

Hubungan Peran Orang Tua Dalam Pendidikan Kesehatan Reproduksi Dengan Kesiapan Menghadapi Menarche Remaja Putri Di Sdn 66 Kota Bengkulu

Cindy Afrianis¹⁾; Danur Azissah²⁾; Murwati³⁾

^{1,2,3)}Universitas Dehasen Bengkulu

Email: ¹⁾ afrianiscindy@gmail.com

ARTICLE HISTORY

Received [16 September 2025]

Revised [20 Januari 2026]

Accepted [25 Januari 2026]

KEYWORDS

Parental Role, Reproductive Health, Readiness, Menarche.

This is an open access article under the [CC-BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license



ABSTRAK

Pubertas pada remaja perempuan ditandai dengan menarche, yaitu menstruasi pertama yang terjadi akibat peluruhan lapisan endometrium yang mengandung banyak pembuluh darah di bagian uterus. Berdasarkan survey awal peneliti ke beberapa orang tua remaja putri di SDN 66 Kota Bengkulu, diperoleh gambaran bahwa sebagian besar orang tua belum memahami secara menyeluruh pentingnya pendidikan kesehatan reproduksi sejak dini. Tujuan penelitian ini adalah Diketahui Hubungan Peran Orang Tua Dalam Pendidikan Kesehatan Reproduksi Dengan Kesiapan Menghadapi Menarche Remaja Putri Di SDN 66 Kota Bengkulu. Penelitian ini memakai metode deskriptif kuantitatif untuk desain penelitian cross sectional. Populasi dalam penelitian ini yaitu remaja putri kelas 4 dan 5 di SDN 66 Kota Bengkulu yang berjumlah 59 orang. sampel yang digunakan berjumlah 36 siswi remaja putri. Teni pengumpulan data dilakukan dengan menyebarkan kuesioner. Analisis bivariat menggunakan uji statistik chi square. Sebagian besar orang tua remaja putri di SDN 66 Kota Bengkulu memiliki peran yang baik dalam pendidikan kesehatan reproduksi, yaitu sebesar 55,6%. Dan sebagian besar remaja putri di SDN 66 Kota Bengkulu, yaitu 66,7%, menunjukkan kesiapan dalam menghadapi menarche. Hasil uji chi-square dengan nilai $p = 0,000 (< 0,05)$. Disarankan agar orang tua, sekolah, dan remaja putri berperan aktif dalam pendidikan kesehatan reproduksi sejak dini melalui komunikasi yang positif dan sumber informasi yang terpercaya, serta bagi peneliti selanjutnya diharapkan mengembangkan penelitian ini dengan cakupan yang lebih luas dan variabel yang lebih beragam.

ABSTRACT

Puberty in adolescent girls is marked by menarche, which is the first menstruation that occurs due to the shedding of the endometrial layer containing many blood vessels in the uterus. Based on the researcher's initial survey of several parents of adolescent girls at SDN 66 Bengkulu City, it was found that most parents did not fully understand the importance of early reproductive health education. The purpose of this study was to determine the relationship between the role of parents in reproductive health education and the readiness of adolescent girls at SDN 66 Kota Bengkulu to face menarche. This study used a quantitative descriptive method for a cross-sectional research design. The population in this study consisted of 59 female adolescents in grades 4 and 5 at SDN 66 Bengkulu City. The sample consisted of 36 female adolescents. Data collection was carried out by distributing questionnaires. Bivariate analysis used the chi-square statistical test. Most parents of adolescent girls at SDN 66 Bengkulu City played a positive role in reproductive health education, namely 55.6%. And most adolescent girls at SDN 66 Bengkulu City, namely 66.7%, showed readiness to face menarche. The results of the chi-square test showed a p -value of $0.000 (< 0.05)$. It is recommended that parents, schools, and adolescent girls play an active role in reproductive health education from an early age through positive communication and reliable sources of information. Furthermore, it is hoped that future researchers will develop this study with a broader scope and more diverse variables.

PENDAHULUAN

Masa remaja ialah fase dalam kanak-kanak hingga dewasa yang dimulai umur 10 hingga 19 tahun, dimana mulai berkembangnya menuju dewasa diantaranya berubah biologisnya, psikologis dan psikososial dengan cara berpikir, ambil keputusan dan berinteraksi dengan lingkungan (World Health Organization, 2024). Kurang pembahasan terkait menstruasi di keluarga membuat masyarakat enggan membahasnya jadi membuat remaja awal kurang pengetahuannya dan perilakunya terkait perubahan fisik dan psikologis yang dialami. Kurang pengetahuan terkait kebersihan diri saat haid dibutuhkan karena rasa cemas dan takut yang timbul, sehingga kesiapan mental sangat dibutuhkan. Pentingnya informasi lebih terkait proses menstruasi khususnya dari orang tua membuat remaja putri siap mejalani menarche (Devi, 2020). Data International Youth Day tahun 2023 menjelaskan bahwa berkisar 1,2 miliar atau (18%) remaja didunia dari jumlah penduduk seluruhnya, pada skala nasional untuk jumlah penduduk usia 10 – 24 tahun sebanyak 66,74 juta jiwa (24,2%) dari 275,77 juta total populasi pada tahun 2022 (Agustina et al., 2024). Menurut Badan Pusat Statistik tahun 2023 jumlah penduduk Indonesia menurut kelompok umur dan jenis kelamin (Laki-Laki dan Perempuan) untuk kelompok umur 15-19 tahun (22.081.528 jiwa),

umur 20-24 (22.246.688 jiwa) dan umur 25-29 (22.488.757 jiwa) (Badan Pusat Statistik, 2024). Berdasarkan data penduduk Indonesia era bonus demografi untuk umur juni tahun 2022 per satu juta jiwa menyebutkan bahwa usia 10-14 tahun (24,39%), umur 15-19 tahun (21,62%), dan umur 20-24 tahun (23,07%) (Agustina et al., 2024). Pubertas pada remaja perempuan ditandai dengan menarche, yaitu menstruasi pertama yang terjadi akibat peluruhan lapisan endometrium yang mengandung banyak pembuluh darah di bagian uterus. Menarche dipengaruhi oleh beberapa hormon seperti follicle stimulating hormone (FSH), luteinizing hormone (LH) dan estrogen berfungsi untuk mematangkan sel telur. Menarche normal jika terjadi pada usia 11-13 tahun, apabila terjadi dibawah usia 11 tahun maka dikatakan sebagai menarche dini. Meskipun begitu, usia menarche pada setiap perempuan bervariasi yaitu antara usia 10-16 tahun (Amalia et al., 2024). Berdasarkan penelitian oleh (Rodiyah et al., 2023), hasil yang diperoleh menunjukkan perubahan pengetahuan setelah mendapat pendidikan kesehatan. Dapat disimpulkan bahwa edukasi kesehatan tentang menarche efektif dalam meningkatkan pengetahuan siswi untuk meningkatkan persiapan mereka sebelum menstruasi, kurangnya pengetahuan siswi menyebabkan semakin tidak siap dalam menghadapi menarche.

Seseorang dikatakan mengalami menarche dini jika menstruasi pertama sebelum usia 12 tahun. Hal ini dapat membawa dampak signifikan terhadap kesehatan reproduksi dan psikologis remaja. Penelitian menunjukkan bahwa remaja yang mengalami menarche dini lebih rentan terhadap gangguan kesehatan reproduksi seperti endometriosis dan gangguan menstruasi, termasuk siklus yang tidak teratur, nyeri menstruasi yang parah, dan perdarahan berlebihan. Selain dampak fisik, menarche dini juga memengaruhi kesehatan mental, menyebabkan stres dan kecemasan karena remaja seringkali belum siap secara emosional untuk perubahan fisik ini. Dampak menarche dini tidak hanya terbatas pada masa remaja tetapi juga bisa berlanjut hingga dewasa, meningkatkan risiko penyakit kardiovaskular, diabetes tipe 2, dan kanker payudara (Amalia et al., 2024). Pada saat menstruasi pertama, memunculkan emosi yang tidak terkontrol dengan baik. Orang tua harus dapat memahami perubahan yang terjadi pada remaja, dengan memberikan pendidikan mengenai menarche dan seksualitas yang sedang dialami, secara otomatis anak akan mengerti dan memahami perubahan dirinya dengan baik secara fisiologis dan psikologis, akan tetapi jika tidak ada peran ibu tentang bagaimana menghadapi menarche, seberapa sering haid terjadi, berapa lama berlangsungnya atau seberapa banyak darah yang keluar dan bagaimana cara menggunakan pembalut maka seorang remaja putri yang mengalami awal menarche akan kebingungan terhadap terjadinya menarche tersebut, karena seorang remaja putri dengan menarche kebanyakan terkena kecemasan (Devi, 2020). Remaja dalam mempersiapkan datangnya menarche memerlukan dukungan, baik dukungan secara emosional, informasi, penghargaan dan instrumental. Dukungan tersebut dapat diperoleh dari lingkungan keluarga (orang tua), lingkungan sekolah (guru), lingkungan teman sebaya, dan lingkungan masyarakat (sosial budaya dan media massa). Lingkungan dalam keluarga merupakan lingkungan pertama dan utama bagi perkembangan anak (Devi, 2020). Faktor lainnya yang mempengaruhi kesiapan anak dalam menghadapi pubertas adalah tingkat pengetahuan (Ayuanida, 2021). Pemberian pendidikan kesehatan pada remaja akan membantu remaja untuk meningkatkan pengetahuan, sikap dan perilaku. Indikator dalam mencapai keberhasilan suatu proses pendidikan kesehatan adalah adanya peningkatan pengetahuan dan sikap individu yang diaplikasikan dalam perilaku sehari-hari (Trisetyaningsih, 2020).

Dampak ketidaksiapan anak remaja putri menghadapi pubertas dapat menimbulkan kecemasan, gejala-gejala patologis seperti rasa takut, konflik batin, dan gangguan lainnya yaitu berupa pusing, mual, disminorhea dan menstruasi tidak teratur. Sedangkan kesiapan atau dalam menghadapi pubertas berdampak terhadap reaksi individual anak baik positif maupun negatif pada saat menstruasi pertama. Pengetahuan ibu tentang menstruasi dapat distimulus dari berbagai faktor, diantaranya sosial, ekonomi, budaya, pendidikan, pengalaman. Berbagai reaksi dapat terjadi dan sangat menolak pada pubertas adalah kecemasan dan ketakutan yang kemudian diperkuat dengan keinginan untuk menolak fisiologis haidnya. Berdasarkan hal diatas pendampingan dan pengetahuan ibu tentang pubertas sangat menentukan kesiapan anak dalam menghadapi pubertas (Hasanah, 2020). Dampak kurang pengetahuan terkait menstruasi awal pada remaja akan berkaitan ke kesiapan remaja putri awal dalam menghadapi menarche, yang tidak lain individu itu punya deskripsi fantasi sangat aneh berbarengan dengan saan bersalah dan seluruh tersebut dikaitkan dengan konflik pendarahan di organ kelamin serta proses mesntruasi. Solusi supaya remaja putri punya persepsi baik terkait menarche ialah dengan memberi informasi terkait menarche dengan benar (Meizela, 2020).

Sehingga, Supaya anak siap menghadapi pubertasnya maka orang tua dianjurkan agar lebih mengawasi anak-anak dalam menjalani pubertas sebab peran orang tua sangat penting (Ardiani & Fitriyani, 2020). Peran orang tua saat ini menjadi penting dalam meningkatkan kesiapan anak menghadapi pubertas melalui pendidikan kesehatan reproduksi. Peran orang tua terdiri dari 6 aspek yaitu sebagai pendidik, panutan, pendamping, konseling, komunikator dan sebagai sahabat untuk anak. Macam-macam peran tersebut dapat membantu anak pada saat remaja untuk menaikkan kepercayaan

diri, berani mengungkapkan konflik dan mengambil keputusan serta menemui pemecahan konflik yang dialami (Subekti et al., 2020). Berdasarkan penelitian oleh (Meizela, 2020), dengan judul "Hubungan Pengetahuan Dengan Kesiapan Siswi Kelas V Dalam Menghadapi Menarche Di Sd Negeri 79 Kota Bengkulu Tahun 2020", hasil analisisnya sebanyak (63,7%) Siswi SDN 79 Kota Bengkulu punya umur 11 tahun. Sebanyak (59,7%) siswi SDN 79 kota Bengkulu tidak siap mengadapi menarche. Sebanyak (58,4%) siswi SDN 79 kota Bengkulu punya pengetahuan kurang terkait menarche. Ada hubungan pengetahuan dengan kesiapan menghadapi menarche di SDN 79 Kota Bengkulu. Berdasarkan penelitian oleh (Ayuanida, 2021), dengan judul "Hubungan Peran Orang Tua Dalam Pendidikan Kesehatan Reproduksi Dengan Kesiapan Menghadapi Pubertas Siswa Laki-Laki (Usia 10-12 Tahun) di SDN Sanawetan 02 Kota Blitar", hasil penelitian dari 75 responden didapatkan, 55 responden (73,3% menyatakan orangtua sangat berperan dalam pendidikan kesehatan reproduksi dan 59 responden (78,7%) cukup siap menghadapi pubertas. Analisis data menggunakan Spearman (Rho) dengan nilai signifikansi p value $(0,004) < (0,05)$ dapat diartikan adanya hubungan peran orang tua dalam pendidikan kesehatan reproduksi dengan kesiapan menghadapi pubertas siswa. Berdasarkan data dari Dinas Pendidikan tahun 2025, keseluruhan siswa di SDN 66 Kota Bengkulu jumlah seluruh siswa sebanyak 374 anak. Untuk kelas 5 yaitu kelas 5A terdapat 30 siswi dengan 15 perempuan dan 15 laki-laki, kelas 5B terdapat 30 siswi dengan 16 laki-laki dan 14 perempuan, sedangkan pada kelas 4 yaitu kelas 4A terdapat 30 siswi dengan 18 laki-laki dan 12 perempuan serta kelas 4B terdapat 30 siswi dengan 12 laki-laki dan 18 perempuan.

Berdasarkan survey awal peneliti ke beberapa orang tua remaja putri di SDN 66 Kota Bengkulu, diperoleh gambaran bahwa sebagian besar orang tua belum memahami secara menyeluruh pentingnya pendidikan kesehatan reproduksi sejak dini. Banyak di antara mereka merasa canggung atau tidak tahu bagaimana memulai percakapan dengan anak mengenai perubahan fisik dan emosional saat pubertas. Selain itu, masih terdapat anggapan bahwa pendidikan tentang menarche merupakan tanggung jawab sekolah sepenuhnya, bukan keluarga. Kurangnya pengetahuan dan referensi juga membuat orang tua kesulitan dalam memberikan informasi yang tepat dan sesuai usia anak. Akibatnya, banyak remaja putri menghadapi masa menarche tanpa pendampingan orang tua, dan lebih banyak memperoleh informasi dari teman sebaya atau internet yang belum tentu akurat. Temuan ini menunjukkan bahwa masih terdapat kesenjangan peran orang tua dalam mendampingi anak menghadapi menarche, sehingga penting untuk meneliti hubungan antara peran orang tua dengan kesiapan remaja putri dalam menghadapi masa menarche. Peneliti memilih SDN 66 Kota Bengkulu sebagai lokasi penelitian karena berdasarkan observasi awal, di sekolah ini ditemukan cukup banyak siswi yang mengalami menarche namun menunjukkan tanda-tanda kurangnya kesiapan dalam menghadapinya, seperti rasa malu berlebihan, ketidakhadiran di sekolah, dan penurunan motivasi belajar. Kondisi ini mengindikasikan adanya kebutuhan akan pendidikan kesehatan reproduksi yang memadai sejak dini, khususnya dari peran orang tua. Selain itu, lingkungan sekolah ini dinilai representatif untuk mengkaji hubungan antara peran orang tua dalam memberikan pendidikan kesehatan reproduksi dengan kesiapan remaja putri dalam menghadapi menarche. Oleh karena itu, SDN 66 Kota Bengkulu dipilih sebagai lokasi yang relevan dan potensial untuk mendukung pencapaian tujuan penelitian ini. Selain itu, alasan peneliti memilih lokasi di SDN 66 Kota Bengkulu untuk penelitian karena sekolah ini memiliki jumlah siswi kelas v dan vi yang cukup representatif untuk mengkaji kesiapan menghadapi menarche. Selain itu, sekolah ini menunjukkan keterbukaan terhadap program pendidikan kesehatan dan memiliki hubungan komunikasi yang cukup baik antara pihak sekolah, siswa dan orang tua. Hal ini menjadi potensi yang mendukung untuk meneliti hubungan peran orang tua dalam pendidikan kesehatan reproduksi dengan kesiapan remaja putri menghadapi menarche

LANDASAN TEORI

Remaja

Remaja (adolescents) ialah periode perubahan dari mengarah dewasa hingga usia dewasa. Tahap ini remaja sering kali mengalami masalah gizi, seperti anemia, dapat mempengaruhi kualitas di masa yang akan datang (Saraswati, 2021). Pada tahapan masa remaja, asupan zat gizi meningkat dibandingkan dengan masa kanak-kanak. Namun, seringkali remaja tidak mematuhi pola makan yang sehat, sehingga asupan nutrisi yang mereka terima tidak memenuhi kebutuhan tubuh mereka (Widnatusifah et al., 2020).

Kesiapan

Kesiapan adalah keseluruhan kondisi seseorang yang membuatnya siap untuk memberi respon atau jawaban di dalam cara tertentu terhadap suatu situasi. Kesiapan menghadapi menstruasi pertama adalah keadaan yang menunjukkan bahwa seseorang siap untuk mencapai salah satu kematangan fisik

yaitu dengan datangnya menstruasi pertama yang keluar dari tempat khusus wanita pada saat menginjak usia sepuluh sampai enam belas tahun (Arfah et al., 2023). Pengetahuan yang cukup diharapkan remaja mampu menghadapi masa pubertas dengan kesiapan yang lebih matang sehingga mampu mengetahui tentang perubahan masa puber. Apabila remaja mengetahui lebih dalam tentang kesehatan reproduksi, diharapkan juga remaja dapat mengambil keputusan yang lebih bijak tentang apa yang seharusnya boleh mereka lakukan dan apa yang tidak boleh mereka lakukan.

Peran Orang Tua

Peranan orang tua yaitu orang tua harus menjadi orang yang terdekat dengan anak. Apabila orang tua dekat dengan anak, maka otomatis mereka dapat melihat kemungkinan kesulitan yang dialami anak. Dalam hal ini orang tua harus mampu menjadi konsultasi bagi anak. Apabila anak mendapat kesulitan orang tua dapat membantu dengan mencari alternatif jalan keluar, tapi jalan itu tidak harus mutlak diikuti anak. Anak harus dapat memilih jalan keluar yang sesuai atau yang dianggapnya terbaik baginya. Orang tua tidak boleh memaksakan jalan keluar yang disodorkannya. Berilah kebebasan pada anak itu memilih yang dinilai baik dan cocok bagi dirinya. Jadi peran orang tua disini hanya memberi saran bukan yang menentukan keputusan. Namun harus tahu batas haknya sebagai penanggung jawab (Subekti et al., 2020).

Pendidikan

Pendidikan merupakan usaha sadar dalam proses pembelajaran dengan maksud adanya setiap individu siap untuk belajar. Pendidikan yang pertama dan utama berada di lingkungan keluarga disebut dengan pendidikan informal yang tercermin dalam bentuk pembinaan orang tua pada anak. Orang tua memiliki peran sebagai edukator, panutan, pendamping, konseling, komunikator, dan sebagai teman untuk anak. Macam-macam peran tersebut dapat membantu anak pada saat remaja dalam meningkatkan rasa kepercayaan diri, berani mengemukakan masalah, serta membuat keputusan dan menemukan jalan pemecahan masalah yang mereka hadapi (Subekti et al., 2020).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini memakai metode deskriptif kuantitatif untuk desain penelitian cross sectional. Kuantitatif menurut (Rimbawati, 2020) ialah jenis penelitian yang sistematis, terencana, dan terstruktur. Desain penelitian cross sectional yaitu pendekatan dengan cara pengumpulan data yang dilakukan pada satu kali waktu. Populasi dalam penelitian ini yaitu remaja putri kelas 4 dan 5 di SDN 66 Kota Bengkulu yang berjumlah 59 orang. Pada penelitian ini, penentuan sampel dilakukan dengan metode total sampling, yaitu teknik pengambilan sampel yang melibatkan seluruh anggota populasi (Salsabillah et al., 2022). Dengan demikian, sampel yang digunakan berjumlah 36 siswi remaja putri di SDN 66 Kota Bengkulu yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Analisis Univariat

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Peran Orang Tua Dalam Pendidikan Kesehatan Reproduksi

No.	Peran Orang Tua Dalam Pendidikan Kesehatan Reproduksi	Jumlah	Persentase (%)
1.	Baik	20	55,6
2.	Cukup	16	44,4
Total		36	100,0

Sumber: Data Primer Tahun 2025

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa dari 36 responden orang tua remaja SDN 66 Kota Bengkulu sebagian besar responden (55,6%) memiliki peran orang tua baik dalam pendidikan kesehatan reproduksi.

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Kesiapan Menghadapi Menarche Remaja Putri

No.	Menghadapi Menarche	Jumlah	Persentase (%)
1.	Siap	24	66,7
2.	Tidak Siap	12	33,3
Total		36	100,0

Sumber: Data Primer Tahun 2025

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa dari 36 responden sebagian besar responden (66,7%) memiliki siap dalam menghadapi menarche.

Analisis Bivariat

Tabel 3 Hubungan Peran Orang Tua Dalam Pendidikan Kesehatan Reproduksi Dengan Kesiapan Menghadapi Menarche

No.	Peran Orang Tua Dalam Pendidikan Kesehatan Reproduksi	Kesiapan Menghadapi Menarache Remaja Putri				Total		P Value
		Siap		Tidak Siap		N	%	
		N	%	N	%			
1.	Baik	20	83,3	0	0,0	20	55,6	0,000
2.	Cukup	4	16,7	12	100,0	16	44,4	
Total		24	66,7	12	33,3	36	100,0	

Sumber: Data Primer Tahun 2025

Berdasarkan tabel 3 dapat diketahui bahwa dari 36 responden didapatkan fakta menarik bahwa yang mempunyai peran orang tua dalam pendidikan kesehatan reproduksi baik dengan kesiapan menghadapi menarache remaja putri siap sebanyak 20 orang (83,3%) sedangkan peran orang tua dalam pendidikan kesehatan reproduksi cukup dengan kesiapan menghadapi menarache remaja siap sebanyak 4 orang (16,7%). Dan untuk peran orang tua dalam pendidikan kesehatan reproduksi cukup dengan kesiapan menghadapi menarache remaja putri tidak siap sebanyak 12 orang (100,0%).

Berdasarkan uji chi square yang dilakukan tentang Hubungan Peran Orang Tua Dalam Pendidikan Kesehatan Reproduksi Dengan Kesiapan Menghadapi Menarache Remaja Putri Di SDN 66 Kota Bengkulu ditemukan nilai p value 0,000 yang berarti $< \alpha 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Sehingga menunjukkan bahwa ada pengaruh yang signifikan antara Peran Orang Tua Dalam Pendidikan Kesehatan Reproduksi Dengan Kesiapan Menghadapi Menarache Remaja Putri Di SDN 66 Kota Bengkulu.

Pembahasan

Peran Orang Tua Dalam Pendidikan Kesehatan Reproduksi Di SDN 66 Kota Bengkulu

Berdasarkan hasil penelitian, menunjukkan bahwa dari 36 responden orang tua remaja SDN 66 Kota Bengkulu yaitu sebagian besar responden sebanyak 20 responden (55,6%) memiliki peran orang tua dalam pendidikan kesehatan reproduksi baik dan hampir sebagian responden sebanyak 16 responden (44,4%) memiliki peran orang tua dalam pendidikan kesehatan reproduksi cukup. Hasil penelitian tersebut sejalan dengan penelitian oleh (Lede, 2021), hasil penelitian menggambarkan sebagian besar peran orangtua berada pada kategori baik sebanyak 59 responden (60.2%). Penelitian oleh (Zahro et al., 2024), bahwa peran ibu responden hampir seluruhnya positif sebanyak 28 orang (87,5%). Selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh (Hariyadi, 2024), dari 35 responden diperoleh hasil bahwa 80% orang tua berperan, 14,2% sangat berperan, dan 5,7% kurang berperan. Penelitian tersebut menyimpulkan bahwa orang tua memiliki peran penting dalam memenuhi kebutuhan informasi kesehatan reproduksi pada remaja. Disarankan adanya penyuluhan dari tenaga kesehatan, atau bekerja sama dengan perguruan tinggi di bidang kesehatan, untuk memberikan edukasi mengenai kesehatan reproduksi kepada remaja di tingkat SMA.

Kurangnya komunikasi seksual orang tua dengan anak dapat menyebabkan remaja beralih ke sumber informasi yang meagukan, seperti teman sebaya, internet dan media social. Oleh karena itu hubungan orang tua dengan anak sangat penting untuk membentuk lintasan anak-anak hingga masa remaja dan menunjukkan potensi yang cukup besar untuk meningkatkan pengetahuan kesehatan reproduksi remaja. Sedangkan guru memiliki kemampuan untuk menjelaskan secara rinci tentang pubertas yang diintegrasikan dalam kurikulum pembelajaran sehingga anak dapat mudah memahami tentang perkembangan pubertas (Ayuanida, 2021). Peran orang tua dalam mempersiapkan remaja putri menghadapi menarache mencakup peran sebagai pendidik yang memberikan informasi lengkap dan akurat mengenai menstruasi, sebagai teman yang dapat diajak berdiskusi terkait menstruasi, sebagai teladan dalam menjaga kebersihan diri saat menstruasi, sebagai pengawas dalam pergaulan anak, serta sebagai pemberi dukungan baik fisik maupun mental. Dengan kata lain, peran tersebut meliputi fungsi sebagai pendidik, teman, teladan, pengawas, dan pemberi dukungan. Seluruh responden menyatakan bahwa orang tua berperan sebagai pendidik yang memberikan pengetahuan dan pemahaman mengenai menstruasi kepada anak perempuan (Lede, 2021).

Orang tua sebaiknya menjadi sosok terdekat bagi anak, sehingga dapat mengenali setiap kesulitan yang mungkin dihadapinya. Dalam hal ini, orang tua berperan sebagai konsultan yang siap memberikan alternatif solusi ketika anak mengalami masalah. Namun, solusi yang diberikan tidak harus diikuti sepenuhnya oleh anak, karena anak berhak memilih jalan keluar yang dianggap paling sesuai baginya.

Orang tua tidak boleh memaksakan pilihan mereka, melainkan memberikan kebebasan kepada anak untuk menentukan yang terbaik. Dengan demikian, peran orang tua adalah memberi saran dan arahan, bukan mengambil keputusan, sambil tetap memahami batas hak dan tanggung jawabnya sebagai penanggung jawab anak (Hariyadi, 2024). Menurut (Lede, 2021), bahwa untuk meningkatkan peran orangtua yang baik memiliki tanggungjawab dalam memberikan penjelasan tentang menarache lebih dini pada anak perempuannya agar anak lebih mengerti dan siap menghadapi menarache. Asumsi peneliti berdasarkan pembahasan diatas, diasumsikan bahwa peran orang tua yang baik dalam pendidikan kesehatan reproduksi sangat berpengaruh terhadap pemahaman dan kesiapan remaja dalam menghadapi perubahan biologis, seperti menarache. Orang tua yang berperan sebagai pendidik, teman, teladan, pengawas, dan pemberi dukungan mampu menciptakan komunikasi terbuka yang efektif sehingga remaja tidak bergantung pada sumber informasi yang tidak valid seperti teman sebaya atau media sosial. Peran ini juga menunjukkan bahwa kedekatan emosional antara orang tua dan anak memiliki kontribusi besar dalam membentuk sikap dan perilaku remaja terkait kesehatan reproduksi, meskipun peran guru tetap penting melalui pendidikan formal di sekolah.

Kesiapan Menghadapi Menarache Remaja Putri Di SDN 66 Kota Bengkulu

Berdasarkan hasil penelitian, menunjukkan bahwa dari 36 responden kejadian menarache pada remaja di SDN 66 Kota Bengkulu yaitu sebagian besar responden sebanyak 24 responden (66,7%) remaja putri memiliki kesiapan dalam menghadapi menarache dan hampir sebagian responden sebanyak 12 responden (33,3%) remaja putri tidak memiliki kesiapan menghadapi menarache. Hasil penelitian ini mengindikasikan bahwa mayoritas remaja putri telah memperoleh informasi, pemahaman, serta dukungan yang cukup mengenai kesehatan reproduksi, baik dari orang tua, guru, maupun lingkungan sekitar. Kesiapan menghadapi menarache penting karena dapat memengaruhi respon psikologis dan perilaku remaja dalam menghadapinya. Namun, adanya sebagian responden yang belum siap menandakan masih terdapat hambatan, seperti kurangnya pengetahuan, minimnya komunikasi tentang kesehatan reproduksi di lingkungan keluarga maupun sekolah, serta faktor budaya yang cenderung menganggap pembahasan menstruasi sebagai hal yang tabu. Oleh karena itu, diperlukan peningkatan edukasi kesehatan reproduksi sejak dini agar semua remaja putri memiliki kesiapan yang optimal dalam menghadapi menarache.

Hasil penelitian ini sejalan dengan temuan (Arfah et al., 2023), yang menunjukkan bahwa tingkat kesiapan siswa kelas 1 dalam menghadapi perubahan fisik pada masa pubertas di Pondok Pesantren Tarbiyah Pasia berada pada kategori sedang. Hal ini terlihat dari indikator pemahaman perubahan fisik dengan persentase 52,92%, indikator penghayatan perubahan fisik sebesar 57,39%, serta indikator kesiapan menerima perubahan fisik sebesar 57,24%. Perbandingan kesiapan siswa perempuan dalam menghadapi masa pubertas ditunjukkan melalui sikap positif (siap) dan sikap negatif (tidak siap). Siswa dengan sikap negatif cenderung merasa repot, kotor, dan tidak nyaman, sehingga membatasi aktivitas mereka serta memengaruhi kondisi emosinya (Arfah et al., 2023).

Hasil penelitian ini sejalan dengan temuan (Meizela, 2020), yang menunjukkan bahwa sebagian besar siswi SDN 79 Kota Bengkulu (59,7%) tidak siap menghadapi menarache. Persentase terendah terdapat pada pernyataan "Saya tidak siap menghadapi menstruasi karena melihat orang menstruasi itu merepotkan" sebesar 35,1%, sedangkan persentase tertinggi terdapat pada pernyataan "Saya siap menghadapi menstruasi karena melihat ibu dan kerabat perempuan saya juga mengalaminya" sebesar 64,9%. Hasil penelitian ini juga didukung oleh (Ayuanida, 2021), bahwa sebagian besar kesiapan menghadapi pubertas siswa di SDN Sananwetan 02 Kota Blitar berada dalam kategori cukup siap yakni sebanyak 59 orang (78,7%). Penelitian oleh (Zahro et al., 2024), menunjukkan bahwa kesiapan responden sebagian besar baik sebanyak 19 orang (59,4%). Dalam menghadapi menarache kesiapan mental sangatlah diperlukan, karena perasaan cemas dan takut akan muncul bila kurangnya pemahaman remaja putri tentang menarache.

Dari hasil penelitian oleh (Subekti et al., 2020), faktor yang paling dominan memengaruhi kesiapan remaja dalam menghadapi pubertas adalah pengetahuan yang baik, dengan persentase 85,3%. Faktor lain yang juga berpengaruh adalah sikap positif, sebesar 80%. Analisis ini sejalan dengan pendapat bahwa pengetahuan memegang peranan penting bagi seseorang yang akan memasuki masa pubertas. Remaja yang memiliki pemahaman tentang pubertas akan lebih siap menghadapinya, namun jika tidak disertai dengan sikap yang positif, masa pubertas dapat menjadi pengalaman yang kurang baik. Menurut (Subekti et al., 2020), faktor yang paling dominan memengaruhi kesiapan remaja dalam menghadapi pubertas adalah pengetahuan. Hal ini didukung oleh data umum yang menunjukkan bahwa 64 responden (85,3%) memiliki pengetahuan yang baik. Pengetahuan dianggap sangat berpengaruh karena menentukan sikap dan tindakan remaja dalam berinteraksi dengan orang-orang di sekitarnya. Secara umum, pengetahuan merupakan hasil penginderaan atau pemahaman seseorang terhadap suatu objek melalui panca indera yang dimilikinya.

Kesiapan menghadapi menstruasi pertama (menarche) merupakan kondisi yang menggambarkan bahwa seseorang telah siap memasuki salah satu tahap kematangan fisik, yaitu terjadinya menstruasi pertama, yang keluar dari tempat khusus wanita pada saat menginjak usia sepuluh sampai enam belas tahun, yang terjadi secara periodik (pada waktu tertentu) dan siklik (berulang-ulang) (Meizela, 2020). Faktor lain yang memengaruhi kesiapan anak dalam menghadapi pubertas adalah sumber informasi yang diterima, yang dapat berasal dari keluarga, teman sebaya, maupun lingkungan sekolah (Subekti, Prasetyanti and nikmah, 2020). Asumsi penelitian dari pembahasan tersebut, diasumsikan bahwa tingkat kesiapan remaja putri dalam menghadapi menarche sangat dipengaruhi oleh pengetahuan, sikap, dan sumber informasi yang mereka terima, terutama dari keluarga dan lingkungan sekolah. Sebagian besar responden di SDN 66 Kota Bengkulu menunjukkan kesiapan yang cukup baik, yang sejalan dengan beberapa penelitian sebelumnya bahwa pemahaman tentang perubahan fisik, kesiapan mental, dan sikap positif merupakan faktor penting dalam menghadapi pubertas. Kesiapan ini juga ditentukan oleh persepsi remaja terhadap menstruasi, di mana remaja yang memiliki pandangan negatif cenderung merasa cemas dan tidak nyaman. Oleh karena itu, diasumsikan bahwa pemberian informasi yang benar dan dukungan dari lingkungan terdekat, terutama orang tua dan guru, sangat penting untuk membentuk kesiapan remaja menghadapi menarche dengan sikap yang positif dan sehat.

Hubungan Peran Orang Tua Dalam Pendidikan Kesehatan Reproduksi Dengan Kesiapan Menghadapi Menarche Remaja Putri Di SDN 66 Kota Bengkulu

Berdasarkan uji chi square yang dilakukan tentang Hubungan Peran Orang Tua Dalam Pendidikan Kesehatan Reproduksi Dengan Kesiapan Menghadapi Menarche Remaja Putri Di SDN 66 Kota Bengkulu ditemukan nilai p value 0,000 yang berarti $< \alpha$ 0,05 maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Sehingga menunjukkan bahwa ada pengaruh yang signifikan antara Peran Orang Tua Dalam Pendidikan Kesehatan Reproduksi Dengan Kesiapan Menghadapi Menarche Remaja Putri Di SDN 66 Kota Bengkulu. Hasil penelitian ini sejalan dengan temuan (Zahro et al., 2024), yang menunjukkan bahwa hampir seluruh ibu memiliki peran positif, yaitu sebanyak 28 orang (87,5%), sedangkan kesiapan remaja putri menghadapi menarche sebagian besar tergolong baik, yaitu sebanyak 19 orang (59,4%). Berdasarkan uji Chi-Square, diperoleh nilai p-value sebesar 0,000 dengan $\alpha = 0,05$. Karena nilai signifikansi $< \alpha$, maka H_0 ditolak dan H_1 diterima, yang berarti terdapat hubungan antara peran ibu dengan kesiapan remaja putri dalam menghadapi menarche di Desa Sukomulyo.

Orang tua memiliki tanggung jawab untuk mengawasi pergaulan anak, termasuk mengetahui siapa teman-teman sebayanya dan aktivitas yang mereka lakukan saat bermain. Orang tua yang bijak seharusnya mampu memantau anak meskipun disibukkan oleh pekerjaan, sehingga bimbingan dapat tetap diberikan dan hubungan kedekatan dengan anak terjaga dengan baik. Komunikasi antara orang tua dan anak dapat mempengaruhi perilaku anak dalam masa perkembangannya. Remaja akan merasakan kebahagiaan dan kenyamanan, sehingga mampu berperilaku positif dalam kehidupannya apabila memiliki interaksi yang baik dengan orang tua. Dalam penelitian ini, komunikasi antara orang tua dan anak mencakup pemberian perhatian, bimbingan, batasan, serta penerimaan terhadap kondisi anak. Selain itu, orang tua juga menetapkan aturan dengan otoritasnya melalui penyampaian informasi, tujuan, pemahaman, dan pendidikan yang dapat membantu anak dalam menyelesaikan tugas-tugas perkembangannya (Ghozah, 2023).

Orang tua atau keluarga memiliki hubungan yang erat dengan remaja dan siap memberikan bantuan ketika remaja menghadapi masalah, karena orang tua merupakan pihak terdekat yang paling memahami kondisi anak. Menurut Friedman, terdapat empat bentuk dukungan yang dapat diberikan orang tua dalam membantu remaja menghadapi masa pubertas, yaitu dukungan informasional, dukungan emosional, dukungan instrumental, dan dukungan penilaian (Ghozah, 2023). Dukungan diartikan sebagai pemberian bantuan emosional, informasional, dan instrumental yang dirasakan individu dari orang lain. Menurut Santrock, dukungan orang tua adalah ketika orang tua memfasilitasi anak untuk mengembangkan minat dan bakatnya, menjadi mandiri, kreatif, kritis, serta memiliki rasa tanggung jawab. Dalam konteks ini, dukungan orang tua mencakup segala bentuk bantuan yang diberikan kepada anak dalam kehidupan sehari-hari untuk menunjang perkembangan dan kesejahteraannya. Bagi orang tua yang kurang memiliki pengetahuan mengenai pengasuhan pada masa pubertas dan kurang memiliki kompetensi akan berpengaruh dalam memberikan sedikit dukungan pada anak. Remaja yang mendapatkan dukungan tinggi dari orang tua cenderung memiliki tingkat stres yang rendah, sedangkan remaja dengan dukungan orang tua yang rendah lebih berisiko mengalami tingkat stres yang tinggi (Ghozah, 2023).

Remaja yang kurang memperoleh dukungan dari orang tua cenderung menghabiskan lebih banyak waktu di luar rumah bersama teman sebaya, sehingga memiliki peluang lebih besar untuk terlibat dalam perilaku yang kurang positif. Rendahnya kedekatan dengan ibu serta sikap ayah yang terkesan asing di rumah dapat memicu terjadinya konflik antara orang tua dan remaja. Ketika remaja merasa hubungan

dengan orang tuanya dingin, minim dukungan, dan kurang perhatian, mereka cenderung mencari dukungan sosial alternatif melalui penggunaan ponsel secara berlebihan, terutama untuk berinteraksi dengan teman sebaya (Ghozah, 2023).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dukungan yang diberikan orang tua kepada remaja dalam menghadapi masa pubertas di Desa Linggasari RT 01 RW 06 memiliki bentuk yang beragam, namun pada dasarnya mengandung makna yang sama. Variasi bentuk dukungan ini mencerminkan cara masing-masing orang tua dalam memenuhi kebutuhan anaknya. Interaksi yang terjalin antara orang tua dan anak memegang peranan penting, karena kualitas hubungan tersebut sangat mempengaruhi perilaku remaja saat melewati masa pubertas (Ghozah, 2023). Kesiapan merupakan hal yang sangat berpengaruh besar dalam dalam rentang kehidupan remaja. Dengan adanya kesiapan seseorang akan mengetahui apa yang harus dilakukan jika menghadapi situasi yang sama, seseorang akan lebih tanggap dan cenderung berperilaku positif apabila telah mengalami (Arfah et al., 2023).

Peran orang tua dalam mempersiapkan remaja putri menghadapi menarche mencakup fungsi sebagai pendidik, teman, panutan, pengendali, dan pendukung. Penelitian ini menggunakan desain kualitatif dengan pendekatan fenomenologis melalui metode wawancara mendalam. Pengetahuan orang tua tentang menstruasi meliputi pemahaman mengenai pengertian, tanda fisik dan emosional, faktor internal maupun eksternal yang memengaruhi proses menghadapi menarche, serta informasi penting yang perlu disampaikan terkait menstruasi. Dalam mempersiapkan remaja putri, orang tua berperan memberikan pendidikan yang memuat informasi lengkap dan akurat, menjadi teman yang dapat diajak berdiskusi, memberikan teladan, mengawasi pergaulan, serta menjadi sistem pendukung bagi kondisi fisik dan mental anak. Pengetahuan yang memadai mengenai menstruasi terbukti memengaruhi kesiapan remaja putri dalam menghadapi menarche, sebab informasi yang menyeluruh akan membantu mereka lebih siap menghadapi perubahan tersebut (Zahro et al., 2024).

Asumsi peneliti berdasarkan hasil dan pembahasan diatas, maka diasumsikan bahwa semakin baik peran orang tua dalam memberikan informasi, dukungan emosional, dan bimbingan kepada anak, maka semakin tinggi pula kesiapan remaja putri dalam menghadapi menarche. Peran ini tidak hanya sebatas sebagai pendidik, tetapi juga sebagai panutan, pengawas, teman, dan pemberi dukungan emosional yang membentuk pemahaman dan sikap positif remaja terhadap perubahan biologis. Komunikasi yang terbuka dan hubungan emosional yang kuat antara orang tua dan anak berkontribusi besar dalam membentuk kesiapan mental dan perilaku remaja. Sebaliknya, kurangnya dukungan dan keterlibatan orang tua dapat mendorong remaja mencari informasi dari sumber yang kurang kredibel, serta meningkatkan risiko stres dan perilaku menyimpang selama masa pubertas.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil dan pembahasan diatas, dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Sebagian besar responden (55,6%) memiliki peran orang tua baik dalam pendidikan kesehatan reproduksi.
2. Sebagian besar responden (66,7%) memiliki siap dalam menghadapi menarche.
3. Terdapat hubungan yang signifikan antara peran orang tua dalam pendidikan kesehatan reproduksi dengan kesiapan menghadapi menarche remaja putri, berdasarkan hasil uji chi-square dengan nilai $p = 0,000 (< 0,05)$.

Saran

Saran yang dapat diberikan oleh peneliti sebagai berikut:

1. Bagi SDN 66 Bengkulu
Disarankan agar sekolah dapat mengembangkan dan melaksanakan program edukasi kesehatan reproduksi yang melibatkan peran aktif orang tua, seperti seminar atau kelas parenting. Sekolah juga dapat menyisipkan materi kesehatan reproduksi dalam muatan lokal atau kegiatan ekstrakurikuler untuk mendukung kesiapan remaja putri menghadapi menarche secara lebih optimal.
2. Bagi Remaja Putri
Remaja putri diharapkan dapat lebih terbuka dalam mencari informasi mengenai kesehatan reproduksi, khususnya seputar menarche, dan menjalin komunikasi yang baik dengan orang tua. Hal ini penting agar mereka dapat mempersiapkan diri secara fisik dan psikologis dengan rasa percaya diri serta pemahaman yang benar.
3. Bagi Orang Tua
Orang tua diharapkan dapat lebih proaktif dalam memberikan edukasi dan dukungan kepada anak perempuannya terkait kesehatan reproduksi. Komunikasi terbuka, sikap yang mendukung, dan

pemberian informasi yang sesuai usia akan sangat membantu remaja dalam memahami dan menghadapi proses menarche secara positif.

4. Bagi Peneliti Lain

Peneliti selanjutnya disarankan untuk mengembangkan kajian serupa dengan melibatkan variabel lain seperti faktor budaya, media informasi, atau peran guru, serta memperluas lokasi penelitian agar hasilnya dapat dibandingkan dan dijadikan dasar dalam menyusun program edukasi berbasis keluarga dan sekolah secara lebih komprehensif.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustina, Y. R., Ulfah, B., Anisa, N., Suryati, & Assyfa, M. A. N. (2024). Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Perubahan Fisik Pubertas Dengan Sikap Menghadapi Pubertas Di Universitas Muhammadiyah Banjarmasin. *ZAHRA: JOURNAL OF HEALTH AND MEDICAL RESEARCH*, 4(3), 386–395.
- Amalia, S. H., Angraini, D. I., Mayasari, D., & Perdani, R. R. W. (2024). Faktor-faktor yang Memengaruhi Menarche Dini pada Remaja Perempuan. *Medula*, 14(12), 2236–2248.
- Aprillia, O., Gufran, N., & Yarni, L. (2024). Perkembangan Masa Puber. *GURUKU: Jurnal Pendidikan Dan Sosial Humaniora*, 2(3), 261–275. <https://doi.org/DOI:https://doi.org/10.59061/guruku.v2i3.730>
- Ardiani, N. D., & Fitriyani, N. (2020). Analisis Tingkat Kemandirian Anak Usia Dini Dalam Penerapan PHBS Di Sekolah. *Profesi (Profesional Islam): Media Publikasi Penelitian*, 18(2), 96–102.
- Arfah, M., Yarni, L., & Studi, P. (2023). Kesiapan Anak Menghadapi Masa Puber. *INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research*, 3(2), 7607–7616. <https://j-innovative.org/index.php/Innovative>
- Ayuanida, S. (2021). Hubungan Peran Orang Tua Dalam Pendidikan Kesehatan Reproduksi Dengan Kesiapan Menghadapi Pubertas Siswa Laki-Laki (Usia 10-12 Tahun) Di SDN Sananwetan 01 Kota Blitar.
- Badan Pusat Statistik. (2024). Jumlah Penduduk Usia 15 Tahun ke Atas Menurut Golongan Umur.
- Candra, V., Putri Simarmata, N. I., Mahyuddin, Purba, B., Purba, S., Chaerul, M., Siregar, T., Hasibuan, A., Sisca, K., Romindo, & Jamaludin. (2021). Pengantar Metodologi Penelitian. 1(1).
- Devi, R. A. (2020). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kesiapan Remaja Sekolah Dasar (SD) Menghadapi Menarche Pada Keluarga Tenaga Kerja Wanita (TKW).
- Fajriyah, L. N. (2020). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Menarche Dini Pada Siswi SMPN 4 Samigaluh Kecamatan Samigaluh. Yogyakarta: Prodi Sarjana Terapan Kebidanan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan.
- Fidora, I., Oktarini, S., & Prima, R. (2021). Siap fisik dan psikologis menghadapi masa pubertas. *Jurnal Salingka Abdimas*, 1(1), 6–10.
- Ghozah, N. I. (2023). Dukungan Orang Tua Dalam Menghadapi Masa Pubertas Remaja Di Desa Lingasari Rt 01 Rw 06 Kecamatan Kembaran Kabupaten Banyumas.
- Hafiza, D., Utmi, A., & Niriayah, S. (2021). Hubungan Kebiasaan Makan Dengan Status Gizi Pada Remaja Smp Ylpi Pekanbaru. *Al-Asalmiya Nursing Jurnal Ilmu Keperawatan (Journal of Nursing Sciences)*, 9(2), 86–96. <https://doi.org/10.35328/keperawatan.v9i2.671>
- Handayani, E. (2020). Analisis Risiko Mikrobiologi Udara Dalam Ruang Pada Puskesmas Di Kota Semarang. Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Diponegoro Semarang.
- Handayani, F. (2022). Hubungan Kualitas Tidur Dengan Konsentrasi Belajar Pada Siswa Di SMP N 5 X Koto Kabupaten Tanah Datar.
- Hariyadi, A. M. (2024). Peran Orang Tua dalam Pemenuhan Kebutuhan Informasi Kesehatan Reproduksi pada Remaja. *SEHATMAS (Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat)*, 3(1), 151–160. <https://doi.org/10.55123/sehatmas.v3i1.2826>
- Haryani, W., & Setyobroto, I. (2022). Modul Etika Penelitian (Ngatemi, T. Purnama, & M. R. Fanan (eds.)).
- Hasanah, N. (2020). Hubungan Pengetahuan Tentang Menarche Terhadap Tingkat Kecemasan Remaja Putri. Naskah Publikasi, Universitas 'Aisyiyah.
- Hidayanti, R. (2023). Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Tentang Perubahan Fisik Masa Pubertas Berdasarkan Karakteristik Di SMP Negeri 14 Palangka Raya.

- Lede, L. (2021). Hubungan Peran Orang Tua Dengan Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Menarche Di SMP Negeri 12 Sikumana Kota Kupang.
- Lubis, Z. (2021). Statistika Terapan untuk Ilmu-Ilmu Sosial dan Ekonomi. In R. I. Arhadi (Ed.), Penerbit ANDI. Penerbit ANDI.
- Meizela, D. (2020). Hubungan Pengetahuan Dengan Kesiapan Siswi Kelas V Dalam Menghadapi Menarche Di SD Negeri 79 Kota Bengkulu Tahun 2020.
- Muhaimin, H., Wiharan, D. S., Wijaya, D., Abdul, M. R., & Basith. (2022). Penyuluhan Dampak Pernikahan Dini Dan Kesehatan Reproduksi Bagi Anak Remaja Di Kabupaten Mojokerto. *ABDIKAN: Jurnal Pengabdian Masyarakat Bidang Sains Dan Teknologi*, 1(2), 242–247. <https://doi.org/10.55123/abdikan.v1i2.301>
- Nurhaliza, K. M., Safitri, N. T., & Yarni, L. (2024). Perkembangan Masa Puber. *Observasi: Jurnal Publikasi Ilmu Psikologi*, 2(4), 27–37. <https://doi.org/10.61132/observasi.v2i4.531>
- Prasetia, I. (2022). Metodologi Penelitian Pendekatan Teori dan Praktik. In Akrim & E. Sulasmi (Eds.), *UMSU PRESS* (Vol. 1).
- Putri, K. Y. N. (2024). Pengaruh Jus Jambu Biji Terhadap Peningkatan Hemoglobin Pada Remaja Putri Anemia Saat Menstruasi (Di Sekolah Menengah Pertama Negeri 2 Kendalsari Sumobito Jombang).
- Rimbawati. (2020). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Alfabeta.
- Rodiyah, Andyani, S. R. D., & Syarifah, A. S. (2023). Pendidikan Kesehatan Untuk Meningkatkan Pengetahuan dan Kesiapan Menghadapi Menarche pada Siswa di Sekolah Dasar Negeri Pandanwangi Jombang. *DEDIKASI SAINTEK: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(2), 137–146.
- Salsabillah, M., Sabandi, A., Gistituati, N., & Kadri, H. Al. (2022). Budaya Organisasi Sekolah Menengah Kejuruan. *JOHEM: Journal Higher Educational Management*, 1(1), 29–34. <https://doi.org/DOI:https://doi.org/10.24036/johem.v1i1>
- Saraswati, P. M. I. (2021). Hubungan Kadar Hemoglobin (HB) Dengan Prestasi Pada Siswa Menengah Atas (SMA) Atau Sederajat. *Jurnal Medika Utama*, 02(04), 1187–1191.
- Subekti, N. M., Prasetyanti, D. K., & Nikmah, A. N. (2020). GAMBARAN FAKTOR YANG MEMPENGARUHI KESIAPAN DALAM MENGHADAPI PUBERTAS PADA REMAJA. *Jurnal Mahasiwa Kesehatan*, 1(2), 159–165.
- Tamala, I. D. (2020). Hubungan Pendampingan Suami Dengan Tingkat Kecemasan Pada Ibu Primigravida Menghadapi Persalinan Di PMB Widiyastuti, S.ST Kabupaten Magetan. Skripsi Keperawatan, STIKES Bhakti Husada Mulia Madiun.
- Tamaulina, Irmawati, Sabir, M., & Tjahyadi, I. (2024). *Buku Ajar Metodologi Penelitian (Teori Dan Praktik)* (B. Ismaya, A. Maharani, A. Syatifa, & Utamirohmahsari (eds.)). CV Saba Jaya Publisher.
- Trisetyaningsih, Y. (2020). Pendidikan Kesehatan Tentang Pubertas Sebagai Upaya Meningkatkan Pengetahuan Dan Kesiapan Siswa Sekolah Dasar. 2(1), pp.18-22.
- Widnatusifah, E., Battung, S., Bahar, B., Jafar, N., & Amalia, M. (2020). Gambaran Asupan Zat Gizi Dan Status Gizi Remaja Pengungsian Petobo Kota Palu. *Jurnal Gizi Masyarakat Indonesia: The Journal of Indonesian Community Nutrition*, 9(1), 17–29. <https://doi.org/10.30597/jgmi.v9i1.10155>
- Widyaningsih, E. N., Ibriza, R., & Wariyani, D. (2021). Studi Hubungan Kadar Protein dengan Kadar Hemoglobin pada Siswa di SMA N 2 SUKOHARJO. *Proceeding of The URECOL*, 307–310.
- Yunita, S. D. B. (2020). Faktor Faktor Yang Mempengaruhi Kesiapan Menarche Pada Remaja Putri. Skripsi, Literature Review, Program Studi S-1 Keperawatan, STIKES Hang Tuah Surabaya.
- Zahro, S. F., Hidayati, T., Zakiyyah, M., Dengan, I., Remaja, K., Dalam, P., Menarche, M., Remaja, P., Di, P., Dengan, I., Remaja, K., Dalam, P., Menarche, M., Remaja, P., Di, P., & Putri, R. (2024). Hubungan peran ibu dengan kesiapan remaja putri dalam menghadapi menarche pada remaja putri di desa sukumulyo kecamatan pajajaran kabupaten probolinggo. *JIK-MC (Jurnal Ilmu Kesehatan Mandira Cendikia)*, 59–66.