

Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Menstruasi Dengan Kesiapan Menghadapi *Menarche* Pada Remaja Putri Di SD Inpres 1 Tanamodindi

Asnia¹ *, Waode Fitrah Sari², Sintong H. Hutabarat³

^{1,2,3}Ilmu Keperawatan, Universitas Widya Nusantara Palu

E-mail: asnial280@gmail.com

* Corresponding Author



<https://doi.org/10.31004/jerkin.v4i4.5915>

ARTICLE INFO

Article history

Received: 20 Februari 2026

Revised: 26 Februari 2026

Accepted: 18 Maret 2026

Kata Kunci:

Pengetahuan, Menstruasi,
Kesiapan *Menarche*

Keywords:

Knowledge, Menstruation,
Menarche Readiness



ABSTRACT

Menarche merupakan peristiwa penting dalam perkembangan remaja putri yang sering menimbulkan kecemasan dan ketidaksiapan apabila tidak didukung pengetahuan yang memadai. Hasil pengamatan awal di SD Inpres 1 Tanamodindi menunjukkan sebagian siswi belum memahami perubahan yang terjadi saat *menarche* dan belum siap menghadapinya. Kurangnya pengetahuan tentang menstruasi dapat berdampak pada kesiapan mental serta perilaku menjaga kebersihan organ reproduksi. Penelitian ini bertujuan menganalisis hubungan tingkat pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan menghadapi *menarche* pada remaja putri di SD Inpres 1 Tanamodindi. Metode: Jenis penelitian kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional* menggunakan desain *analitik korelasional*. Populasi dalam penelitian sebanyak 70 remaja putri dengan teknik pengambilan sampel *purposive sampling* dengan jumlah sampel 59 responden. Data dikumpulkan melalui kuesioner kemudian dianalisis menggunakan *uji chi-square*. Hasil penelitian: Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden dengan kategori pengetahuan cukup baik sebanyak 29 responden (49,2%) remaja putri yang siap menghadapi *menarche* sebanyak 23 responden (79,3%), serta yang tidak siap menghadapi *menarche* sebanyak 6 responden (20,7%), hasil penelitian dari 59 responden menggunakan *uji Chi-Square* diperoleh nilai $p=0,001$ atau $p<0,05$. Simpulan: Ada hubungan tingkat pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan menghadapi *menarche* pada remaja putri di SD Inpres 1 Tanamodindi. Semakin baik pengetahuan diri seseorang maka semakin siap pula menghadapi *menarche*. Saran: Diperlukan kerja sama antara sekolah, orang tua, dan tenaga kesehatan dalam memberikan edukasi kesehatan reproduksi sejak dini serta penelitian lanjutan untuk mengkaji faktor lain yang memengaruhi kesiapan remaja putri dalam menghadapi *menarche*.

Menarche is an important event in the development of young women that often causes anxiety and unpreparedness if not supported by adequate knowledge. The results of initial observations at SD Inpres 1 Tanamodindi show that some students do not understand the changes that occur during menarche and are not ready to face them. Lack of knowledge about menstruation can have an impact on mental readiness and behavior to maintain the cleanliness of the reproductive organs. This study aims to analyze the relationship between the level of knowledge about menstruation and readiness to face menarche in adolescent girls at SD Inpres 1 Tanamodindi. Methods: A type of quantitative research with a cross-sectional approach using a correlational analytical design. The population in the study was 70 adolescent girls with purposive sampling techniques, and a sample of 59 respondents. The data was collected through a questionnaire and then analyzed using the chi-square test. Research results: The results of the study showed that most of the respondents with the category of knowledge were quite good as 29 respondents (49.2%), young women who were ready to face menarche as many as 23 respondents (79.3%), and those who were not ready to face menarche as many as 6 respondents (20.7%), the results of the study from 59 respondents using the Chi-Square test obtained a value of $p=0.001$ or $p<0.05$. Conclusion: There is a relationship between the level of knowledge about menstruation and the readiness to face menarche in adolescent girls at SD Inpres 1 Tanamodindi. The better a person's self-knowledge is, the more prepared they are to face menarche. Suggestion:

Cooperation between schools, parents, and health workers is needed in providing early reproductive health education, as well as follow-up research to examine other factors that affect adolescent girls' readiness to face menarche.



This is an open access article under the CC-BY-SA license.

How to Cite: Asnia et al (2026). Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Menstruasi Dengan Kesiapan Menghadapi *Menarche* Pada Remaja Putri Di SD Inpres 1 Tanamodindi <https://doi.org/10.31004/jerkin.v4i4.5915>

PENDAHULUAN

Kesehatan reproduksi adalah keadaan sehat secara fisik, mental, dan sosial secara utuh, tidak semata-mata bebas dari penyakit atau kecacatan yang berkaitan dengan system, fungsi, dan proses reproduksi salah satu masalah kesehatan reproduksi remaja, khususnya remaja putri adalah menarche atau menstruasi pertama kali Purwanti, Utami, Latifah, (2022). Di masa seseorang mengalami masa pubertas pada wanita salah satunya ditandai dengan datangnya menstruasi pertama (menarche) Nabilah dan Amalia, (2022). Menstruasi dapat diartikan sebagai perdarahan secara periodik dan siklus dari uterus, disertai pelepasan (deskuamasi) endometrium. Panjang siklus menstruasi ialah jarak antara tanggal mulainya haid yang lalu dan mulainya haid berikutnya Homsiya, (2024).

Saat pertama kali mengalami *menarche*, banyak remaja putri merasa cemas dan malu. Perasaan ini muncul karena mereka belum siap secara fisik maupun mental untuk menghadapi perubahan yang terjadi pada tubuh mereka. Ketidaksiapan ini menyulitkan mereka dalam mengelola menstruasi dengan cara yang sehat, yang pada akhirnya dapat mempengaruhi kesehatan organ reproduksi sehingga kesiapan dalam menghadapi *menarche* menjadi salah satu karakter penting yang harus dimiliki remaja putri untuk membentuk kualitas diri yang positif (Jannah, 2024).

Masalah yang sering dihadapi oleh remaja putri terutama di negara-negara berkembang adalah minimnya informasi tentang menstruasi (Setiawan, Anggraeni dan Ameliana, 2024). Banyak dari remaja putri yang belum mengerti bagaimana cara menjaga kebersihan organ reproduksi yang berhubungan dengan menstruasi (Rahmawati, Nurdianti dan Puspitasari, 2023). Memiliki pengetahuan tentang menstruasi sebelum mengalami *menarche* sangat penting agar mereka dapat memiliki pandangan yang positif dan siapa secara mental saat menghadapi masalah tersebut (Kas, 2024). Kurangnya pemahaman di kalangan remaja mengenai *menarche* disebabkan oleh ketidakinginan mereka untuk mencari informasi yang bermanfaat bagi diri sendiri serta kurangnya perhatian orang tua dalam menyampaikan informasi kesehatan khususnya menstruasi yang dapat mempengaruhi *personal hygiene* remaja putri saat menstruasi (Manase, Nurbaya dan Susi 2022).

Persiapan yang kurang baik untuk menghadapi *menarche* pada remaja perempuan bisa mengakibatkan sejumlah masalah fisik dan psikologis (Etty, Damanik, dan Mahdalena 2025). Rasa cemas yang muncul sering diiringi oleh gejala yang tidak normal seperti ketakutan dan kekhawatiran, selain itu ada juga masalah fisik yang muncul, seperti pusing, mual, nyeri haid, dan siklus menstruasi yang tidak teratur (Qomari, Antina dan Nikmah 2024). Minimnya pengetahuan tentang menstruasi pada remaja putri juga dapat menyebabkan kebersihan diri yang buruk, sehingga meningkatkan risiko infeksi, keluarnya cairan yang tidak normal, kanker serviks, dan penyakit lainnya, sehingga sangat penting untuk memberikan informasi yang tepat mengenai kesehatan reproduksi (Wahyuni, Muhaira, Meirialdi, dan Saragih, 2024).

METODE

Penelitian ini merupakan jenis penelitian yang bersifat kuantitatif. Dalam penelitian ini, desain yang digunakan adalah analitik korelasional yang bertujuan untuk mengetahui seberapa besar keterkaitan antara dua atau lebih variabel. Metode yang diterapkan adalah pendekatan cross sectional, di mana pengukuran dilakukan hanya satu kali pada waktu yang telah ditentukan oleh peneliti untuk melihat apakah terdapat hubungan di antara dua atau lebih variabel. Peneliti akan melakukan penelitian terkait hubungan tingkat pengetahuan dan kesiapan *menarche* pada remaja putri di SD Inpres 1 Tanamodindi. Penelitian ini telah dilaksanakan di SD Inpres 1 Tanamodindi, Penelitian dilaksanakan dari tanggal 17-31 Oktober 2025.

Populasi adalah keseluruhan jumlah yang terdiri atas objek atau subjek yang mempunyai karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk diteliti dan ditarik kesimpulan (Suriani, Risnita dan Jailani, 2023). Populasi penelitian ini adalah remaja putri SD Inpres 1 Tanamodindi yang belum mengalami menstruasi dari kelas IV, V dan VI berjumlah 70 orang. Teknik pengambilan sampel yaitu *purposive sampling* dengan jumlah sampel 59 responden.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Data demografi/ karakteristik responden

Karakteristik responden berdasarkan usia dan kelas dibuat dalam bentuk table sebagai berikut:
Tabel 1. Distribusi frekuensi responden berdasarkan usia dan kelas pada remaja putri di SD Inpres 1 Tanamodindi

Karakteristik subjek	Frekuensi(f)	Persentase (%)
Umur		
9	11	18.6
10	22	37.3
11	20	33.9
12	6	10.2
Kelas		
4A	11	18.6
4B	13	22.0
5A	12	20.3
5B	9	15.3
6A	8	13.6
6B	6	10.2

^aTotal sampel keseluruhan (f=59) ^bKarakteristik responden. ^cSumber: Data primer 2025

Berdasarkan tabel 1. 1 pada kategori umur menunjukkan bahwa dari 59 responden dalam penelitian ini, responden yang memiliki frekuensi tertinggi adalah remaja usia 10 tahun berjumlah 22 responden (37,3%) dan yang memiliki frekuensi terendah adalah remaja usia 12 tahun berjumlah 6 responden (10,2%).

Berdasarkan tabel 1. 1 pada kategori kelas, menunjukkan bahwa dari 59 responden sebagian besar responden berasal dari kelas 4B dengan jumlah 13 responden (22,0%), sebagian kecil responden kelas 6B dengan jumlah 6 responden (10, 2%).

Analisa Univariat

Analisis univariat dilakukan untuk menggambarkan keseluruhan setiap variabel penelitian dengan cara menyajikan distribusi frekuensi dan persentase. Penelitian ini menganalisis beberapa variabel univariat, termasuk pengetahuan remaja putri dengan kesiapan menghadapi *menarche* pada remaja putri di SD Inpres 1 Tanamodindi. Analisis ini sangat penting dilakukan karena memberikan pandangan awal tentang karakteristik responden berdasarkan variabel penelitian sebelum melanjutkan ke analisis hubungan antar variabel. Hasil pengukuran dapat di sajikan dalam bentuk tabel frekuensi sebagai berikut:

1. Tingkat pengetahuan tentang menstruasi pada remja putri di SD Inpres 1 Tanamodindi

Tabel 2. Distribusi frekuensi tingkat pengetahuan menstruasi pada remaja putri di SD Inpres 1 Tanamodindi Tahun 2025 (f=59)

Tingkat pengetahuan menstruasi	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Baik	13	22.0
Cukup baik	29	49.2
Kurang	17	28.8

^aTotal sampel keseluruhan (f=59). ^bTingkat pengetahuan. ^cSumber: Data primer 2025

Berdasarkan tabel 1.2 menunjukkan bahwa dari 59 responden dalam penelitian ini, sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan cukup baik sebanyak 29 responden (49,2%) dan sebagian kecil memiliki pengetahuan baik sebanyak 13 responden (22,0%).

2. Kesiapan menghadapi *menarche* pada remaja putri di SD Inpres 1 Tanamodindi

Tabel 3. Distribusi frekuensi kesiapan menghadapi *menarche* pada remaja putri di SD Inpres 1 Tanamodindi Tahun 2025 ($f=59$)

Kesiapan <i>menarche</i>	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Siap	35	59.3
Tidak Siap	24	40.7

^aTotal sampel keseluruhan ($f=59$). ^bKesiapan. ^cSumber: Data primer 2025

Berdasarkan tabel 4.5 menunjukkan bahwa dari 59 responden dalam penelitian ini, menunjukkan hasil bahwa sebagian besar responden siap menghadapi *menarche* sebanyak 35 responden (59.3%) dan sebanyak 24 responden (40.7%) belum siap menghadapi *menarche*.

Analisa Bivariat

Analisa bivariat dalam penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui seberapa besar keterkaitan hubungan antara variabel independen dan variabel dependen atau variabel bebas yaitu tingkat pengetahuan dan variabel terikat yaitu kesiapan menghadapi *menarche* pada remaja putri SD Inpres 1 Tanamodindi. Uji statistik yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji *chi-square*. Adapun tujuan dari menggunakan uji tersebut yaitu untuk mengetahui apakah ada hubungan tingkat pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan menghadapi *menarche* pada remaja putri SD Inpres 1 Tanamodindi. Dari hasil pengolahan data maka didapatkan hasil dalam bentuk tabel di bawah ini:

Tabel 4. Hubungan tingkat pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan menghadapi *menarche* pada remaja putri di SD Inpres 1 Tanamodindi

Tingkat Pengetahuan	Kesiapan <i>Menarche</i>				Total		P Value
	Siap		Tidak Siap		f	%	
	f	%	f	%			
Baik	10	76,9%	3	23,1%	13	100	0,001
Cukup baik	23	79,3%	6	20,7%	29	100	
Kurang	2	11,8%	15	88,2%	17	100	

^aTotal sampel keseluruhan= 59. ^bTingkat pengetahuan menstruasi. ^cKesiapan *menarche*. ^df=frekuensi. ^e%=persentase. ^fUji *Chi-square*, signifikan bila $p<0,05$. Sumber:Data primer (2025)

Dari total 59 responden terdapat 13 responden dengan pengetahuan kategori baik yang memiliki kesiapan *menarche* dengan kategori siap sebanyak 10 responden (76,9%) dan responden yang pengetahuan dengan kategori baik yang memiliki kesiapan *menarche* dengan kategori tidak siap sebanyak 3 responden (23,1%) kemudian terdapat 29 responden dengan pengetahuan kategori cukup baik yang memiliki kesiapan *menarche* dengan kategori siap sebanyak 23 responden (79,3%) dan responden yang pengetahuan dengan kategori cukup baik yang memiliki kesiapan *menarche* dengan kategori tidak siap sebanyak 6 responden (20,7%) setelah itu terdapat 17 responden dengan pengetahuan kurang yang memiliki kesiapan *menarche* dengan kategori siap sebanyak 2 responden (11,8%) dan responden yang pengetahuan dengan kategori kurang yang memiliki kesiapan *menarche* dengan kategori tidak siap sebanyak 15 responden (88,2%).

Hasil penelitian uji statistik didapatkan nilai *p-value* menunjukkan angka 0,001 atau *p-value* $<0,05$, artinya terdapat hubungan tingkat pengetahuan menstruasi dengan kesiapan menghadapi *menarche* pada remaja putri di SD Inpres 1 Tanamodindi.

1. Tingkat pengetahuan remaja putri SD Inpres 1 Tanamodindi terkait kesiapan menghadapi *menarche*

Hasil penelitian berdasarkan analisis univariat tabel 4.2 menunjukkan bahwa jumlah responden terbanyak adalah responden yang memiliki pengetahuan cukup sebanyak 29 responden (49,2%), yang memiliki pengetahuan kurang 17 responden (28,8%), dan yang memiliki pengetahuan baik 13 responden (22,0%).

Menurut asumsi peneliti, remaja putri dengan tingkat pengetahuan baik adalah responden yang mampu menjawab sebagian besar pertanyaan kuesioner dengan benar, khususnya terkait pengertian menstruasi, tanda kematangan seksual, lama dan siklus menstruasi, perubahan fisik dan emosional, serta pentingnya menjaga kebersihan alat kelamin. Responden dengan tingkat pengetahuan cukup menunjukkan bahwa sebagian besar telah memahami menstruasi sebagai proses alami, tanda pubertas, penggunaan pembalut, dan pentingnya menjaga kebersihan diri, namun pemahaman tersebut belum

optimal, terutama mengenai siklus menstruasi serta cara menghadapi keluhan fisik dan emosional. Sementara itu, responden dengan tingkat pengetahuan kurang belum memiliki pemahaman yang memadai mengenai menstruasi dan perubahan yang menyertainya, termasuk perawatan diri selama menstruasi, sehingga berpotensi menimbulkan rasa takut, cemas, kebingungan, dan sikap negatif dalam menghadapi *menarche*.

Menurut Ety, Damanik dan Siahaan (2024), pengetahuan terhadap *menarhce* merujuk pada tingkat pemahaman dan informasi yang dimiliki individu, khususnya remaja putri tentang berbagai aspek yang berkaitan dengan *menarche*, yaitu menstruasi pertama yang dialami sebagai tanda awal dari kematangan reproduksi. Pengetahuan terhadap *menarche* penting dimiliki oleh remaja putri karena menstruasi pertama adalah momen yang signifikan dalam perkembangan biologis dan emosional mereka. Pemahaman yang memadai membantu mereka menghadapi perubahan ini dengan rasa percaya diri dan kesiapan.

Penelitian terdahulu oleh Hidayah dan Kurniawati (2023), menemukan bahwa semakin banyak remaja memiliki pengetahuan mengenai *menarche* maka siswi tersebut memiliki peluang untuk berperilaku positif dalam menghadapi *menarche*. Hal ini didasarkan bahwa pengetahuan dapat menjadikan seseorang memiliki kesadaran sehingga akan berperilaku sesuai pengetahuan yang dimiliki.

2. Kesiapan menghadapi *menarche* pada remaja putri SD Inpres 1 Tanamodindi

Berdasarkan tabel 4.3 dapat dilihat bahwa kesiapan menghadapi *menarche* terbagi menjadi 2 yaitu siap dan tidak siap, yang dimana yang siap sebanyak 35 responden (59,3%) sedangkan yang tidak siap sebanyak 24 responden (40,7%). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dari seluruh responden lebih banyak remaja putri yang siap menghadapi *menarche*.

Peneliti berasumsi bahwa semakin baik pengetahuan yang dimiliki remaja mengenai proses menstruasi, tanda-tanda awal pubertas, serta cara menjaga kebersihan selama menstruasi, maka akan semakin tinggi pula tingkat kesiapan remaja putri baik secara fisik, mental, maupun emosional. Peneliti juga berasumsi bahwa kesiapan menghadapi *menarche* bukan hanya dipengaruhi oleh pengetahuan, tetapi juga faktor lingkungan seperti dukungan keluarga pendidikan kesehatan dan komunikasi teman sebaya.

Kesiapan merupakan keseluruhan kondisi individu yang memungkinkan seseorang memberikan respon secara tepat terhadap suatu situasi, yang dipengaruhi oleh kondisi fisik, mental, dan emosional (Ananda, Masyitah, & Syam, 2025). Kesiapan remaja putri dalam menghadapi *menarche* dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal. Faktor internal meliputi pengetahuan, usia saat mengalami *menarche*, persepsi diri, serta sikap terhadap menstruasi sebelum *menarche* terjadi (Maifita & Safitri, 2024). Sementara itu, faktor eksternal mencakup sumber informasi serta peran ibu dan keluarga. Peran ibu memiliki kontribusi penting dalam membentuk kesiapan remaja putri melalui pemberian edukasi kesehatan reproduksi yang sesuai dengan tingkat perkembangan anak dan disampaikan dengan komunikasi yang terbuka dan suportif, sehingga anak merasa nyaman untuk bertanya. Kurangnya keterbukaan ibu dalam menyampaikan informasi reproduksi dapat menyebabkan remaja putri kurang siap menghadapi *menarche* (Sofiyati, 2022).

3. Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Menstruasi dengan Kesiapan menghadapi *menarche* pada Remaja putri SD Inpres 1 Tanamodindi

Berdasarkan tabel 4.4, hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan menghadapi *menarche* pada remaja putri di SD Inpres 1 Tanamodindi. Hal ini dibuktikan dengan hasil uji Chi-Square yang menunjukkan nilai $p\text{-value} = 0,001 (<0,05)$. Responden dengan pengetahuan baik dan cukup sebagian besar siap menghadapi *menarche*, sedangkan responden dengan pengetahuan kurang sebagian besar tidak siap menghadapi *menarche*.

Menurut asumsi peneliti, responden dengan pengetahuan baik dan siap menghadapi *menarche* dipengaruhi oleh keaktifan remaja putri dalam mencari informasi mengenai menstruasi melalui berbagai sumber, seperti buku pelajaran, media sosial, penyuluhan kesehatan, serta bimbingan orang tua. Responden dengan pengetahuan cukup meskipun belum mendalam, telah memiliki pemahaman dasar tentang proses menstruasi, tanda pubertas, dan cara menjaga kebersihan diri, sehingga mampu mengurangi rasa cemas dan takut menjelang *menarche*. Sebaliknya, responden dengan pengetahuan kurang dan tidak siap menghadapi *menarche* disebabkan oleh keterbatasan informasi serta kurangnya komunikasi terbuka antara anak dan orang tua. Hasil ini menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan

memiliki hubungan erat dengan kesiapan remaja putri dalam menghadapi *menarche*.

Menurut teori yang dikemukakan oleh Mahmudah dan Daryanti, (2021) pengetahuan adalah dasar dari kesiapan terutama dalam menghadapi peristiwa seperti *menarche*, pengetahuan dapat membentuk persepsi membangun sikap yang positif, dan meningkatkan rasa percaya diri seorang remaja dalam menghadapi perubahan tubuhnya. Menurut penelitian yang dilakukan Siregar, (2023) menyebutkan bahwa pengetahuan remaja yang sudah cukup baik serta informasi yang didapat cukup baik sehingga menimbulkan kesiapan yang positif pada diri mereka. Pengetahuan yang cukup tentang menstruasi akan mempengaruhi kesiapan remaja putri dalam menghadapi menstruasi.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh penelitian Supriyanto, Sari dan Rosyladita, (2022) menunjukkan bahwa pengetahuan yang cukup berpengaruh terhadap tingkat kesiapan remaja yang dalam menghadapi *menarche* dengan hasil $p\text{-value} = 0,000$ ($p < 0,05$).

SIMPULAN

Hasil penelitian ini didapatkan terdapat hubungan antara pengetahuan dengan kesiapan remaja putri menghadapi *menarche* di SD Inpres Tanamodindi Palu dengan hasil uji chi-square $p=0,001$ atau $p<0,05$. Berdasarkan hasil penelitian serta pembahasan diperoleh kesimpulan:

1. Tingkat pengetahuan remaja putri SD Inpres 1 Tanamodindi terkait menstruasi sebagian besar cukup baik karena responden telah memiliki pemahaman dasar mengenai menstruasi, seperti menstruasi sebagai proses alami, tanda pubertas, penggunaan pembalut, serta pentingnya menjaga kebersihan diri.
2. Kesiapan menghadapi *menarche* pada remaja putri SD Inpres 1 Tanamodindi sebagian besar siap karena sebagian besar responden sudah mendapatkan informasi mengenai menstruasi dari orang tua.
3. Ada hubungan tingkat pengetahuan menstruasi dengan kesiapan menghadapi *menarche* pada remaja putri SD Inpres 1 Tanamodindi sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan yang cukup baik dan berada dalam kategori siap menghadapi *menarche*. Hal ini terlihat dari pemahaman responden mengenai menstruasi sebagai proses alami, tanda-tanda pubertas, penggunaan pembalut, serta pentingnya menjaga kebersihan diri. Meskipun demikian, pemahaman tersebut belum sepenuhnya optimal karena masih terdapat keterbatasan pada beberapa aspek pengetahuan tertentu.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti menyampaikan apresiasi kepada pihak sekolah SD Inpres 1 Tanamodindi atas dukungan dan kerja sama yang diberikan selama pelaksanaan penelitian. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar dalam pengembangan program pendidikan kesehatan reproduksi yang berkesinambungan, baik melalui kegiatan pembelajaran di sekolah maupun aktivitas pendukung lainnya.

REFERENSI

- Etty C., Damanik, E., Mahdalena, J. (2025) 'Persiapan Menghadapi Menarche Sebagai Awal Reproduksi Sehat Pada Remaja Perempuan Di Upt SD Negeri 066652 Medan', 6(1), pp. 33–45.
- Homsiya (2024) *Hubungan Indeks Massa Tubuh (Imt) Dengan Keteraturan Siklus Menstruasi Pada Wanita Usia Subur Di Polindes Ko'olan Kecamatan Blega Kabupaten Bangkalan*. Universitas Bina Sehat Ppni Mojokerto.
- Jannah, M.R. (2024) 'Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Menstruasi Dengan Kesiapan Menghadapi Menarche Pada Remaja Di SMPN 8 Palangkaraya', *Journal of Chemical Information and Modeling*.
- Kas, S.R. (2024) 'Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Menstruasi dengan Kesiapan Menghadapi Menarche pada Remaja di SMPN 3 Makassar 2024', *Keolahragaan Juara*, Volume 4,N, pp. 195–200.
- Manase, P., Nurbaya, S., Susi, S. (2022) 'Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Terhadap Kesiapan Menghadapi Menarche', *Jurnal Ilmiah Mahasiswa & Penelitian Keperawatan*, 2, pp. 424–432.
- Nabilah, S.A. dan Amalia, A.A. (2022) 'Hubungan Dukungan Sosial Orang Tua Dengan Kesiapan Menghadapi Menarche Pada Anak Usia Sekolah Di Sdn Baginda 2 Tahun 2022', *Jurnal Ilmu*
- Purwanti, S., Utami, S., Latifah, D. (2022) 'Konseling Sebaya Pada Kesehatan Reproduksi Remaja

- Dalam Komunikasi Interpersonal’, *Jurnal Bimbingan dan Konseling Pandohop*, 2(2), pp. 47–55
- Qomari, s., Antina, R., Nikmah, N. (2024) ‘Emina (Edukasi Remaja Putri Siap Menarche) Upaya Peningkatan Pengetahuan dan Kesiapan Siswi Menghadapi Menarche’, *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, Volume 4,(Politeknik Kesehatan Kemenkes Jakarta I).
- Rahmawati, A., Nurdianti, R., Puspitasari, G. (2023) ‘Edukasi Menstruasi Melalui Media Tiktok Terhadap Kesiapan Menghadap Menarche’, *HealthCare Nursing Journal*, 5(1), pp. 551–557.
- Setiawan, J., Anggraeni, H., Ameliana, M. (2024) ‘Hubungan Pengetahuan Menstruasi Dengan Perilaku Kesehatan Remaja Puteri Tentang Menstruasi’, *Jurnal ilmiah kesehatan pernus*, 2(5), p. 255.
- Suriani, N., Risnita and Jailani, M.S. (2023) ‘Konsep Populasi dan Sampling Serta Pemilihan Partisipan Ditinjau Dari Penelitian Ilmiah Pendidikan’, *Jurnal IHSAN: Jurnal Pendidikan Islam*, 1(2), pp. 24–36.