pengetahuan merupakan inti dari perilaku kesehatan. Menurut (Lacroix, et al., 2023) dalam taksonomi tujuan pendidikan, pengetahuan adalah tingkat kognitif terendah yang melibatkan pengenalan dan ingatan informasi. Dalam konteks kesehatan, pengetahuan yang adekuat menjadi prasyarat penting untuk adopsi perilaku sehat, termasuk praktik kebidanan dan perawatan kesehatan. Seseorang tidak akan dapat mengambil keputusan atau tindakan yang tepat tanpa dasar pengetahuan yang memadai.

### **Kesiapan Menarche Remaja Putri Awal**

Berdasarkan tabel 3 diperoleh bahwa dari 45

responden terdapat 14 (31,1%) responden yang mengatakan siap menghadapi menarche, terdapat 19 (42,2%) responden yang mengatakan cukup siap menghadapi menarche dan terdapat 12 (26,7%) responden yang mengatakan tidak siap menghadapi menarche. Data ini menunjukkan bahwa mayoritas responden (sekitar 68,9%, gabungan dari "cukup siap" dan "tidak siap") masih memiliki tingkat kesiapan yang bervariasi dan belum sepenuhnya siap menghadapi menarche. Kondisi ini menjadi sorotan penting dalam pembahasan teori dan praktik asuhan kebidanan pada remaja putri.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Manase, et al., 2022) yang menunjukkan ada hubungan pengetahuan dan sikap dengan kesiapan menghadapi menarche. Hasil penelitian ini sejalan dengan beberapa teori dan temuan penelitian sebelumnya yang menyoroti kompleksitas kesiapan remaja putri menghadapi menarche (Putri, et al., 2025). Menarche adalah peristiwa fisiologis yang penting dan merupakan salah satu tanda kematangan seksual pada perempuan. Kesiapan mental, fisik, dan psikososial dalam menghadapi menarche sangat krusial untuk memastikan pengalaman yang positif dan adaptasi yang sehat (Aswadi, et al., 2024)

### **Analisis Bivariat**

Tabel 4 Hubungan Antara Tingkat Pengetahuan Kesehatan Reproduksi dengan Kesiapan Menarche Pada Remaja Putri Awal di SMP 53 Palembang. Berdasarkan tabel 4 diatas, diperoleh bahwa dari 40 responden berdasarkan pengetahuan Kesehatan reproduksi kategori baik terdapat 14 (31,1%) responden yang mengatakan siap menghadapi menarche, terdapat 3 (6,7%) responden yang mengatakan cukup siap menghadapi menarche. Berdasarkan Pengetahuan Kesehatan reproduksi kategori pengetahuan cukup terdapat 16 (35,6%) responden yang mengatakan cukup siap menghadapi menarche dan terdapat 3 (6,7%) responden yang mengatakan tidak siap menghadapi menarche. Sedangkan berdasarkan pengetahuan Kesehatan reproduksi kategori kurang terdapat 9 (20,0%) responden yang mengatakan tidak siap menghadapi menarche. Hasil uji statistik Chi-Square diperoleh nilai  $\rho$  value  $0,000 < \text{nilai } \alpha$  0,05 artinya ada Hubungan Antara Tingkat Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Dengan Kesiapan Menarche Pada Remaja Putri Awal Di SMP 53 Palembang. Data ini mengindikasikan bahwa sebagian besar remaja putri dalam penelitian ini masih berada pada tingkat kesiapan yang bervariasi, dengan proporsi terbesar berada pada kategori "cukup siap".

Pengetahuan komprehensif tentang kesehatan reproduksi, khususnya menarche, sangat penting bagi remaja putri yang berada pada masa transisi rentan secara psikologis dan psikososial, dan pendidikan adalah cara efektif untuk memperolehnya. Oleh karena itu, faktor lingkungan keluarga perlu diperhatikan dalam mendukung kesiapan remaja putri menghadapi menarche (Mahmudah & Daryanti, 2022)

Kesiapan menghadapi menarche merupakan aspek penting dalam kesehatan reproduksi remaja putri. Penelitian sebelumnya banyak yang mengkaji faktor-faktor yang mempengaruhi kesiapan ini. Salah satu studi yang dilakukan oleh (Lestari, et al., 2022) menemukan bahwa pendidikan kesehatan reproduksi yang adekuat memiliki dampak positif terhadap kesiapan remaja putri dalam menghadapi menarche. Kurangnya informasi atau pendidikan yang salah dapat menyebabkan kecemasan dan ketidaksiapan.

Selain itu, dukungan sosial dari keluarga dan teman sebaya juga berperan penting. Menurut penelitian oleh (Putri & Handayani, 2023), komunikasi terbuka dengan ibu atau figur perempuan dewasa lainnya dapat membantu mengurangi ketakutan dan meningkatkan pemahaman remaja tentang proses menarche. Sebaliknya, stigma atau kurangnya diskusi tentang topik ini di lingkungan keluarga dan sekolah dapat memperburuk ketidaksiapan.

Perkembangan media sosial dan akses informasi juga perlu dipertimbangkan. Remaja saat ini lebih mudah mengakses informasi, baik yang akurat maupun tidak. Oleh karena itu, penting untuk memastikan bahwa sumber informasi yang diakses adalah kredibel dan memberikan pemahaman yang benar mengenai menarche. Penelitian oleh (Nisa & Lestari, 2024) menyoroti pentingnya peran tenaga kesehatan dan pendidik dalam memberikan informasi yang komprehensif dan akurat kepada remaja putri.

Penelitian lain yang sejalan dengan hasil penelitian ini adalah (Purba, et al., 2021). Penelitian ini juga menemukan hubungan positif antara pengetahuan tentang menarche dan kesiapan remaja putri. Begitupun penelitian oleh (Hidayah & Palila, 2023) membahas kesiapan menarche dan secara tidak langsung menunjukkan bahwa faktor psikologis dan dukungan (termasuk dari ibu) berkontribusi pada kesiapan

## SIMPULAN

Kesimpulan penelitian ini adalah Terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan kesehatan reproduksi dengan kesiapan menarche pada remaja putri awal di SMP 53 Palembang (nilai  $p = 0,000 < \alpha 0,05$ ). Ini menunjukkan bahwa pengetahuan yang komprehensif tentang kesehatan reproduksi, khususnya menarche, sangat penting bagi kesiapan remaja putri

## DAFTAR PUSTAKA

- Astuti, B. W., 2023. Pendidikan Kesehatan Reproduksi dan Perawatan Genital Hygiene ada Wanita Usia Subur. *Jurnal Peduli Masyarakat*, 5(3), pp. 565-570.
- Astuti, R. T., Wulandari, R. & Hartono, R., 2022. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Tingkat Pengetahuan Remaja tentang Kesehatan Reproduksi. *Journal of Health Science and Technology*.

- Aswadi, S., Syahrir & Hadza, R. Q., 2024. he Influence of Ludo Edutainment Media in the Prevention of Child Sexual Abuse at Pao-Pao Elementary School, Gowa Regency. *Promot. J. Kesehat. Masy*, 14(4), p. 61–68.
- Azizah, S. N., Elsanti, D. & Sumarmi, 2025. Hubungan Pengetahuan Dan Persepsi Body Image Dengan Kesiapan Siswi Menghadapi Menarche Dini. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 10(2), pp. 247-253.
- Fatmawati, F., 2022. *Kesiapan Menarche pada Remaja Putri: Tinjauan Komprehensif.* Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Fazira, E., I'tishom, R. & Amalia, R. B., 2022. Correlates of Reproductive Health Knowledge Level and Menarche Readiness in Early Adolescent Girls. *EMBRIО : Jurnal Kebidanan*, 14(1), pp. 9-15.
- Hidayah, N. & Palila, S., 2023. Kesiapan Menghadapi Menarche pada Remaja Putri Prapubertas Ditinjau dari Kelekatan Aman Anak dan Ibu. *Psypathic : Jurnal Ilmiah Psikologi*, 5(1), pp. 107-114.
- Jannah, N. & Astuti, S., 2021. Analisis Tingkat Kesiapan Remaja Putri Menghadapi Menarche. *Jurnal Keperawatan dan Kesehatan Masyarakat Cendekia Utama*, 10(2), pp. 145-152.
- Kemenkes RI, 2023. *Panduan Kesehatan Reproduksi Remaja.* Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia .
- Lacroix, A. E., Gondal, H., Shumway, K. R. & Langaker, M. D., 2023. *Physiology, Menarche - StatPearls - NCBI Bookshelf.* s.l.:(NCBI Bookshelf, StatPearls).
- Lestari, A., Dewi, S. A. & Fitriani, R., 2022. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Reproduksi Terhadap Tingkat Kesiapan Remaja Putri Menghadapi Menarche. *Jurnal Kesehatan Reproduksi dan Kebidanan*, 12(1), pp. 45-52.
- Mahmudah, N. & Daryanti, M. S., 2022. KESIAPAN DALAM MENGHADAPI MENARCHE PADA SISWI SEKOLAH. *Jurnal JKFT: Universitas Muhammadiyah Tangerang*, 6(1), pp. 72-78.
- Maifita, Y. & Safitri, W., 2024. HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN DENGAN KESIAPAN MENGAHADAPI MENARCHE PADA SISWI KELAS V DAN VI SDN 11 NAN SABARIS KABUPATEN PADANG PARIAMAN. *As-Shiha Journal of Medical Research*, 5(1), pp. 1-8.
- Manase, P., Nurbaya, S. & Sumi, S. S., 2022. Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Terhadap Kesiapan Menghadapi Menarche. *JIMPK : Jurnal Ilmiah Mahasiswa & Penelitian Keperawatan*, 2(3), pp. 424-432.
- Midayanti Ramulya, A., Nurafriani & Kasim, J., 2022. Gambaran Pengalaman Persepsi dan Kesiapan Anak Dalam Menghadapi Menarche DIni. *JIMPK : Jurnal Ilmiah*

- Mahasiswa & Penelitian Kependidikan, 2(3),*  
pp. 302-308.
- Nisa, K. & Lestari, D., 2024. Peran Tenaga Kesehatan dalam Peningkatan Literasi Kesehatan Reproduksi Remaja Putri di Era Digital. *Jurnal Kebidanan dan Kependidikan, 10(2)*, pp. 110-118.
- Nurmawati & Erawantini, 2021. Tingkat Pengetahuan Menstruasi Dalam Menunjang Kesiapan Siswi SD Menghadapi Menarche. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Andalas*.
- Purba, T. R., Nuraeni, E. & Haryanti, T., 2021. Hubungan Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Menarche Dengan Kesiapan Menarche di SMPN 1 Ciledug Kota Cirebon. *Jurnal Kesehatan Abdurrahman, 2021, 4(1), 1-8.*, 4(1), pp. 1-8.
- Putri, D. S., Pramono, J. S. & Hendriani, D., 2025. Pengaruh Intervensi Edukasi Ludo terhadap Peningkatan Pengetahuan, Sikap dan Praktik Kebersihan Menstruasi Pada Santriwati. *JURNAL MEDIA INFORMATIKA [JUMIN], 6(3)*, pp. 1966-1972.
- Putri, I. A. & Handayani, S., 2023. Dukungan Keluarga dan Kesiapan Remaja Putri Menghadapi Menarche. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat, 18(3)*, pp. 201-209.
- Saputri, A. N., Anggraini, D. & Pratiwi, A., 2023. Hubungan Pengetahuan Ibu dengan Pemberian ASI Eksklusif pada Bayi. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*.
- Wardiyah, A. et al., 2022. Penyuluhan kesehatan tentang pentingnya menjaga kesehatan alat reproduksi. *PCH : Journal of Public Health Concern, 2(1)*, pp. 41-53.
- WHO, 2021. *Adolescent Health and Development*. Geneva: World Health Organization.
- Zhou, L. & al, e., 2024. Effectiveness of Educational Interventions on Maternal Health Knowledge: A Meta-Analysis. *BMC Public Health*.