

## Hubungan Pengetahuan Dengan Kesiapan Remaja Putri Menghadapi Menarche Di SDN 01 Teras Terunjam

### The Relationship Between Knowledge And The Readiness Of Adolescent Girls To Face Menarche At SDN 01 Teras Terunjam

Siska Yulia Karmila Sari <sup>1)</sup>, Des iAulia Umami <sup>2)</sup>, Ice Rakizah <sup>3)</sup>

<sup>1,2,3</sup> Fakultas Ilmu Kesehatan Program Studi Kebidanan Universitas Dehasen  
Bengkulu

Corresponding Author:

[Siska@gmail.com](mailto:Siska@gmail.com)

#### ARTICLE HISTORY

Received [14 Februari 2026]

Revised [22 Juli 2026]

Accepted [29 Juli 2026]

#### Kata Kunci :

Pengetahuan, Sikap,  
Kelengkapan Imunisasi Dasar.

#### Keywords :

Knowledge, Attitude,  
Completeness Of Basic  
Immunization.

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



#### ABSTRAK

Menarche sebuah tahapan perkembangan dari serangkaian perubahan primer dan sekunder serta sebagai tanda kematangan alat reproduksi. Keluarnya darah secara teratur dari vagina yang disebabkan oleh lepasnya endometrium dari dinding rahim. Saat menarche remaja putri akan mengalami berbagai gangguan baik fisik maupun psikis. Umumnya perempuan mengalami menarche pada usia 12 sampai 16 tahun. Rata-rata usia menstruasi pada perempuan yaitu usia 12 tahun dengan rentang berkisar antara usia 10 tahun hingga 16 tahun. Pengetahuan diperlukan remaja dalam menghadapi menarche namun kebanyakan dari remaja belum mendapatkan informasi mengenai menstruasi. Ada beberapa remaja beranggapan belum pantas jika membicarakan terkait reproduksi dan seksual karena merasa masih sekolah dasar. Tujuan penelitian ini adalah membuktikan Hubungan Pengetahuan Dengan Kesiapan Remaja Putri Menghadapi Menarche Di Sdn 01 Teras Terunjam. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif korelatif analitik dengan pendekatan cross sectional. Metode dalam penelitian ini peneliti menggunakan teknik Total Sampling. Hasil uji statistik Chi Square menunjukkan terdapat Hubungan Pengetahuan Dengan Kesiapan Remaja Putri Menghadapi Menarche Di SDN 01 Teras Terunjam (P Value = 0,001) Simpulan ada hubungan yang kuat dan positif antara pengetahuan dan kesiapan remaja putri. Diharapkan orang tua lebih mendekatkan diri pada anak serta memberikan dukungan kepada anak agar lebih siap menghadapi menarche.

#### ABSTRACT

Menarche is a developmental stage encompassing a series of primary and secondary changes and a sign of reproductive maturity. Regular vaginal bleeding occurs when the endometrium sheds from the uterine wall. During menarche, adolescent girls experience various physical and psychological disorders. Generally, girls experience menarche between the ages of 12 and 16. The average age of menstruation in girls is 12, with the range ranging from 10 to 16. Knowledge is essential for adolescents facing menarche, but most adolescents have not yet received information about menstruation. Some adolescents believe it is inappropriate to discuss reproduction and sexuality because they are still in elementary school. The purpose of this study was to determine the relationship between knowledge and adolescent girls' readiness for menarche at Sdn 01 Teras Terunjam. This research is a quantitative, correlative, and analytical study with a cross-sectional approach. The researcher used a total sampling technique. The results of the Chi-Square statistical test showed a relationship between knowledge and adolescent girls' readiness for menarche at SDN 01 Teras Terunjam (P-Value = 0.001). Conclusion: There is a strong and positive relationship between knowledge and adolescent girls' readiness. Parents are expected to engage more closely with their children and provide support to help them better prepare for menarche.

## PENDAHULUAN

Menarche sebuah tahapan perkembangan dari serangkaian perubahan primer dan sekunder serta sebagai tanda kematangan alat reproduksi. Keluarnya darah secara teratur dari vagina yang disebabkan oleh lepasnya endometrium dari dinding rahim. Saat *menarche* remaja putri akan mengalami berbagai gangguan baik fisik maupun psikis. Umumnya perempuan mengalami *menarche* pada usia 12 sampai 16 tahun. Rata-rata usia menstruasi pada perempuan yaitu usia 12 tahun dengan rentang berkisar antara usia 10 tahun hingga 16 tahun. Menstruasi normal terjadi pada sekitar usia 13-15 tahun atau lebih (Pratiwi et al., 2024). Data World Health Organization (WHO) Tahun 2023 terdapat perempuan usia 10-18 tahun sekitar seperlima dari penduduk dunia. Mayoritas berada di negara berkembang. Prevalensi early *menarche* pada perempuan muda sebesar 14,6%. Indonesia menduduki peringkat ke-15 dari 67 negara dengan percepatan usia *menarche* yang mencapai 0,145 tahun perdekade (WHO, 2023). Data Kementerian Kesehatan (Kemenkes), usia rata-rata *menarche* di Indonesia adalah 9-12 tahun. Rincian usia *menarche* berdasarkan survei Kemenkes 34,1% responden mengalami menstruasi pertama pada usia 11-12 tahun, 27,2% mengalaminya pada usia 13-14 tahun, 5,4% mendapat haid pertama pada usia 15-16 tahun, 4,6%

pada usia 9-10 tahun, 0,3% responden yang baru *menarche* pada usia 17-18 tahun 28,4% remaja yang mengaku belum mengalami haid (Kemenkes 2024). *Menarche* dapat menimbulkan reaksi positif dan negatif pada remaja putri. Jika remaja putri dipersiapkan dan diberikan informasi tentang menstruasi, maka remaja putri tidak akan mengalami kecemasan dan reaksi negatif lainnya. Jika mereka kekurangan informasi, remaja putri akan mengalami reaksi kecemasan dan reaksi negatif dalam . Banyak remaja putri saat mengalami *menarche* merasa takut dan malu. Hal ini dikarenakan ketidaksiapan mereka secara fisik dan mental dalam menerima perubahan yang terjadi. Dampak dari ketidak siapan ini mereka belum bisa melakukan pengelolaan menstruasi yang tepat ketika *menarche* sehingga kesehatan organ seksual menjadi kurang terjaga.

Dampak dari ketidaksiapan dalam menghadapi *menarche* adalah mempunyai resiko berperilaku yang tidak baik dibandingkan remaja putri yang siap menghadapi *menarche*. Dampak lainnya seperti merasa cemas, terkejut, sedih, kecewa, malu khawatir dan bingung. Perubahan secara cepat dan mendadak terutama berkaitan dengan organ reproduksi menjadikan seorang remaja putri tidak selalu mampu bersikap secara tepat terhadap organ reproduksinya (Risna Yuningsih, Sri Mujiyanti, 2023). Berdasarkan data di SD Negeri 01 Teras Terunjam terdapat 32 siswi yang berumur  $\geq 10$  tahun. Dari data Unit Kesehatan Sekolah yang sudah mengalami *Menarche* sebanyak 21% atau 32 siswa di kelas V dan VI. Hasil dari Survey awal yang dilakukan peneliti kepada 10 orang tua siswi yang putrinya berumur  $\geq 10$  tahun di SD Negeri 01 Teras Trunjam yang anaknya belum mengalami *menarche* didapatkan bahwa kebanyakan dari orang tua terutama ibu belum memberikan informasi mengenai menstruasi kepada anaknya. Ibu beranggapan bahwa belumlah pantas jika membicarakan hal terkait reproduksi dan seksual kepada anak usia sekolah dasar. Hal tersebut sejalan dengan respon yang ditunjukkan oleh 10 siswa yang belum mengalami *menarche*, mereka merasa bingung dan mengatakan belum siap untuk menghadapi *menarche*. Selain itu mereka juga mengakui bahwa mereka belum mendapatkan informasi yang jelas tentang menstruasi. Wawancara juga dilakukan peneliti dengan kepala sekolah dimana kepala sekolah mengatakan jika setiap tahun ada sekitar 3-4 siswi yang mengalami *menarche* disekolah dan rok yang ternoda darah, tidak tersedianya pembalut cadangan ketika dibutuhkan, serta perlakuan siswa laki-laki yang kadang mengejek juga membuat siswi perempuan tidak mau pergi ke sekolah. Hal ini tentu berpengaruh terhadap kebersihan dan kesehatan reproduksi remaja.

Penelitian Cahyani (2021), menunjukkan bahwa Pengetahuan sejumlah 57,08%, siswi yang siap menghadapi *menarche* sebanyak 60,0%. Hal ini menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara Pengetahuan dengan kesiapan remaja putri dalam menghadapi *menarche*. Sedangkan hasil Penelitian Prasetyo (2016) menunjukkan bahwa Pengetahuan yang kurang sebesar 68,4%, dan kesiapan remaja putri dalam menghadapi *menarche* di SD Negeri Dukuh 01 Mojolaban Sukoharjo menunjukkan bahwa kesiapan kurang sebesar 50%, hal ini menunjukkan persamaan hasil penelitian yang menyatakan Pengetahuan mempengaruhi kesiapan remaja putri.

## LANDASAN TEORI

### Pengetahuan

Pengetahuan adalah merupakan hasil Tahu dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu yang mana penginderaan ini terjadi melalui panca indera manusia yakni penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba yang sebagian besar pengetahuan diperoleh melalui mata dan telinga. Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting dalam membentuk tindakan seseorang. Pengetahuan yang tercakup dalam domain kognitif mempunyai enam tingkatan yakni, tahu, memahami, aplikasi, analisis, sintesis, dan evaluasi (Notoatmodjo, 2022).

Menurut Arikunto (2021), tingkat pengetahuan dikategorikan menjadi tiga kategori dengan nilai sebagai berikut:

- Tingkat pengetahuan baik: nilai 76-100
- Tingkat pengetahuan cukup : nilai 56 – 75
- Tingkat pengetahuan kurang : nilai  $\leq 56$

### Konsep Dasar Kesiapan Remaja Putri Menghadapi *Menarche*

Menurut Slameto (2022), kesiapan adalah keseluruhan kondisi seseorang yang membuatnya siap untuk memberikan respon atau jawaban dalam cara tertentu terhadap suatu situasi. Penyesuaian kondisi pada suatu saat akan berpengaruh atau kecenderungan untuk memberi respon. Menurut Jamies Drever dalam Slameto (2022) *Readiness* adalah *preparedness to respond or react*. Kesiapan adalah kesediaan untuk memberi respon atau bereaksi. Saat menghadapi *menarche*, dibutuhkan kesiapan mental yang baik. Kesiapan menghadapi menstruasi pertama (*menarche*)

adalah keadaan yang menunjukkan bahwa seseorang siap untuk mencapai salah satu kematangan fisik yaitu datangnya menstruasi pertama (*menarche*), yang keluar dari tempat khusus wanita pada saat menginjak usia 10 sampai 16 tahun, yang terjadi secara periodik (pada waktu tertentu) dan siklik (berulang-ulang) (Fajri dan Khairani, 2021).

## Konsep Dasar Menarche

*Menarche* adalah proses alamiah yang terjadi pada setiap perempuan. Menstruasi merupakan pendarahan yang teratur dari uterus sebagai tanda bahwa organ kandungnyanya telah berfungsi dengan matang. Pada umumnya, remaja akan mengalami *menarche* pada usia 12 sampai 16 tahun. Periode ini akan mengubah perilaku dari beberapa aspek, misalnya psikologi dan lain sebagainya, (Rosyida, 2021).

Menurut Lestari dalam Hayuningtyas, (2022) *menarche* merupakan menstruasi pertama yang dialami wanita sebagai tanda kedewasaan. Kedewasaan maksudnya ovarium telah dewasa, jadi telah memiliki kemampuan untuk menghasilkan sel telur (dalam fase oosit) untuk dilepaskan ke oviduct melalui peristiwa ovulasi. Pada sebelum selama ovulasi, uterus mempersiapkan diri untuk terjadinya implantasi dengan mempertebal dinding rahim. Oleh karena tidak terjadi pembuahan dan implantasi maka oosit meluruh disertai penebalan dinding rahim yang mengakibatkan terlukanya pembuluh darah uterus dan terjadilah *menarche*. Fisiologi *menarche* yaitu hipotalamus memberikan signal bagi pituitary untuk mengeluarkan FSH dan LH. Seiring pematangan folikel, hormon ekstrogen di produksi oleh ovarium. Hormon esktrogen berfungsi untuk merangsang pertumbuhan endometrium dan pertumbuhan ciri seks sekunder. Fluktuasi tingkat hormon ekstrogen menyebabkan perubahan suplai darah pada endometrium. Kematian sebagai jaringan endometrium yang disertai dengan perdarahan melalui vagina (Lestari dalam Hayuningtyas, 2022).

## METODE PENELITIAN

### Analisis Univariat

Analisis univariat merupakan proses menganalisis tiap – tiap variabel penelitian yang ada secara deskriptif dengan menghitung distribusi frekuensi dan persentase dari tiap variabel (Notoatmodjo, 2022). Analisis univariat variabel Pengetahuan dan kesiapan remaja putri dalam penelitian ini menggunakan statistik deskriptif yang menyajikan mean, median, standar deviasi, dan dilakukan uji normalitas data dengan menggunakan uji normalitas *Kolmogorov Smirnov* dengan bantuan komputer.

### Analisis Bivariat

Analisis bivariat adalah analisis yang digunakan untuk melihat hubungan antara variabel dependen dengan variabel independen dengan menggunakan Uji *chi square* ( $\chi^2$ ) dengan menggunakan  $\alpha = 0,1$  dan Confidence Interval (CI) sebesar 90% (Notoadmodjo, 2022).

Aturan pengambilan keputusan:

1. Jika P value  $\leq \alpha$  (0,05) maka  $H_a$  diterima, jadi ada Hubungan Pengetahuan dengan kesiapan remaja putri menghadapi *menarche* di SDN 01 Teras Terunjam.
2. Jika P value  $\geq \alpha$  (0,05) maka  $H_a$  ditolak, jadi tidak ada Hubungan Pengetahuan dengan kesiapan remaja putri menghadapi *menarche* di SDN 01 Teras Terunjam.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

#### Analisis Univariat

Penelitian ini dilaksanakan di Sekolah Dasar Negeri 01 Teras Terunjam Kab Muko- Muko dengan responden remaja putri yaitu berjumlah 32 responden. Berikut gambaran mengenai karakteristik responden, disajikan dalam tabel distribusi sebagai berikut :

**Tabel 1 Karakteristik Responden di Sekolah Dasar Negeri 01 Teras Terunjam**

| Karakteristik      | f         | Persentasi (%) |
|--------------------|-----------|----------------|
| <b>Pengetahuan</b> |           |                |
| Kurang             | 2         | 6,3            |
| Cukup              | 13        | 40,6           |
| Baik               | 17        | 53,1           |
| <b>Total</b>       | <b>32</b> | <b>100</b>     |

| Karakteristik   | f         | Persentasi (%) |
|-----------------|-----------|----------------|
| <b>Kesiapan</b> |           |                |
| Tidak Siap      | 5         | 15,6           |
| Siap            | 27        | 84,4           |
| <b>Total</b>    | <b>32</b> | <b>100</b>     |

Sumber: Data Primer (2026)

Berdasarkan pada tabel 1 diatas, berdasarkan karakteristik sebagian besar responden Pengetahuan adalah pada pengetahuan baik dengan jumlah 17 siswa (53,1%). Hampir seluruh responden Siap yakni 27 orang (84,4%).

### Analisis Bivariat

Analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui Hubungan Pengetahuan Dengan Kesiapan Remaja Putri Menghadapai *Menarche* Di SDN 01 Teras Terunjam.

**Tabel 2 Hubungan Pengetahuan Dengan Kesiapan Remaja Putri Menghadapai *Menarche* Di SDN 01 Teras Terunjam**

| Pengetahuan | Kesiapan   |     |      |     | Total |       | P Value |
|-------------|------------|-----|------|-----|-------|-------|---------|
|             | Tidak Siap | %   | Siap | %   | F     | %     |         |
| Kurang      | 2          | 40  | 0    | 0,0 | 2     | 100,0 | 0,001   |
| Cukup       | 3          | 60  | 10   | 37  | 13    | 100,0 |         |
| Baik        | 0          | 0   | 17   | 63  | 17    | 100,0 |         |
| Total       | 5          | 100 | 27   | 100 | 32    | 100,0 |         |

Sumber: Data Primer (2026)

Tabel 2 menunjukan bahwa dari 2 responden yang mempunyai pengetahuan kurang diantaranya 2 (40%) responden tidak siap menghadapi *menarche*. Dari 13 responden yang mempunyai pengetahuan cukup diantaranya 3 (60%) responden tidak siap menghadapi *menarche* , 10 (37%) responden siap menghadapi *menarche*. Dari 17 (63%) responden yang mempunyai pengetahuan baik, semua responden siap menghadapi *menarche*.

Hasil uji statistik *chi square* untuk Hubungan Pengetahuan Dengan Kesiapan Remaja Putri Menghadapai *Menarche* Di SDN 01 Teras Terunjam diketahui bahwa  $p = 0,001$ ,  $p < 0,05$  maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima yang berarti ada Hubungan Pengetahuan Dengan Kesiapan Remaja Putri Menghadapai *Menarche* Di SDN 01 Teras Terunjam.

### Pembahasan

#### Distribusi frekuensi Pengetahuan Remaja Putri Menghadapai *Menarche* Di SDN 01 Teras Terunjam

Berdasarkan hasil penelitian ini, distribusi frekuensi tingkat pengetahuan remaja putri di SDN 01 Teras Terunjam menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan baik tentang *menarche*, yaitu sebanyak 2 responden (6,3%) kategori kurang. Sementara itu, 13 responden (40,6%) termasuk dalam kategori cukup, dan 17 responden (53,1%) tergolong baik.

#### Distribusi frekuensi Kesiapan Remaja Putri Menghadapai *Menarche* Di SDN 01 Teras Terunjam

Distribusi frekuensi menunjukkan bahwa sebagian besar remaja putri di SDN 01 Teras Terunjam berada dalam kategori siap menghadapi *menarche* 27 responden (84,4%), dan 5 responden (15,6%) kategori tidak siap.

#### Hubungan Pengetahuan Dengan Kesiapan Remaja Putri Menghadapai *Menarche* Di SDN 01 Teras Terunjam

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan dari 2 responden yang mempunyai pengetahuan kurang diantaranya 2 (40%) responden tidak siap menghadapi *menarche*. Dari 13 responden yang mempunyai pengetahuan cukup diantaranya 3 (60%) responden tidak siap menghadapi *menarche* , 10 (37%) responden siap menghadapi *menarche*. Dari 17 (63%) responden yang mempunyai pengetahuan baik, semua responden siap menghadapi *menarche*.



## KESIMPULAN DAN SARAN

### Kesimpulan

Hasil penelitian tentang Hubungan Pengetahuan Dengan Kesiapan Remaja Putri Menghadapai Menarche Di SDN 01 Teras Terunjam dari 32 responden dapat disimpulkan bahwa :

1. Distribusi frekuensi Pengetahuan terhadap kesiapan remaja putri dalam menghadapi *menarche* di SDN 01 Teras Terunjam yaitu (53,1%)
2. Distribusi frekuensi kesiapan remaja putri dalam menghadapi *menarche* di SDN 01 Teras Terunjam yaitu (84,4%).
3. Ada hubungan Pengetahuan terhadap kesiapan remaja putri menghadapi *menarche* di SDN 01 Teras Terunjam yaitu ( $p = 0,001$ )

### Saran

Mengacu pada penelitian yang telah dilakukan ada beberapa saran yang ingin disampaikan peneliti, yaitu :

1. Bagi teoritis  
Diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya di bidang kesehatan reproduksi remaja dan kebidanan. Penelitian ini dapat memperkuat teori yang menyatakan bahwa pengetahuan memiliki peran penting dalam membentuk kesiapan individu dalam menghadapi perubahan biologis, termasuk *menarche*.
2. Bagi Masyarakat  
Masyarakat, khususnya orang tua dan lingkungan sekitar, diharapkan dapat berperan aktif dalam memberikan edukasi yang tepat dan benar mengenai *menarche* kepada remaja putri sejak dini. Orang tua diharapkan mampu menciptakan suasana yang terbuka dan nyaman agar anak tidak merasa malu atau takut untuk bertanya dan berdiskusi tentang perubahan fisik dan psikologis yang akan dialami saat *menarche*.
3. Bagi pelayanan Kesehatan  
Pelayanan kesehatan diharapkan dapat menyediakan media edukasi yang menarik, mudah dipahami, dan sesuai dengan karakteristik remaja, sehingga mampu meningkatkan pengetahuan dan kesiapan remaja putri dalam menghadapi *menarche*. Dengan adanya dukungan pelayanan kesehatan yang optimal, diharapkan remaja putri dapat menghadapi *menarche* dengan sikap yang positif, rasa percaya diri, serta kesiapan fisik dan psikologis yang baik.
4. Bagi SDN 01 Teras Terunjam  
Sekolah diharapkan dapat mengintegrasikan materi tentang *menarche* ke dalam kegiatan pembelajaran, bimbingan konseling, maupun kegiatan ekstrakurikuler yang relevan dengan usia dan tahap perkembangan siswi. Selain itu, pihak sekolah diharapkan dapat bekerja sama dengan tenaga kesehatan setempat untuk menyelenggarakan penyuluhan, pemeriksaan kesehatan, serta pendampingan bagi siswi yang akan atau telah mengalami *menarche*. Penyediaan sarana pendukung seperti toilet yang bersih, tempat sampah khusus pembalut, serta akses informasi kesehatan yang memadai juga perlu diperhatikan guna menciptakan lingkungan sekolah yang nyaman dan mendukung kesiapan siswi dalam menghadapi *menarche*.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abadi, D. R., dkk.2022. Hubungan Pengetahuan Dengan Tingkat Kecemasan Remaja Putri Dalam Menghadapi *Menarche*.
- Ariani, A. . 2023. *Aplikasi Metodologi Penelitian Kebidanan Dan Kesehatan Reproduksi*. Yogyakarta : Nuha Medika.
- Asriati. 2022. *Hubungna Dukungan Orang Tua dan Sikap Remaja Putri dengan Kesiapan Menghadapi Menarche pada Ssiswi Kelas VI di SDN 9 Kota Kendari*. 105.
- Badan Pusat Statistik. 2023. *Potret Sensus Penduduk 2023 Menuju Satu Data Kependudukan Indonesia*. 1–20. <https://www.bps.go.id/publication.html>
- Cahyani, F. 2021. *Hubungan Dukungan Orang Tua dengan Kesiapan Remaja Putri Menghadapi Menstruasi Pertama (Menarche) Pada Siswi SD Negeri Langensari 02, Ungaran Barat Semarang 2021*. Jurnal Ilmiah Kebidanan
- Candiasa. 2010. *Statistik Univariat dan Bivariat Disertai Aplikasi SPSS*. Singaraja : Unit Penerbitan Universitas Pendidikan Ganesha.
- Fajri, A., & Khairani, M. 2023. Hubungan Antara Komunikasi Ibu-Anak Dengan Kesiapan Menghadapi Menstruasi Pertama Pada Siswi.
- Friedman.2023. *Keperawatan Keluarga*. Yogyakarta : Gosyen Publishing.

- Hartatin, Y., dkk. 2023. Faktor-faktor yang Berhubungan Dengan Kesiapan Remaja Putri Dalam Menghadapi *Menarche* Di SMP Negeri 4 Parepare. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis*, 2(3), 1–7.
- Hayuningtyas, D. 2022. Hubungan Peran Ibu Terhadap Sikap Remaja Menghadapi *Menarche* Di SDN 01 Taman Kota Madiun. 4,9-15
- Hidayah, N., & Palila, S. 2022. Kesiapan Menghadapi *Menarche* pada Remaja Putri Prapubertas Ditinjau dari Kelekatan Aman Anak dan Ibu. *Psymphathic : Jurnal Ilmiah Psikologi*, 5(1), 107–114. <https://doi.org/10.15575/psy.v5i1.2021>
- Hidayah, N., & Utami, S. (2024). *Analisis Faktor yang Berhubungan dengan Kesiapan Mental Remaja Putri dalam Menghadapi Menarche*. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat*, 16(1), 22-30.
- Hidayat, A. A. A. 2023. *Metode Penelitian Kebidanan dan Teknik Analisis Data*. Jakarta : Salemba Medika.
- Indriyani, V. 2023. *Peran Pendampingan Orang Tua Dengan Kesiapan Menghadapi Menarche*. 9(1), 76–99.
- Janiwarty, B., dan Pieter, H. Z. 2023. *Pendidikan Psikologi untuk Bidan Suatu Teori dan Terapannya*. Yogyakarta : Rapha Publishing.
- Jayanti, N. F., & Purwanti, S. 2022. Deskripsi Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kesiapan Anak Dalam Menghadapi *Menarche* Di Sd Negeri 1 Kretek Kecamatan Paguyangan Kabupaten Brebes Tahun 2023. *Bidan Prada: Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 3(1), 1–14.
- Lestari, S. 2022. *Psikologi Keluarga : Penanaman Nilai dan Penanganan Konflik Dalam Keluarga*. Jakarta : Kencana Prenada Media Group.
- Lutfiya, I. 2022. 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>
- Notoatmodjo, P. 2022a. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, P. 2022b. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Nursalam. 2023. *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan, Pendekatan Praktis*. Jakarta : Salemba Medika.
- Prasetyo, M. G. 2016. Hubungan Dukungan Orang Tua dengan Kesiapan Anak Remaja Putri Menghadapi *Menarche* di SD Negeri Dukuh 01 Mojolaban Sukoharjo. *Jurnal Perspektif (ISSN)*, 1–14.
- Prawirohardjo, S. 2023. *Psikologi Remaja* (Edisi Revisi). Jakarta : Rajawali Pers.
- Proverawati, A., & Misaroh, S. 2023. *Menarche Menstruasi Pertama Penuh Makna*. Yogyakarta : Nuha ArtTeam.
- Rosyida, D. 2021. *Buku Ajar Kesehatan Reproduksi Remaja dan Wanita*. Yogyakarta : Pustaka Baru Press.
- Siregar, D. S. 2022. Hubungan Pengetahuan tentang Menstruasi dengan Kesiapan Remaja Putri Menghadapi *Menarche* di SMP Swasta Nurul Ilmi Padangsidimpuan. *Universitas Sumatera Utara*, 80.
- Slameto. 2022. *Belajar dan faktor-faktor yang mempengaruhinya* (Cetakan Ke). Jakarta : PT Rineka Cipta.
- Sugiyono. 2021. *Metode Penelitian Kuantitatif*. Bandung : Alfabeta.
- Sukarni dan Wahyu. 2023. *Buku Ajar Keperawatan Maternitas*. Yogyakarta : Nuha Medika.