

Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Kesiapan Menghadapi *Menarche* Pada Siswi Kelas 4 Dan 5 Di SDN Mekarjaya 14 Kota Depok

Savila Nurfajrina¹, Priharyanti Wulandari*²

^{1,2} STIKes Raflesia Depok

Email: savilafajrina@gmail.com, wulancerank@gmail.com

Abstrak

Latar Belakang: Menstruasi perdana atau *menarche* merupakan peristiwa fisiologis yang menandai mulai matangnya fungsi reproduksi pada remaja perempuan. Kesiapan siswi dalam menghadapi *menarche* dipengaruhi oleh berbagai faktor, di antaranya sikap, dukungan orang tua, dan tingkat kecemasan. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan sikap, dukungan orang tua, dan kecemasan dengan kesiapan siswi kelas 4 dan 5 SDN Mekarjaya 14 Kota Depok dalam menghadapi *menarche*. **Metode:** Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain *cross sectional*. Sampel penelitian berjumlah 96 siswi kelas 4 dan 5 yang belum mengalami menstruasi pertama, dipilih menggunakan teknik *total sampling*. Data dikumpulkan melalui kuesioner dan dianalisis menggunakan uji Spearman Rank. **Hasil:** Sebanyak 59 responden (61,5%) termasuk kategori siap menghadapi *menarche*, 52 responden (54,2%) memiliki sikap positif, 50 responden (52,1%) memperoleh dukungan orang tua pada kategori kurang, dan 44 responden (45,8%) mengalami kecemasan berat. Hasil analisis menunjukkan terdapat hubungan yang bermakna antara sikap ($p = 0,034$), dukungan orang tua ($p = 0,048$), dan kecemasan ($p = 0,049$) dengan kesiapan menghadapi *menarche*. **Kesimpulan:** Sikap, dukungan orang tua, dan kecemasan berhubungan secara signifikan dengan kesiapan siswi dalam menghadapi menstruasi perdana. Oleh karena itu, sekolah perlu menjalin kerja sama dengan keluarga dan tenaga kesehatan untuk meningkatkan edukasi kesehatan reproduksi guna mendukung kesiapan siswi menghadapi *menarche*.

Kata Kunci: Dukungan orangtua, Kecemasan, Kesiapan menghadapi *menarche*, *Menarche*, Sikap

Abstract

Background: First menstruation, or *menarche*, is a physiological event that marks the onset of reproductive maturity in adolescent girls. Schoolgirls' readiness to face *menarche* is influenced by various factors, including attitudes, parental support, and anxiety levels. **Objective:** This study aims to determine the relationship between attitudes, parental support, and anxiety and the readiness of 4th- and 5th-grade female students at SDN Mekarjaya 14 in Depok City to face *menarche*. **Methods:** This study used a quantitative approach with a cross-sectional design. The sample consisted of 96 4th- and 5th-grade female students who had not yet experienced their first menstruation, selected using total sampling. Data were collected via a questionnaire and analyzed using the Spearman Rank test. **Results:** A total of 59 respondents (61.5%) were categorized as ready to face *menarche*, 52 respondents (54.2%) had a positive attitude, 50 respondents (52.1%) received insufficient parental support, and 44 respondents (45.8%) experienced severe anxiety. The analysis results showed a significant association between attitude ($p = 0.034$), parental support ($p = 0.048$), and anxiety ($p = 0.049$) and readiness for *menarche*. **Conclusion:** Attitude, parental support, and anxiety are significantly associated with female students' readiness to face their first menstruation. Therefore, schools need to collaborate with families and health professionals to improve reproductive health education in order to support

Keywords : Parental support, Anxiety, Readiness for *menarche*, *Menarche*, Attitude.

1. PENDAHULUAN

Remaja merupakan kelompok usia 10–19 tahun yang mengalami berbagai perubahan biologis, psikologis, dan sosial sebagai bagian dari proses pubertas World Health Organization (2023). Salah satu tanda kematangan sistem reproduksi pada remaja putri adalah *menarche*, yaitu menstruasi pertama yang umumnya terjadi pada usia 10–16 tahun. Saat ini usia *menarche* cenderung semakin dini. Data Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2023) menunjukkan bahwa rata-rata usia *menarche* di Indonesia adalah 12 tahun, namun sebagian anak telah mengalaminya pada usia 9–10 tahun. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa siswi

sekolah dasar, khususnya kelas IV dan V, berpotensi mengalami *menarche* sehingga memerlukan kesiapan yang baik dalam menghadapinya.

Meskipun *menarche* merupakan proses fisiologis yang normal, tidak semua anak perempuan siap menghadapinya. United Nations Children's Fund (2021) melaporkan bahwa sekitar 25% anak perempuan belum pernah memperoleh informasi mengenai menstruasi sebelum mengalami *menarche* dan 17% tidak mengetahui bahwa menstruasi merupakan proses yang normal. Kurangnya pengetahuan dan komunikasi mengenai menstruasi dapat menimbulkan sikap negatif, kecemasan, serta ketidaksiapan dalam menghadapi menstruasi pertama. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa kesiapan menghadapi *menarche* dipengaruhi oleh beberapa faktor, di antaranya sikap terhadap menstruasi, dukungan orang tua, dan tingkat kecemasan. Remaja dengan sikap yang positif dan dukungan orang tua yang baik cenderung lebih siap menghadapi *menarche*, sedangkan kecemasan yang tinggi berhubungan dengan rendahnya kesiapan (Simon & Hutomo, 2021; Maharani & Daryanti, 2024; idayati, 2024).

Studi pendahuluan yang dilakukan di SDN Mekarjaya 14 Kota Depok pada April 2026 menunjukkan bahwa sebagian siswi kelas 4 dan 5 masih merasa takut, malu, bingung, dan cemas menghadapi *menarche*. Beberapa siswi juga belum memahami perubahan yang terjadi saat pubertas maupun cara menjaga kebersihan diri selama menstruasi. Selain itu, komunikasi mengenai menstruasi dengan orang tua masih terbatas sehingga sebagian siswi belum memperoleh informasi dan dukungan yang memadai. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa kesiapan menghadapi *menarche* pada siswi sekolah dasar masih perlu mendapat perhatian.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan sikap, dukungan orang tua, dan kecemasan dengan kesiapan menghadapi *menarche* pada siswi kelas 4 dan 5 yang belum mengalami *menarche* di SDN Mekarjaya 14 Kota Depok.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain korelasional menggunakan pendekatan *cross-sectional* yang bertujuan untuk menganalisis hubungan sikap, dukungan orang tua, dan kecemasan dengan kesiapan menghadapi *menarche* pada siswi kelas 4 dan 5 SDN Mekarjaya 14 Kota Depok. Populasi penelitian adalah seluruh siswi kelas 4 dan 5 yang berjumlah 103 siswi. Teknik pengambilan sampel menggunakan *total sampling*, sehingga seluruh anggota populasi yang memenuhi kriteria inklusi dijadikan responden. Kriteria inklusi meliputi siswi kelas 4 dan 5 yang belum mengalami *menarche*, masih berstatus sebagai siswi aktif di SDN Mekarjaya 14, dan bersedia menjadi responden, sedangkan kriteria eksklusi adalah siswi yang mengembalikan kuesioner tidak lengkap. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner yang terdiri dari instrumen sikap, dukungan orang tua, kecemasan, dan kesiapan menghadapi *menarche* dengan skala Likert. Analisis data dilakukan secara univariat untuk menggambarkan distribusi frekuensi karakteristik responden dan setiap variabel penelitian, serta bivariat menggunakan uji *Spearman Rank* dengan tingkat kemaknaan $p < 0,05$ untuk mengetahui hubungan antara variabel independen dan variabel dependen.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Karakteristik Responden

Karakteristik responden dalam penelitian ini adalah siswi kelas 4 dan 5 di SDN Mekarjaya 14 Kota Depok yang berjumlah 96 responden. Adapun gambaran umum responden dalam penelitian ini meliputi usia dan tingkat kelas responden.

Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

Tabel 1 Distribusi frekuensi Usia Siswi Kelas 4 dan 5 di SDN Mekarjaya 14 Kota Depok

Usia	Frekuensi	Persentase
9	15	15,6
10	34	35,4
11	35	36,5
12	12	12,5
Total	96	100,0

Berdasarkan Tabel 1 diketahui bahwa mayoritas responden berusia 11 tahun sebanyak 35 siswi (36,5%), diikuti usia 10 tahun sebanyak 34 siswi (35,4%), usia 9 tahun sebanyak 15 siswi (15,6%), dan usia 12 tahun sebanyak 12 siswi (12,5%).

Karakteristik Responden Berdasarkan Kelas

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Kelas Pada Siswi Kelas 4 dan 5 di SDN Mekarjaya 14 Kota Depok

Kelas	Frekuensi	Persentase
4	49	51,0
5	47	49,0
Total	96	100,0

Berdasarkan Tabel 2 diketahui bahwa responden kelas 4 sebanyak 49 siswi (51,0%), sedangkan kelas 5 sebanyak 47 siswi (49,0%).

Analisis Univariat Kesiapan

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Kesiapan Menghadapi *Menarche* pada Siswi Kelas 4 dan 5 di SDN Mekarjaya 14 Kota Depok

Kesiapan Menghadapi <i>Menarche</i>	Frekuensi	Persentase
Siap	59	61,5
Tidak siap	37	38,5
Total	96	100,0

Berdasarkan Tabel 3 diketahui bahwa mayoritas responden siap menghadapi *menarche* sebanyak 59 siswi (61,5%), sedangkan 37 siswi (38,5%) belum siap.

Sikap

Tabel 4 Distribusi Frekuensi Sikap Siswi Kelas 4 dan 5 di SDN Mekarjaya 14 Kota Depok

Sikap	Frekuensi	Persentase
Positif	52	54,2
Negatif	44	45,8
Total	96	100,0

Berdasarkan Tabel 4 diketahui bahwa sebagian besar responden memiliki sikap positif sebanyak 52 siswi (54,2%), sedangkan 44 siswi (45,8%) memiliki sikap negatif.

Dukungan Orangtua

Tabel 5 Distribusi Frekuensi Dukungan Orang Tua pada Siswi Kelas 4 dan 5 di SDN Mekarjaya 14 Kota Depok

Dukungan Orangtua	Frekuensi	Persentase
Dukungan Baik	46	47,9
Dukungan Kurang	50	52,1
Total	96	100,0

Berdasarkan Tabel 5 diketahui bahwa dukungan orang tua kategori kurang sebanyak 50 responden (52,1%), sedangkan dukungan baik sebanyak 46 responden (47,9%).

Kecemasan

Tabel 6 Distribusi Frekuensi Kecemasan Siswi Kelas 4 dan 5 di SDN Mekarjaya 14 Kota Depok

Kecemasan	Frekuensi	Persentase
Cemas ringan	12	12,5
Cemas sedang	40	41,7
Cemas berat	44	45,8
Total	96	100,0

Berdasarkan Tabel 6 diketahui bahwa mayoritas responden mengalami kecemasan berat sebanyak 44 siswi (45,8%), diikuti kecemasan sedang sebanyak 40 siswi (41,7%) dan kecemasan ringan sebanyak 12 siswi (12,5%).

Analisa Bivariat

Tabel 7 Analisis Hubungan Sikap dengan Kesiapan Menghadapi *Menarche* pada Siswi Kelas 4 dan 5 di SDN Mekarjaya 14 Kota Depok

Sikap	Kesiapan Menghadapi <i>Menarche</i>				Total	<i>p value</i>	
	Siap		Tidak siap				
	n	%	n	%	n	%	
Positif	37	71,2	15	28,8	52	100	0,034
Negatif	22	50,0	22	50,0	44	100	
Total	59	100	37	100	96	100	

Berdasarkan Tabel 7 tabulasi silang hubungan sikap dengan kesiapan menghadapi *menarche* pada siswi kelas 4 dan 5 di SDN Mekarjaya 14 Kota Depok diperoleh hasil uji *Spearman Rank* yang menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara sikap dengan kesiapan menghadapi *menarche* dengan nilai $p = 0,034$ ($p < 0,05$). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara sikap dengan kesiapan menghadapi *menarche*.

Tabel 8 Analisis Hubungan Dukungan Orang Tua dengan Kesiapan Menghadapi *Menarche* pada Siswi Kelas 4 dan 5 di SDN Mekarjaya 14 Kota Depok

Dukungan orangtua	Kesiapan Menghadapi <i>Menarche</i>				Total		<i>p value</i>
	Siap		Tidak siap				
	n	%	n	%	n	%	
Baik	33	71,7	13	28,3	46	100	0,048
Kurang	26	52,0	24	48,0	50	100	
Total	59	61,5	37	38,5	96	100	

Berdasarkan Tabel 8 tabulasi silang hubungan dukungan orang tua dengan kesiapan menghadapi *menarche* pada siswi kelas IV dan V di SDN Mekarjaya 14 Kota Depok diperoleh hasil uji *Spearman Rank* yang menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara dukungan orang tua dengan kesiapan menghadapi *menarche* dengan nilai $p = 0,048$ ($p < 0,05$). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara dukungan orang tua dengan kesiapan menghadapi *menarche*.

Tabel 9 Analisis Hubungan Kecemasan dengan Kesiapan Menghadapi *Menarche* pada Siswi Kelas 4 dan 5 di SDN Mekarjaya 14 Kota Depok

Kecemasan	Kesiapan Menghadapi <i>Menarche</i>				Total		<i>p- value</i>
	Siap		Tidak siap				
	n	%	n	%	n	%	
Berat	23	52,3	21	47,7	44	100	0,049
Sedang	26	65,0	14	35,0	40	100	
Ringan	10	83,3	2	16,7	12	100	
Total	59	61,5	37	38,5	96	100	

Berdasarkan Tabel 9 tabulasi silang hubungan tingkat kecemasan dengan kesiapan menghadapi *menarche* pada siswi kelas IV dan V di SDN Mekarjaya 14 Kota Depok diperoleh hasil uji *Spearman Rank* yang menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara tingkat kecemasan dengan kesiapan menghadapi *menarche* dengan nilai $p = 0,049$ ($p < 0,05$) dan nilai koefisien korelasi $r = -0,202$, yang berarti terdapat hubungan negatif dengan kekuatan hubungan lemah antara kedua variabel.

Pembahasan

Kesiapan

Sebanyak 59 siswi (61,5%) berada pada kategori siap menghadapi *menarche*. Hasil ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden telah memiliki kesiapan dalam menghadapi menstruasi pertama, meskipun masih terdapat 37 siswi (38,5%) yang belum siap sehingga diperlukan peningkatan edukasi mengenai kesehatan reproduksi.

Hasil penelitian ini sejalan dengan Azizah et al. (2024), Septi et al. (2023) dan Setyawati & Putri (2024) yang melaporkan bahwa mayoritas siswi sekolah dasar telah siap menghadapi *menarche*. Menurut Roslita & Adila (2022) kesiapan tersebut dipengaruhi oleh informasi yang diterima sebelum *menarche*. Semakin baik pengetahuan yang dimiliki, semakin siap siswi menghadapi perubahan fisik dan psikologis selama pubertas.

Sikap

Sebanyak 52 siswi (54,2%) memiliki sikap positif, sedangkan 44 siswi (45,8%) memiliki sikap negatif. Hasil ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden telah memiliki

sikap yang baik dalam menghadapi *menarche*. Temuan ini sejalan dengan Pebrianti et al. (2022), Zalni et al. (2024), Nahak (2021) dan Winarni et al. (2024) yang melaporkan bahwa mayoritas remaja memiliki sikap positif terhadap *menarche*. Menurut Nahak (2021) sikap positif mencerminkan penerimaan bahwa *menarche* merupakan proses fisiologis yang normal sehingga dapat meningkatkan kesiapan remaja dalam menghadapi perubahan fisik dan psikologis pada masa pubertas

Dukungan orangtua

Sebanyak 50 responden (52,1%) memperoleh dukungan orang tua pada kategori kurang, sedangkan 46 responden (47,9%) memperoleh dukungan baik. Hasil ini menunjukkan bahwa keterlibatan orang tua dalam mempersiapkan anak menghadapi *menarche* masih belum optimal. Temuan ini sejalan dengan Syahdatunnisa Rahmadani et al. (2022), Maharani & Daryanti (2024) serta Sari & Nurhapipah (2025) yang melaporkan bahwa sebagian remaja masih memperoleh dukungan orang tua yang kurang. Menurut Pomalingo et al. (2025) dukungan orang tua, khususnya ibu, berperan penting dalam memberikan informasi, bimbingan, dan dukungan emosional sehingga dapat meningkatkan kesiapan anak dalam menghadapi *menarche*.

\Kecemasan

Sebanyak 44 responden (45,8%) mengalami kecemasan berat, diikuti kecemasan sedang sebanyak 40 responden (41,7%) dan kecemasan ringan sebanyak 12 responden (12,5%). Hasil ini menunjukkan bahwa sebagian besar siswi masih mengalami kecemasan dalam menghadapi *menarche*. Temuan ini sejalan dengan Tampubolon et al. (2024) yang melaporkan tingginya kecemasan pada remaja menjelang *menarche*. Menurut Rista (2020) kecemasan dapat dipengaruhi oleh kurangnya informasi mengenai menstruasi pertama, sedangkan Ningsih et al. (2023) menyatakan bahwa semakin baik pengetahuan yang dimiliki, semakin rendah tingkat kecemasan yang dialami remaja dalam menghadapi *menarche*.

Hubungan Sikap Dengan Kesiapan Menghadapi *Menarche* Pada Siswi Kelas 4 Dan 5 Di SDN Mekarjaya 14 Kota Depok

Sebanyak 37 siswi (71,2%) dengan sikap positif berada pada kategori siap menghadapi *menarche*, sedangkan 15 siswi (28,8%) belum siap. Hasil uji *Spearman Rank* menunjukkan nilai $p = 0,034$ ($p < 0,05$), sehingga terdapat hubungan yang signifikan antara sikap dengan kesiapan menghadapi *menarche*. Hasil ini sejalan dengan penelitian Winarni et al. (2024) yang menyatakan bahwa sikap positif berhubungan dengan kesiapan remaja dalam menghadapi *menarche*. Menurut Prastiwi et al. (2024) sikap positif terbentuk melalui pengetahuan dan edukasi kesehatan reproduksi yang memadai sehingga remaja mampu menerima *menarche* sebagai proses fisiologis yang normal. Oleh karena itu, pembentukan sikap positif melalui edukasi dan dukungan keluarga perlu ditingkatkan agar kesiapan siswi dalam menghadapi *menarche* semakin baik.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sikap positif yang dimiliki siswi berkontribusi terhadap kesiapan dalam menghadapi *menarche*. Siswi yang memiliki sikap positif cenderung mampu menerima *menarche* sebagai proses yang normal sehingga lebih siap secara mental maupun emosional ketika mengalaminya. Sebaliknya, siswi yang memiliki sikap negatif cenderung merasa takut, malu, atau khawatir sehingga kesiapannya menjadi lebih rendah. Meskipun demikian, pada penelitian ini masih terdapat sebagian siswi yang memiliki sikap positif tetapi belum siap menghadapi *menarche*. Hal tersebut menunjukkan bahwa kesiapan tidak hanya dipengaruhi oleh sikap, tetapi juga dapat dipengaruhi oleh faktor lain, seperti dukungan orang tua, tingkat kecemasan, pengalaman memperoleh informasi, serta edukasi mengenai kesehatan reproduksi.

Hubungan Dukungan Orangtua Dengan Kesiapan Menghadapi *Menarche* Pada Siswi Kelas 4 Dan 5 Di SDN Mekarjaya 14 Kota Depok

Sebanyak 33 siswi (71,7%) yang memperoleh dukungan orang tua kategori baik berada pada kategori siap menghadapi *menarche*, sedangkan 13 siswi (28,3%) belum siap. Hasil uji *Spearman Rank* menunjukkan nilai $p = 0,048$ ($p < 0,05$), sehingga terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan orang tua dengan kesiapan menghadapi *menarche*. Hasil ini sejalan dengan penelitian Oktavia et al. (2023) yang menyatakan bahwa dukungan orang tua berperan penting dalam meningkatkan kesiapan remaja menghadapi *menarche*. Menurut Prastiwi et al. (2024) dukungan orang tua berupa pemberian informasi, perhatian, dan dukungan emosional membantu remaja memahami perubahan yang terjadi selama pubertas sehingga lebih siap menghadapi menstruasi pertama.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dukungan orang tua memiliki peran penting dalam meningkatkan kesiapan siswi menghadapi *menarche*. Orang tua yang memberikan informasi yang benar, perhatian, komunikasi yang terbuka, serta dukungan emosional dapat membantu anak memahami perubahan yang terjadi selama pubertas sehingga lebih siap menghadapi menstruasi pertama. Selain itu, orang tua, terutama ibu, menjadi sumber informasi utama bagi anak untuk menyampaikan pertanyaan atau kekhawatiran mengenai *menarche*. Komunikasi yang baik juga membantu mengurangi kesalahpahaman dan mitos yang berkembang di lingkungan sekitar. Oleh karena itu, keterlibatan orang tua dalam memberikan edukasi kesehatan reproduksi sejak dini sangat diperlukan agar siswi lebih siap menghadapi *menarche* secara tenang dan percaya diri.

Hubungan Kecemasan Dengan Kesiapan Menghadapi *Menarche* Pada Siswi Kelas 4 Dan 5 Di SDN Mekarjaya 14 Kota Depok

Sebanyak 26 siswi (65,0%) dengan tingkat kecemasan sedang berada pada kategori siap menghadapi *menarche*, sedangkan 14 siswi (35,0%) belum siap. Hasil uji *Spearman Rank* menunjukkan nilai $p = 0,049$ ($p < 0,05$) dengan koefisien korelasi $r = -0,202$, yang menunjukkan adanya hubungan signifikan dengan arah negatif antara tingkat kecemasan dan kesiapan menghadapi *menarche*. Hasil ini sejalan dengan Putra et al. (2025) yang menyatakan bahwa semakin rendah tingkat kecemasan, semakin baik kesiapan remaja dalam menghadapi *menarche*. Menurut Matana et al. (2025) kecemasan yang dapat dikelola dengan baik melalui edukasi dan dukungan dari keluarga maupun sekolah akan membantu remaja lebih siap menghadapi menstruasi pertama.

Hasil penelitian tersebut menegaskan pentingnya kondisi psikologis dalam menghadapi menstruasi perdana. Remaja yang mampu mengelola rasa khawatir lebih mudah menerima perubahan jasmani maupun emosional sebagai bagian perkembangan dirinya. Adapun kegelisahan berlebihan dapat menimbulkan ketakutan, kebingungan, dan menurunkan kesiapan. Edukasi reproduksi secara berkesinambungan serta dukungan orang tua, guru, dan tenaga kesehatan diperlukan.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil dan pembahasan, adapun kesimpulan dalam penelitian ini adalah bahwa sebagian besar siswi kelas 4 dan 5 SDN Mekarjaya 14 Kota Depok memiliki sikap positif dan telah siap menghadapi *menarche*, meskipun mayoritas masih memperoleh dukungan orang tua yang kurang serta mengalami kecemasan berat. Hasil uji *Spearman Rank* menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara sikap ($p=0,034$), dukungan orang tua ($p=0,048$), dan tingkat kecemasan ($p=0,049$) dengan kesiapan menghadapi *menarche*. Dengan demikian, sikap

yang positif, dukungan orang tua yang baik, dan tingkat kecemasan yang lebih rendah berperan dalam meningkatkan kesiapan siswi menghadapi *menarche*.

5. DAFTAR PUSTAKA

- Azizah, N. A. Al, Naziah, A. D., & Lilis, K. (2024). Hubungan antara Pengetahuan tentang Menstruasi dan Kesiapan Menghadapi *menarche* pada Siswi Sekolah Dasar di Kota Tangerang Selatan. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Indonesia*, 7.
- idayati. (2024). Hubungan tingkat kecemasan dengan kesiapan menghadapi *menarche* pada anak kelas V dan VI di UPT SDN 2 Panutan Kecamatan Pagelaran Kabupaten Pringsewu. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 13(1), 78–88. <https://ejournal.umpri.ac.id/index.php/JIK/article/view/2280>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Survei Kesehatan Indonesia 2023*.
- Maharani, P., & Daryanti, M. S. (2024). Hubungan dukungan orang tua dengan kesiapan remaja putri dalam menghadapi *menarche* di SDN Demakijo 1 Sleman Yogyakarta Relationship between parental support and the readiness of adolescent girls in facing *menarche* at SDN Demakijo 1 Sleman Yogyakarta. 2(September), 675–681. <https://proceeding.unisayogya.ac.id/index.php/proseminaslppm/article/view/945>
- Matana, N. W., Jusuf, H., & Hiola, D. S. (2025). Hubungan Pengetahuan dan Kecemasan dengan Kesiapan Menghadapi *Menarche* pada Siswi MTs Negeri 1 Kota Gorontalo. *Jurnal Kolaboratif Sains*, 8(4). <https://doi.org/10.56338/jks.v8i4.7372>
- Nahak, K. A. (2021). Perilaku Remaja Putri terhadap *Menarche* di SMA Fides Quaerens Intellectum Timor Tengah Utara Tahun 2021. *Jurnal Ekonomi, Sosial & Humaniora (Intelektiva)*, 3(4), 136–140.
- Ningsih, D. M., Firmansyah, M. T., & Wawo, B. A. M. (2023). The Relationship Between Knowledge Level and Anxiety Level in Facing *Menarche*: A Systematic Review of Cross Sectional Studies. *Journal of World Future Medicine, Health and Nursing*, 1(2), 63–72. <https://doi.org/10.55849/health.v1i1.431>
- Oktavia, T., Lestari, M., & Sari, G. N. (2023). Parental Support is Associated with an Adolescent Girl's Readiness to Facing *Menarche*. *Journal of Midwifery*, 8(2), 36–41. <https://doi.org/10.25077/jom.8.2.36-41.2023>
- Pebrianti, M., Siti, N., & Susi, S. S. (2022). Hubungan pengetahuan dan sikap remaja putri terhadap kesiapan menghadapi *menarche*. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa & Penelitian Keperawatan*, 2(2). <https://doi.org/https://doi.org/10.35892/jimprk.v2i3.906>
- Pomalingo, I., Wulansari, I., Studi, P., Keperawatan, I., & Gorontalo, N. (2025). Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kesiapan Remaja Putri dalam Menghadapi *Menarche*. *Journal of Public Health*, 8(1), 10–16.
- Prastiwi, N. W. A. D., Sasmito, N. B., & Zatihulwani, E. Z. (2024). Hubungan Tingkat Pengetahuan dan Sikap dengan Kesiapan Menghadapi *Menarche* pada Remaja Putri di SD Plus Darul Ulum Jombang. *Prima Wiyata Health*, 5(2), 52–63. <https://doi.org/10.60050/pwh.v5i2.74>
- Putra, A. A. S. D. N., Sanjiwani, I. A., & Suarningsih, N. K. A. (2025). Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Tingkat Kesiapan Anak Menjelang *Menarche* di SD Negeri 1 dan 3 Kerambitan. *Community of Publishing in Nursing (COPING)*, 13(1), 82–87. <https://doi.org/10.24843/coping.2025.v13.i01.p11>
- Rista, N. (2020). Hubungan Pengetahuan dengan Tingkat Kecemasan Menghadapi *Menarche* pada Siswi di SDN 02 Lubuk Buaya Padang 9(October 2016), 27–35.
- Roslita, R., & Adila, D. R. (2022). *Jurnal Keperawatan Hang Tuah (Hang Tuah Nursing Journal)* Hubungan Pengetahuan tentang *Menarche* dengan Kesiapan Menghadapi *Menarche* Relationship Knowledge about *Menarche* with Readiness to Face *Menarche* Pendahuluan dinding rahim yang muncul dari alat kelamin wanita (Bobak , Lowdermilk & Jense ,. 2, 23–35.
- Sari, R. H., & Nurhapipah. (2025). Hubungan Pengetahuan, Kedekatan Ibu dan Pola Asuh terhadap Kesiapan Menghadapi Menstruasi Pertama (*Menarche*) di SD 024 Tarai Kota Pekanbaru Tahun 2024. *Prosiding Hang Tuah Pekanbaru*, 2(1), 368–375. <https://doi.org/10.25311/prosiding.Vol2.Iss1.135>

- Septi, P. U. M., Erika, F., & Diana, A. (2023). Hubungan Pengetahuan Siswi Sekolah Dasar terhadap Kesiapan dalam Menghadapi Menarche Tahun 2023. 7, 1191–1195.
- Setyawati, & Putri, R. (2024). Gambaran Kesiapan Menghadapi Menarche pada Siswi di SDN Pondok Ranji 01 Kecamatan Ciputat Timur Tahun 2024.
- Simon, M., & Hutomo, W. M. P. (2021). Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Dengan Kesiapan Siswi Dalam Menghadapi Menarche Di SD Islam Guppi Kota Sorong. *Nursing Inside Community*, 3(April), 38–44.
- Syahdatunnisa Rahmadani, Hamidi Syarif Nizar Syarif, & Erlinawati. (2022). Hubungan Dukungan Ibu dengan Tingkat Kecemasan pada Anak dalam Menghadapi Menarche di SDN Terpadu 002 Kuok. 1(4), 1–10.
- Tampubolon, N. R., Tampubolon, M. M., & Sari, N. Y. (2024). Kecemasan Menghadapi Menarche pada Remaja. *Indonesian Journal of Nursing and Health Sciences*, 5(2), 77–82.
<https://doi.org/10.37287/ijnhs.v5i2.5638>
- United Nations Children's Fund. (2021). Adolescent development and participation.
https://www.unicef.org/adolescence?utm_source
- Winarni, L. M., Utami, S. R., Pratiwi, A., & Suarsih, A. (2024). Hubungan Dukungan Orang Tua Dan Sikap Remaja Putri Dengan Kesiapan Menghadapi Menarche Pada Siswi SDN. 1(2).
- World Health Organization. (2023). The Child and adolescent health in humanitarian settings: operational guide. World Health Organization.
- Zalni, R. I., Aldinda, T. W., Anita, W. A. N., Pesa, Y. M., & Ayuni, M. S. R. I. (2024). Hubungan Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri dalam Kesiapan Menghadapi Menarche di SDN 111 Pekanbaru Rummy.