

Determinan Menarche Dini Pada Remaja Putri Di Madrasah Ibtidaiyah Al Muslimin Di Cikarang Utara Bekasi Tahun 2026

Sitti Sumiyah Ulfa Suryana¹, Neneng Julianti², Rosi Kurnia Sugiharti³,
Ika Kania Fatdo Wardani⁴

^{1,2,3,4} Universitas Medika Suherman

Email: ulfahsuryana@gmail.com

Abstrak

Menarche adalah pengalaman mendapatkan haid yang pertama kali dialami remaja putri sebelum masuk pada masa reproduksi yang penting dengan melibatkan proses siklus kehidupan. Di Indonesia, berdasarkan data populasi anak usia 6–18 tahun, tercatat bahwa 38,7% atau sekitar 23.460 dari 60.609 anak perempuan mengalami menarche pada usia 9 hingga 12 tahun. Pada tahun 2019 jumlah remaja putri berdasarkan usia 10-14 tahun mencapai 86,6% dari total 976,9 remaja putri, BPS Kabupaten Bekasi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor kejadian yang berhubungan dengan menarche dini pada anak usia 10-12 tahun di Madrasah Ibtidaiyah Cikarang Utara Bekasi. Jenis penelitian ini merupakan studi analitik kuantitatif, Desain yang digunakan adalah cross sectional. Dimana variabel independent (status gizi, pengetahuan, aktivitas fisik/olahraga, keterpaparan media massa/elektronik) sedangkan variabel dependent (menarche dini). Populasi dalam penelitian adalah 141 siswi kelas IV dan V di Madrasah Ibtidaiyah Al-Muslimin bulan Mei 2026. Sampel penelitian ini adalah total sampling yaitu 33 sampel. Instrumen yang digunakan yaitu keusioner. Data dianalisis dengan menggunakan uji *chi-square*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa variabel yang berhubungan dengan kejadian menarche dini di Madrasah Ibtidaiyah Al-Muslimin Cikarang Utara Tahun 2026 salah status gizi ($p=0.009$), pengetahuan ($p=0.003$), aktivitas fisik/olahraga ($p=0.008$), keterpaparan media massa/elektronik ($p=0.005$). terdapat 4 variabel dan semua variabel berhubungan dengan menarche dini. Diharapkan responden yang mengalami menarche dini dapat mengetahui dampak menarche.

Kata kunci: Menarche Dini, Remaja Putri

Abstract

Menarche is the first menstruation experienced by adolescent girls and marks an important stage in the transition to reproductive maturity. In Indonesia, based on population data of children aged 6–18 years, 38.7%, or approximately 23,460 out of 60,609 female children, experienced menarche at the age of 9–12 years. In 2019, the number of adolescent girls aged 10–14 years reached 86.6% of a total of 976.9 adolescent girls, according to the Central Bureau of Statistics (BPS) of Bekasi Regency. This study aimed to determine the factors associated with early menarche among girls aged 10–12 years at Madrasah Ibtidaiyah Al-Muslimin, North Cikarang, Bekasi. This study employed a quantitative analytical research design with a cross-sectional approach. The independent variables were nutritional status, knowledge, physical activity/exercise, and exposure to mass media/electronic media, while the dependent variable was early menarche. The study population consisted of 141 female students in Grades IV and V at Madrasah Ibtidaiyah Al-Muslimin in May 2026. The sample was selected using total sampling, consisting of 33 respondents. The research instrument was a questionnaire. Data were analyzed using the chi-square test. The results showed that the variables associated with the incidence of early menarche at Madrasah Ibtidaiyah Al-Muslimin, North Cikarang, Bekasi, in 2026 were nutritional status ($p = 0.009$), knowledge ($p = 0.003$), physical activity/exercise ($p = 0.008$), and exposure to mass media/electronic media ($p = 0.005$). All four variables were significantly associated with early menarche. It is expected that respondents who experience early menarche will have a better understanding of its potential impacts.

Keywords: Early Menarche, Adolescent Girls

1. PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan tahap transisi dari masa anak-anak menuju dewasa, yang terbagi menjadi remaja awal (usia 10–14 tahun) dan remaja akhir (usia 15–20 tahun). Pada fase ini, terjadi berbagai perubahan fisik, emosional, dan sosial akibat pengaruh hormon selama masa pubertas (Dwi Safiva et al., 2025).

Salah satu perkembangan yang terjadi pada usia remaja adalah fase pubertas. Fase pubertas ditandai dengan adanya pematangan organ reproduksi. Pubertas remaja perempuan ditandai oleh menarche, yaitu menstruasi pertama yang disebabkan oleh peluruhan lapisan endometrium yang mengandung adanya banyak pembuluh darah di bagian uterus. Menarche disebabkan juga oleh beberapa hormon seperti Follicle Stimulating Hormone (FSH), Luteinizing Hormone (LH) dan estrogen berfungsi untuk mematangkan sel telur. Menarche normal umumnya pada usia 11-13 tahun, apabila terjadi sebelum usia 11 tahun, maka disebut menarche dini. Usia menarche pada setiap perempuan bervariasi, antara usia 10-16 tahun (A. Putri, 2023).

Tumbuh kembang adalah proses manusia sejak di dalam kandungan sampai dewasa secara terus menerus. Tumbuh kembang dilalui oleh manusia untuk tumbuh dan berkembang menjadi masa remaja. Menurut World Health Organization (WHO), remaja adalah penduduk yang memiliki usia 10-19 tahun. Di dunia, kelompok remaja jumlahnya diperkirakan mencapai 1,2 milyar (18%) dari seluruh penduduk dunia (WHO, 2019). Berdasarkan data UNICEF tahun 2021, Indonesia memiliki jumlah penduduk remaja sejumlah (17%) dari 270,203 juta jiwa adalah, dengan jumlah laki-laki sebanyak (52%) dan perempuan sebanyak (48%) jiwa (Lubis, 2023).

Di Indonesia, berdasarkan data populasi anak usia 6–18 tahun, tercatat bahwa 38,7% atau sekitar 23.460 dari 60.609 anak perempuan mengalami menarche pada usia 9 hingga 12 tahun (Kemenkes RI, 2023). Berdasarkan data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, jumlah angka kejadian menarche pada remaja di Indonesia adalah sebesar 34,1% pada usia 11-12 tahun (Tarwiyyati Qoiriyyah, 2023.).

Pada tahun 2019 jumlah remaja putri berdasarkan usia 10-14 tahun mencapai 86,6% dari total 976,9 remaja putri, BPS Kabupaten Bekasi, 2019. (Simanjuntak, 2024).

Remaja di Indonesia cukup banyak yang mengalami menarche dini yaitu pada usia < 12 tahun. Seiring perkembangan zaman, remaja putri memiliki usia menarche mengalami penurunan menjadi rata-rata 12,4 tahun dari rata-rata sebelumnya 14 tahun. Remaja putri menarche dini dibandingkan remaja putri lainnya akan menghasilkan hormon estrogen lebih banyak, sehingga perlu perhatian khusus. Menarche dini dapat disebabkan oleh faktor genetik, status gizi, sosial ekonomi, dan gaya hidup (Salsabila, 2020.).

Dampak yang sering ditimbulkan ketika mengalami menarche yaitu, merasa cemas, sedih, kecewa, malu, khawatir dan bingung. Masa depan sangat tergantung pada kondisi kesehatan organ reproduksi wanita. Namun, bila perubahan secara cepat dan mendadak terutama berkaitan dengan organ reproduksinya menjadikan seorang anak perempuan tidak selalu mampu bersikap secara tepat terhadap organ reproduksinya. (Simanjuntak, 2024).

Dampak menarche dini mencakup dampak fisik, psikologis, dan sosial. Beberapa dampak yang dapat muncul seperti depresi, cemas, ketakutan, kehamilan dini, tinggi badan cenderung lebih pendek dari yang seharusnya, potensi hypercholesterolemia ketika dewasa, penyakit kardiovaskular ketika dewasa, serta risiko kanker payudara. Dampak psikologis menarche dini tidak hanya terjadi pada remaja, tapi juga pada orangtua (ibu) dari remaja tersebut. Ibu merasa cemas atas menarche ini yang dialami anak putrinya. Sumber umum kecemasan para ibu mengenai waktu pubertas yang lebih awal adalah karena masalah psikososial dan tinggi badan akhir anak yang pendek (Khuzaiyah, 2025).

Ketidakpuasan *body image* pada anak perempuan umumnya dipicu oleh berbagai perubahan fisik yang terjadi selama masa pubertas, seperti pembesaran payudara, pertumbuhan rambut di area ketiak dan pubis, pelebaran pinggul, munculnya jerawat, serta peningkatan tinggi dan berat badan, termasuk terjadinya menarche. Ketika anak perempuan tidak dapat memahami bahwa perubahan tersebut merupakan bagian dari proses perkembangan yang alami, maka akan muncul pemikiran yang negatif yang dapat menimbulkan permasalahan ketidakpuasan perubahan *body image* sehingga akan mempengaruhi anak untuk mempersiapkan diri menghadapi menarche (Tarwiyyati Qoiriyyah, 2023).

Kurangnya pengetahuan tentang menarche dapat menyebabkan anak usia sekolah dasar tidak memiliki kesiapan psikologis dalam menghadapinya. Ketidaksiapan ini dapat memicu gangguan psikologis yang berpotensi memengaruhi sikap dan perkembangan emosional anak hingga masa dewasa. Oleh karena itu, dibutuhkan berbagai bentuk persiapan, terutama kesiapan psikis. Kesiapan psikis hanya dapat terbentuk apabila anak memperoleh informasi yang akurat dan memadai mengenai cara menghadapi menarche serta pemahaman terhadap perubahan *body image* yang menyertainya. Mengingat banyaknya dampak negatif akibat rendahnya pengetahuan tentang menarche, sangat penting bagi orang tua dan guru untuk berperan aktif dalam memberikan edukasi kepada anak perempuan yang sedang mendekati usia pubertas. Dengan demikian, anak akan lebih mampu menyesuaikan diri terhadap perubahan-perubahan fisik dan emosional yang terjadi selama proses menarche (Tarwiyyati Qoiriyyah, 2023).

Kejadian menarche yang semakin muda menimbulkan kekhawatiran karena dapat menyebabkan berbagai risiko Kesehatan di antaranya depresi, anxiety, obesitas, kanker payudara, diabetes mellitus tipe 2, hipertensi serta menopause yang tertunda. Kian cepatnya usia menarche disebabkan karena adanya perbaikan gizi di lingkungan masyarakat. Terdapat faktor penyebab lainnya yang terdiri dari faktor ibu dan faktor anak. Faktor ibu meliputi genetic berupa riwayat menarche ibu, dan faktor anak meliputi berat lahir, status gizi, aktivitas fisik, kualitas tidur, dan keterpaparan media massa (Gultom et al., 2020).

Beberapa faktor yang berhubungan dengan menarche dini antara lain faktor genetik, hormon, keadaan gizi, konsumsi makanan, sosial ekonomi, keterpaparan media massa orang dewasa (pornografi) dan perilaku seksual dan gaya hidup. Studi yang dilakukan pada abad ke-20 mendokumentasikan faktor-faktor yang terkait dengan usia saat menarche, seperti iklim (khususnya suhu tahunan rata-rata), etnis, status sosial, tempat tinggal perkotaan atau pedesaan, aktivitas fisik, pendidikan, stimulasi seksual, perumahan, warisan dan status kesehatan (Alam et al., 2021).

Salah satu faktor yang memengaruhi menarche adalah status gizi. Status gizi merupakan keadaan yang mencerminkan keseimbangan antara zat-zat gizi yang diserap tubuh dan dijadikan energi untuk metabolisme tubuh secara menyeluruh. Status gizi melibatkan interaksi antara makanan, tubuh manusia dan lingkungan hidup manusia. Pada remaja, perkembangan organ reproduksi sangat bergantung pada kecukupan nutrisi. Berdasarkan Angka Kecukupan Gizi (AKG), pola makan yang seimbang, beragam, dan bergizi memainkan peran utama dalam mendukung perkembangan organ reproduksi. Asupan makanan yang tepat memengaruhi indeks massa tubuh (BMI) remaja, yang pada gilirannya berdampak pada usia menarche. Remaja dengan BMI tinggi cenderung mengalami menarche lebih awal, sedangkan remaja dengan BMI rendah cenderung mengalami keterlambatan.

Terdapat penelitian menunjukkan hubungan erat antara status gizi dan usia menarche, dengan hasil statistik menunjukkan nilai p sebesar 0,018 ($\alpha = 0,05$). Penelitian tersebut mengungkapkan bahwa remaja dengan berat badan berlebih atau status gizi baik cenderung mengalami menarche sebelum usia 13 tahun. Pola makan yang sehat dapat meningkatkan kadar estrogen,

hormon utama yang berperan dalam perkembangan organ seksual. Oleh karena itu, remaja dengan status gizi yang optimal lebih berpotensi mengalami menarche dini dibandingkan dengan mereka yang kekurangan gizi (Hafizha Amalia et al., 2018)

Para perempuan atau remaja putri yang mengalami menarche dini memperlihatkan minat yang lebih kuat ketika menonton tayangan yang mengandung unsur – unsur seksual di film, televisi, dan majalah dibandingkan dengan para remaja yang menarche dalam rentang usia normal, mudahnya mengakses media massa dewasa seperti majalah bergambar seks, film – film yang bersifat dewasa dan kemudian mengakses internet akan mempercepat pematangan hormon seksual sehingga menyebabkan menarche dini. (Siswanti & Julianti, 2022).

Penelitian ini pun sejalan dengan hasil penelitian (Alam et al., 2021) dapat dilihat bahwa 66 responden yang terpapar paparan media massa, sebagian besar siswi yaitu 37 responden (56,1%) berstatus menarche normal. sedangkan dari 72 responden yang tidak terpapar paparan media massa, sebagian besar siswi yaitu sebanyak 53 responden (73,6%) berstatus menarche normal. Hasil uji statistik diperoleh nilai $p\text{ value}=0,034$ berarti ($p<0,05$) maka dapat disimpulkan ada hubungan yang bermakna antara paparan media massa dengan kejadian menarche dini pada siswi SMP Setia Negara Depok Tahun.

Hasil penelitian (Dwi Lestari et al, 2022) menunjukkan bahwa ada 28 siswi (100%) yang memiliki gaya hidup yang tidak sehat dan terjadi menarche dini, dan tidak ada siswi yang memiliki gaya hidup tidak sehat dengan memperoleh menarche diusia normal. sedangkan ada 3 siswi (13%) yang mempunyai gaya hidup sehat serta mengalami menarche dini dan ada 20 siswi (87%) yang memiliki gaya hidup yang sehat dan mengalami menarche diusia normal. Berdasarkan data yang diolah di Program SPSS dengan menggunakan uji chisquer didapatkan hasil nilai $p=$ sebesar $0,00<0,05$ (alpha) artinya ada hubungan yang signifikasi antara gaya hidup dengan kejadian Menarche dini pada siswi MTS Darul Abror Brebes. Semakin tidak sehat gaya hidupnya maka kejadian menarche semakin meningkat.

Berdasarkan studi pendahuluan yang telah dilaksanakan pada 20 Mei 2026 lalu melalui wawancara di Madrasah Ibtidaiyah Al-Muslimin Cikarang Utara kelas IV dan kelas V dari 10 siswi terdapat 7 siswi perempuan yang telah memasuki menstruasi ketika usia < 12 tahun. Selain itu, peneliti mendapatkan informasi sering kali mereka mengkonsumsi makanan cepat saji yang ada di kantin sekolah maupun di luar sekolah seperti mie instan, junkfood, sosis, minuman bersoda dll. Adapun dari pengamatan peneliti sebagian besar dari mereka mengalami obesitas. Ada beberapa dari mereka telah terpapar media massa elektronik seperti handphone, televisi, informasi pornografi, dan lain-lain.

Berdasarkan data tersebut maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian di Madrasah Ibtidaiyah Al-Muslimin Cikarang Utara tentang “Fakto-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Menarche Dini Pada Anak Usia 10-12 Tahun di Madrasah Ibtidaiyah Al-Muslimin Tahun 2026”.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian menarche dini pada anak usia 10-12 tahun di Madrasah Ibtidaiyah Al-Muslimin Cikarang Utara tahun 2026.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan studi analitik kuantitatif dengan analisis korelasi antara fenomena atau antara faktor risiko dengan faktor efek. Desain yang digunakan adalah *cross sectional*. Dalam penelitian ini dengan menganalisis Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Menarche Dini Pada Anak Usia 10-12 Tahun Di Madrasah Ibtidaiyah Al-Muslimin Cikarang Utara Tahun 2026.

Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah seluruh remaja putri di Madrasah Ibtidaiyah Al-Muslimin siswi kelas IV dan kelas V bulan Mei 2026 dengan jumlah keseluruhan sebanyak 98 responden. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini adalah total sampling. Sampel yang diambil dari penelitian ini adalah 98 siswi kelas IV dan V di Madrasah Ibtidaiyah Al-Muslimin tahun 2026.

Penelitian ini dimulai pada bulan Mei 2026. Penelitian dilakukan di Madrasah Ibtidaiyah Al-Muslimin, KP. Walahir, Desa Karangraharja, Kec. Cikarang Utara, Kab. Bekasi.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Analisis Data

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Menarche Dini Pada Anak Usia 10-12 Tahun di Madrasah Ibtidaiyah Al-Muslimin Cikarang Utara Tahun 2026.

Faktor-Faktor	Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
Menarche	Menarche Dini	33	33.7
	Tidak Menarche Dini	65	66.3
	Total	98	100.0
Status Gizi	Obesitas	33	33.7
	Tidak Obesitas	65	66.3
	Total	98	100.0
Pengetahuan	Baik	57	58.2
	Kurang Baik	41	41.8
	Total	98	100.0
Aktifitas Fisik/Olahraga	Olahraga 1 minggu 3 kali	28	28.6
	Olahraga 1 minggu kurang dari 3 kali	70	71.4
	Total	98	100.0
Keterpaparan Media Massa/Elektronik	Terpapar	46	46.9
	Tidak Terpapar	52	53.1
	Total	98	100.0

Dari tabel 1 didapatkan bahwa hasil analisis univariat tentang data distribusi frekuensi dari remaja yang mengalami menarche dini sebanyak 33 orang (33.7%), sedangkan remaja yang tidak mengalami menarche dini sebanyak 65 orang (66.3%). Dari faktor status gizi, kelompok anak obesitas sebanyak 33 orang (33.7%), sedangkan kelompok anak tidak obesitas sebanyak 65 orang (66.3%). Dari faktor pengetahuan pada anak berpengetahuan baik sebanyak 57 orang (58.2%), sedangkan pada anak berpengetahuan kurang baik sebanyak 41 orang (41.8%). Faktor aktivitas fisik pada anak yang berolahraga 1 minggu 3 kali sebanyak 28 orang (28.6%), sedangkan pada anak yang berolahraga 1 minggu kurang dari 3 kali sebanyak 70 orang (71.4%). Faktor pada keterpaparan media massa/elektronik, anak yang terpapar sebanyak 46 orang (46.9%), sedangkan yang tidak terpapar sebanyak 52 orang (53.1%).

Tabel 2. Hubungan Antara Status Gizi Dengan Kejadian Menarche Dini Pada Anak Usia 10-12 Tahun di Madrasah Ibtidaiyah Al-Muslimin Cikarang Utara Tahun 2026

Tahun 2020								
Status Gizi	Kejadian Menarche Dini				Total	P Value	OR CI 95%	
	Menarche		Tidak Menarche					
	n	%	n	%				n
Obesitas	17	17.4	16	16.3	33	33.7	0.008	3.254 (1.342-7.890)
Tidak Obesitas	16	16.3	49	50.0	65	66.3		
Total	33	33.7%	65	66.3%	98	100%		

Berdasarkan tabel 2 analisis hubungan antara status gizi dengan kejadian Menarche Dini pada anak usia 10-12 Tahun di Madrasah Ibtidaiyah Al-Muslimin Cikarang Utara Tahun 2026 dapat diketahui jumlah kejadian pada kelompok obesitas sebanyak 33 orang (33.7%), sedangkan pada kelompok tidak obesitas sebanyak 65 orang (66.3%).

Berdasarkan hasil analisis uji statistik yang diperoleh dari uji *chi-square* menunjukkan bahwa nilai *p value* = 0,008 $P < 0.05$ Ha diterima (Ho Ditolak), sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara status gizi dengan kejadian menarche dini pada anak usia 10-12 Tahun di Madrasah Ibtidaiyah Al-Muslimin Cikarang Utara Tahun 2026. Pada anak usia 10-12 tahun kelompok obesitas memiliki resiko terjadinya menarche dini lebih besar dibandingkan dengan kelompok tidak obesitas.

Dari hasil uji statistik diperoleh pula nilai Odd Ratio (OR) yaitu=3.254, hal ini menunjukkan bahwa anak usia 10-12 tahun kelompok obesitas memiliki 3.254 kali lebih besar mengalami menarche dini dari pada kelompok tidak obesitas.

Tabel 3. Hubungan Antara Pengetahuan Dengan Kejadian Menarche Dini Pada Anak Usia 10-12 Tahun di Madrasah Ibtidaiyah Al-Muslimin Cikarang Utara Tahun 2026

Studi 10-12 Tahun di Madrasah Tsanawiyah Al-Madaniyah Semarang, Studi Tahun 2020								
Pengetahuan	Kejadian Menarche Dini				Total	P Value	OR CI 95%	
	Menarche		Tidak Menarche					
	n	%	n	%	n	%		
Baik	26	26.6	31	31.6	57	58.2	0.003 (1.550-10.705)	
Kurang Baik	7	7.1	34	34.7	41	41.8		
Total	33	33.7%	65	66.3%	98	100%		

Berdasarkan tabel 3 analisis hubungan antara pengetahuan dengan kejadian Menarche Dini pada anak usia 10-12 Tahun di Madrasah Ibtidaiyah Al-Muslimin Cikarang Utara Tahun 2026 dapat diketahui jumlah kejadian terbanyak pada anak yang berpengetahuan baik sebanyak 57 orang (58.2%), sedangkan pada anak yang berpengetahuan kurang baik sebanyak 41 orang (41.8%).

Berdasarkan hasil analisis uji statistik yang diperoleh dari uji *chi-square* menunjukkan bahwa nilai *p value* = 0,003 $P < 0.05$ Ha diterima (Ho Ditolak), sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara pengetahuan anak dengan kejadian Menarche Dini pada anak usia 10-12 Tahun di Madrasah Ibtidaiyah Al-Muslimin Cikarang Utara Tahun 2026. Pada anak berpengetahuan baik resiko terjadinya menarche dini lebih rendah dibandingkan dengan anak berpengetahuan kurang baik.

Dari hasil uji statistik diperoleh pula nilai Odd Ratio (OR) yaitu=4.074, hal ini menunjukkan bahwa anak berpengetahuan baik berpeluang 4.074 kali lebih kecil mengalami menarche dini dari pada anak berpengetahuan kurang baik.

Tabel 4. Hubungan Antara Aktivitas Fisik/Olahraga Dengan Kejadian Menarche Dini Pada Anak Usia 10-12 Tahun di Madrasah Ibtidaiyah Al-Muslimin Cikarang Utara Tahun 2026

Kejadian Menarche Dini								
Aktivitas Fisik/Olahraga	Menarche		Tidak Menarche		Total		P Value	OR CI 95%
	n	%	n	%	n	%		
Olahraga 1 minggu 3 kali	15	13	13	13.3	28	28.6	0.009	3.333 (1.334-8.330)
Olahraga 1 minggu kurang dari 3 kali	18	18.4	52	53	70	71.4		
Total	33	33.7%	65	66.3%	98	100%		

Berdasarkan tabel 4 analisis hubungan antara aktivitas fisik/olahraga dengan kejadian Menarche Dini pada anak usia 10-12 Tahun di Madrasah Ibtidaiyah Al-Muslimin Cikarang Utara Tahun 2026 dapat diketahui jumlah kejadian pada anak yang berolahraga 1 minggu 3 kali sebanyak 28 orang (28.6%), sedangkan pada anak yang berolahraga 1 minggu kurang dari 3 kali sebanyak 70 orang (71.4%).

Berdasarkan hasil analisis uji statistik yang diperoleh dari uji *chi-square* menunjukkan bahwa nilai *p value* = 0,009 $P < 0.05$ Ha diterima (Ho Ditolak), sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara aktivitas fisik/olahraga dengan kejadian Menarche Dini pada anak usia 10-12 Tahun di Madrasah Ibtidaiyah Al-Muslimin Cikarang Utara Tahun 2026. Pada anak yang berolahraga 1 minggu 3 kali resiko terjadinya menarche dini lebih rendah dibanding dengan anak yang berolahraga 1 minggu kurang dari 3 kali.

Dari hasil uji statistik diperoleh pula nilai Odd Ratio (OR) yaitu=3.333, hal ini menunjukkan bahwa anak yang berolahraga 1 minggu 3 kali berpeluang 3.333 kali lebih kecil mengalami menarche dini dibanding anak yang berolahraga 1 minggu kurang dari 3 kali.

Tabel 5. Hubungan Antara Keterpaparan Media Massa/Elektronik Dengan Kejadian Menarche Dini Pada Anak Usia 10-12 Tahun di Madrasah Ibtidaiyah Al-Muslimin Cikarang Utara Tahun 2026

Keterpaparan Media Massa/ Elektronik	Kejadian Menarche Dini				Total		P Value	OR CI 95%
	Menarche		Tidak Menarche					
	n	%	n	%	n	%		
Terpapar	22	22.5	24	24.4	46	46.9	0.005	3.417 (1.415 - 8.252)
Tidak terpapar	11	11.2	41	41.9	52	53.1		
Total	33	33.7%	65	66.3%	98	100%		

Berdasarkan tabel 5 analisis hubungan antara keterpaparan media massa/elektronik dengan

kejadian Menarche Dini pada anak usia 10-12 Tahun di Madrasah Ibtidaiyah Al-Muslimin Cikarang Utara Tahun 2026 dapat diketahui jumlah kejadian pada anak terpapar media massa/elektronik sebanyak 46 orang (46.9%), sedangkan pada anak tidak terpapar media massa/elektronik sebanyak 52 orang (53.1%).

Berdasarkan hasil analisis uji statistik yang diperoleh dari uji *chi-square* menunjukkan bahwa nilai $p\text{ value} = 0.005$ $P < 0.05$ Ha Diterima (Ho Ditolak), sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara keterpaparan media massa/elektronik dengan kejadian Menarche Dini pada anak usia 10-12 Tahun di Madrasah Ibtidaiyah Al-Muslimin Cikarang Utara Tahun 2026. Pada anak yang terpapar media massa/elektronik resiko terjadinya menarche dini lebih besar dibanding dengan anak yang tidak terpapar media massa/elektronik.

Dari hasil uji statistik diperoleh pula nilai Odd Ratio (OR) yaitu=3.417 hal ini menunjukkan bahwa anak terpapar media massa/elektronik berpeluang 3.417 kali lebih besar mengalami menarche dini daripada anak tidak terpapar media massa/elektronik.

Pembahasan

1) Analisis Univariat

Dari tabel 1 didapatkan bahwa hasil analisis univariat tentang data distribusi frekuensi dari anak yang mengalami menarche dini sebanyak 33 orang (33.7%), sedangkan anak yang tidak mengalami menarche dini sebanyak 65 orang (66.3%). Dari faktor status gizi, kelompok anak obesitas sebanyak 33 orang (33.7%), sedangkan kelompok anak tidak obesitas sebanyak 65 orang (66.3%). Dari faktor pengetahuan pada anak berpengetahuan baik sebanyak 57 orang (58.2%), sedangkan pada anak berpengetahuan kurang baik sebanyak 41 orang (41.8%). Faktor aktivitas fisik pada anak yang berolahraga 1 minggu 3 kali sebanyak 28 orang (28.6%), sedangkan pada anak yang berolahraga 1 minggu kurang dari 3 kali sebanyak 70 orang (71.4%). Faktor pada keterpaparan media massa/elektronik, anak yang terpapar sebanyak 46 orang (46.9%), sedangkan yang tidak terpapar sebanyak 52 orang (53.1%).

2) Analisis Bivariat

a. Hubungan Antara Status Gizi Dengan Kejadian Menarche Dini Pada Anak Usia 10-12 Tahun

Berdasarkan perhitungan statistik yang dilakukan, remaja yang mengalami menarche dini sebanyak 33 orang (33.7%), sedangkan remaja yang tidak mengalami menarche dini sebanyak 65 orang (66.3%). Hasil penelitian di Madrasah Ibtidaiyah Al-Muslimin berdasarkan hasil analisis uji statistik yang diperoleh dari uji *chi-square* menunjukkan bahwa nilai $p\text{ value} = 0,008$ $P < 0.05$ Ha diterima (Ho Ditolak), sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara status gizi dengan kejadian menarche dini pada anak usia 10-12 Tahun. Nilai Odd Ratio (OR) yaitu=3.254, hal ini menunjukkan bahwa anak usia 10-12 tahun kelompok obesitas memiliki 3.254 kali lebih kecil mengalami menarche dini dari pada kelompok tidak obesitas.

Hal ini sejalan dengan penelitian (Sadiman, 2022) hasil penelitian ini menunjukkan responden dengan gizi lebih/gemuk berjumlah 29,9% dan yang mengalami menarche dini terdapat 44%. Hasil analisis ada hubungan yang bermakna antara status gizi dengan kejadian menarche dini pada siswi SMP Negeri 4 Metro. Responden yang mengalami kegemukakan berisiko mengalami menstruasi dini sebesar 2,45 kali lebih besar dibandingkan siswi yang normal atau kurus (POR=2,45).

Sejalan dengan penelitian lainnya (Alam et al., 2021) dapat dilihat bahwa dari 74 responden yang diteliti, terdapat sebanyak 48 responden dengan status gizi baik, dimana responden dengan usia menarche normal sebanyak 43,75% dan responden dengan usia

menarche tidak normal sebanyak 56,25%. Sedangkan responden dengan status gizi kurang sebanyak 26 responden, dimana responden dengan usia menarche tidak normal sebanyak 84,62% dan responden dengan usia menarche normal hanya 15,38%. Hasil analisa statistik dengan menggunakan uji Fisher Exact Test diperoleh nilai $P_v=0,020 < 0,05$ yang berarti bahwa terdapat hubungan status gizi dengan usia menarche pada remaja putri SMPN 10 Bulukumba Kecamatan Ujung Loe Kabupaten Bulukumba.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Febriani, 2024 yaitu remaja putri dengan status gizi lebih dan mengalami kejadian an menarche dini sebesar 18 responden (94%). Sedangkan Remaja putri dengan status gizi $\leq$ normal dan mengalami kejadian menarche dini sebesar 37 responden (61,7%). Dari hasil uji chi square menunjukkan bahwa nilai p value = 0,037 ($p < 0,05$). Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara status gizi dengan kejadian menarche dini pada remaja putri di SMP Negeri 1 Winong. Berdasarkan hasil Prevalence Ratio (PR) didapatkan nilai 1,45 yang menunjukkan bahwa remaja putri yang memiliki status gizi lebih berpeluang mengalami kejadian menarche dini sebesar 1,45 kali lebih besar dibandingkan dengan remaja putri yang memiliki status gizi $\leq$ normal (Febriani et al., 2024).

Menurut asumsi peneliti, status gizi merupakan salah satu faktor eksternal yang mempengaruhi terjadinya menarche. Beberapa penelitian yang menyatakan bahwa status gizi merupakan faktor utama dalam menentukan usia menarche. Anak remaja putri yang mengalami Berat Badan (BB) lebih atau overweight lebih cepat mengalami menarche dibandingkan dengan anak yang mempunyai berat badan normal ataupun kurang. Status gizi obesitas sangat berkaitan dengan peningkatan kadar lemak. Jaringan lemak ini yang nantinya akan menghasilkan hormon leptin yang akan menimbulkan adanya peningkatan kadar Luteinizing Hormone (LH). dimana hormon tersebut yang berfungsi sebagai sekresi hormon estrogen dan hormon progesteron. Semakin tinggi kadar hormon LH maka produksi hormon estrogen yang berada di ovarium juga mengalami peningkatan. Kadar hormon leptin ini yang dikaitkan dengan kejadian menarche dini atau awal menstruasi pada remaja putri. Asupan makanan juga sangat mempengaruhi terjadinya usia terjadinya menarche pada anak remaja putri. Asupan yang berpengaruh terjadinya menarche adalah asupan makanan yang mengandung protein, lemak, dan karbohidrat. Konsumsi asupan makanan yang mengandung lemak, dan protein secara berlebihan dapat memicu mempercepat terjadinya menarche dini pada anak.

b. Hubungan Antara Pengetahuan Dengan Kejadian Menarche Dini Pada Anak Usia 10-12 Tahun.

Berdasarkan hasil statistik yang dilakukan, dapat diketahui jumlah kejadian terbanyak pada anak yang berpengetahuan baik sebanyak 57 orang (58.2%), sedangkan pada anak yang berpengetahuan kurang baik sebanyak 41 orang (41.8%). Hasil penelitian di Madrasah Ibtidaiyah Al-Muslimin berdasarkan hasil analisis uji statistik yang diperoleh dari uji *chi-square* menunjukan bahwa nilai p value = 0,003 $P < 0.05$ Ha diterima (Ho Ditolak), sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara pengetahuan anak dengan kejadian Menarche Dini pada anak usia 10-12 tahun. Dari nilai Odd Ratio (OR) yaitu=4.074, hal ini menunjukan bahwa anak berpengetahuan baik berpeluang 4.074 kali lebih kecil mengalami menarche dini dari pada anak berpengetahuan kurang baik.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian (Tarwiyyati Qoiriyyah, 2025) menunjukan sebagian besar siswi dengan pengetahuan cukup mempunyai tingkat kecemasan sedang. Hasil uji spearman rank, diperoleh p -value = 0,001 yang berarti $< 0,05$ sehingga hipotesis diterima dan dapat ditarik kesimpulan ada hubungan antara pengetahuan tentang menarche dengan

tingkat kecemasan dalam menghadapi menarche pada siswi kelas VII SMPN 6 Tuban. Angka koefisien korelasi dalam penelitian ini bernilai positif, yaitu 0,4 sehingga tingkat kekuatan hubungannya adalah kuat dengan arah hubungan positif.

Adapun penelitian lainnya, sejalan dengan penelitian (Besurek J et al, 2020) hasil Uji Pearson Chi-Squaredidapat nilai $\chi^2 = 20,673$ dengan $p\text{-value} = 0,000 < 0,05$ signifikan, maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Artinya ada hubungan pengetahuan dengan kesiapan dalam menghadapi menarche pada siswi Kelas V di SD Negeri 82 Kota Bengkulu.

Menurut asumsi peneliti, kurangnya pengetahuan tentang menarche dapat menyebabkan anak usia sekolah dasar tidak memiliki kesiapan psikologis dalam menghadapinya. Ketidaksiapan ini dapat memicu gangguan psikologis yang berpotensi memengaruhi sikap dan perkembangan emosional anak hingga masa dewasa. Oleh karena itu, dibutuhkan berbagai bentuk persiapan, terutama kesiapan psikis. Kesiapan psikis hanya dapat terbentuk apabila anak memperoleh informasi yang akurat dan memadai mengenai cara menghadapi menarche serta pemahaman terhadap perubahan *body image* yang menyertainya. Mengingat banyaknya dampak negatif akibat rendahnya pengetahuan tentang menarche, sangat penting bagi orang tua dan guru untuk berperan aktif dalam memberikan edukasi kepada anak perempuan yang sedang mendekati usia pubertas. Dengan demikian, anak akan lebih mampu menyesuaikan diri terhadap perubahan-perubahan fisik dan emosional yang terjadi selama proses menarche.

c. Hubungan Antara Aktivitas Fisik/Olahraga Dengan Kejadian Menarche Dini Pada Anak Usia 10-12 Tahun

Berdasarkan hasil statistik dapat diketahui jumlah kejadian pada anak yang berolahraga 1 minggu 3 kali sebanyak 28 orang (28.6%), sedangkan pada anak yang berolahraga 1 minggu kurang dari 3 kali sebanyak 70 orang (71.4%). Hasil penelitian di Madrasah Ibtidaiyah analisis uji statistik yang diperoleh dari uji *chi-square* menunjukkan bahwa nilai $p\text{ value} = 0,009$ $P < 0.05$ H_a diterima (H_0 Ditolak), sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara aktivitas fisik/olahraga dengan kejadian Menarche Dini pada anak usia 10-12 Tahun. Dari nilai Odd Ratio (OR) yaitu=3.333, hal ini menunjukkan bahwa anak yang berolahraga 1 minggu 3 kali berpeluang 3.333 kali lebih kecil mengalami menarche dini dibanding anak yang berolahraga 1 minggu kurang dari 3 kali.

Penelitian ini sejalan dengan (Rahayu et al., 2024) analisa statistik hubungan antara Olahraga Dengan Kejadian Menarche pada Remaja Putri Di MTS Roudlhoutussholihin Desa Penatian Tahun 2024 didapatkan bahwa siswa putri yang olahraga teratur diperoleh sebanyak 27 responden (93,1%) yang normal. Hasil uji statistik diperoleh nilai P-nya Adalah 0,001; artinya ada hubungan Olahraga Dengan Kejadian Menarche Pada Remaja Putri Di MTS Roudlhoutussholihin Desa Penatian Tahun 2024.

Hasil penelitian ini sejalan dengan (Siswanti & Julianti, 2022) terdapat 61 remaja putri yang mengalami menarche dini dengan tidak melakukan aktivitas fisik (olahraga 3x/minggu dengan durasi minimal 15 menit) sebanyak 30 (52,6%). Dari nilai $p\text{-value}$ terdapat nilai $< 0,05$ (0,022) yang berarti ada hubungan antara olahraga dengan menarche dini. Sedangkan nilai OR 3.100 yang berarti bahwa remaja putri yang tidak melakukan aktifitas fisik berpeluang 3.100 kali lipat mengalami menarche dini dibandingkan dengan remaja putri yang melakukan aktivitas fisik secara teratur.

Sejalan dengan penelitian lainnya (Kholifah, 2024) menunjukkan bahwa responden yang memiliki gaya hidup tidak sehat dan mengalami kejadian menarche dini sebesar 40 responden (85,1%). Sedangkan responden yang memiliki gaya hidup sehat dan mengalami

kejadian menarche dini sebesar 15 responden (45,5%). Dari hasil uji chi square menunjukkan bahwa nilai p value = 0,0001 ($p < 0,05$). Maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara gaya hidup dengan kejadian menarche dini pada remaja putri di SMP Negeri 1 Winong. Berdasarkan nilai Prevalence Ratio (PR) yaitu 1,87 menunjukkan bahwa remaja putri yang memiliki gaya hidup tidak sehat berpeluang 1,87 kali lebih besar mengalami menarche dini dibandingkan dengan remaja putri yang memiliki gaya hidup sehat.

Menurut asumsi peneliti, sering berolahraga baik untuk sistem jantung dan pembuluh darah serta untuk mengontrol berat badan. Olahraga teratur, yang dapat berupa aktivitas fisik ringan, sedang, atau berat, harus dilakukan minimal 10 menit tanpa henti, tiga kali setiap minggu. Remaja biasanya berpartisipasi dalam olahraga dengan keluarga mereka dan di lingkungan sekolah Menurut Nahrawi (2017) menyatakan bahwa di Amerika sekolah menjadi penyebab kurangnya olahraga pada remaja di Amerika karena banyaknya sekolah yang kurang memberikan pendidikan jasmani pada siswa setiap hari. Aktivitas fisik dapat berpengaruh pada usia menarche. Olahraga berlebihan dapat menunda menstruasi anak perempuan. Atlet olimpiade mengalami menarche lebih lambat daripada non-atlet.

d. Hubungan Antara Keterpaparan Media Massa/Elektronik Dengan Kejadian Menarche Dini Pada Anak Usia 10-12 Tahun

Berdasarkan hasil penelitian, dapat diketahui jumlah kejadian pada anak terpapar media massa/elektronik sebanyak 46 orang (46.9%), sedangkan pada anak tidak terpapar media massa/elektronik sebanyak 52 orang (53.1%). Hasil analisis uji statistik yang diperoleh dari uji *chi-square* menunjukan bahwa nilai p value = 0.005 $P < 0.05$ H_a Diterima (H_0 Ditolak), sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara keterpaparan media massa/elektronik dengan kejadian Menarche Dini pada anak usia 10-12 Tahun. Nilai Odd Ratio (OR) yaitu=3.417 hal ini menunjukan bahwa anak terpapar media massa/elektronik berpeluang 3.417 kali lebih rendah mengalami menarche dini daripada anak tidak terpapar media massa/elektronik.

Penelitian ini sejalan berdasarkan data yang telah diperoleh dari (Karmila & Pratama, 2022) dengan menggunakan uji statistic Chi-Square maka didapatkan hasil χ^2 sebesar 10,497 dengan nilai p -value sebesar 0,001 (p_1) (95% CI lower = 1,764; upper = 15,513) yang berarti bahwa faktor keterpaparan media massa benar sebagai faktor risiko terjadinya menarche dini.

Sejalan dengan penelitian (Alam et al., 2021) dapat dilihat bahwa 66 responden yang terpapar paparan media massa, sebagian besar siswi yaitu 37 responden (56,1%) berstatus menarche normal. sedangkan dari 72 responden yang tidak terpapar paparan media massa, sebagian besar siswi yaitu sebanyak 53 responden (73,6%) berstatus menarche normal. Hasil uji statistik diperoleh nilai p value=0,034 berarti ($p < 0,05$) maka dapat disimpulkan ada hubungan yang bermakna antara paparan media massa dengan kejadian menarche dini pada siswi SMP Setia Negara Depok Tahun 2021.

Berdasarkan hasil penelitian, (Eliza, et.al, 2022) didapatkan bahwa dari 52 reponden dengan paparan media massa yang terpapar ditemukan pada menarche dini yaitu 37 responden (71,2%). Berdasarkan hasil uji statistik dengan uji Chi-square menunjukkan p value = 0,008 $< \alpha = 0,05$. Hal ini menunjukkan secara statistik ada hubungan paparan media massa dengan terjadinya menarche dini pada remaja putri Di SMP Negeri 15 Padang tahun 2022.

Menurut asumsi peneliti, paparan media dapat merangsang hipotalamus untuk melepaskan hormon tertentu yang mempengaruhi pematangan hormon dan organ reproduksi, sehingga terjadi menarche. Kelenjar hipofisis, pada gilirannya, menghubungkan hormon dengan organ seks sebagai respons terhadap otak. Bahan kimia yang diciptakan oleh impuls

listrik yang bergerak ke perpanjangan sel saraf, yang menyampaikan pesan dari sinapsis neuron dan turun ke sumsum tulang belakang ke seluruh area tubuh, dikenal sebagai neurotransmitter. Mereka berfungsi sebagai zat penghubung ini. Pelepasan neurotransmitter dari menonton film porno, melihat gambar porno, mendengar bisikan atau rintihan, atau sentuhan menyebabkan vagina basah. Menarche disebabkan oleh hormon estrogen dan progesteron pada ovarium wanita yang mematangkan organ seks sekunder.

Keterbatasan Penelitian

Instrumen penelitian berupa kuesioner yang di sebarakan disekolah sehingga butuh pendampingan guru untuk mengatur waktu mengumpulkan siswi kelas IV dan V dalam satu ruangan secara bergantian. Karena ada keterbatasan pada responden untuk menjawab pertanyaan, karena megisi jawaban kuesioner tergantung dari kejujuran responden dalam menjawab pertanyaan sehingga bisa saja terdapat bias karena responden menjawab sesuai dengan keinginan responden tersebut.

4. KESIMPULAN

Dari hasil penelitian tentang faktor-faktor kejadian yang berhubungan dengan menarche dini pada anak usia 10-12 tahun di Madrasah Ibtidaiyah Al-Muslimin Cikarang tahun 2026.

- 1) Adanya hubungan antara status gizi dengan kejadian menarche dini pada anak usia 10-12 tahun di Madrasah Ibtidaiyah Al-Muslimin pada tahun 2026.
- 2) Adanya hubungan antara pengetahuan dengan kejadian menarche dini pada anak usia 10-12 tahun di Madrasah Ibtidaiyah Al-Muslimin pada tahun 2026.
- 3) Adanya hubungan antara dengan kejadian aktivitas fisik/olahraga menarche dini pada anak usia 10-12 tahun di Madrasah Ibtidaiyah Al-Muslimin pada tahun 2026.
- 4) Adanya hubungan antara keterpaparan media massa/elektronik dengan kejadian menarche dini pada anak usia 10-12 tahun di Madrasah Ibtidaiyah Al-Muslimin pada tahun 2026.

5. DAFTAR PUSTAKA

- Alam, S., Syahrir, S., Adnan, Y., & Asis, A. (2021). Hubungan Status Gizi dengan Usia Menarche pada Remaja Putri. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 10(03), 200–207. <https://doi.org/10.33221/jikm.v10i03.953>
- Andhini, N. F. (2017). Hubungan Kecanduan Smartphone Dengan Prestasi Belajar Pada Mahasiswa S1 Keperawatan Universitas Muhammadiyah Malang. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699.
- Dwi Lestari, W., Masrikhiyah, R., Ratna Sari, D., Studi Ilmu Gizi, P. S., & Ilmu Kesehatan, F. (2022). Hubungan Gaya Hidup, Status Gizi, dan Asupan Makanan dengan Kejadian Menarche Dini pada Siswi MTS Darul Abror.
- Dwi Safiva, A., Nur, H., Rohmah, F., Julianti, N., Sugiharti, R. K., Studi, P., Kebidanan, S., & Kesehatan, I. (2025). Efektivitas Pendidikan Kesehatan Menggunakan Media Leaflet Terhadap Pengetahuan Tentang Fluor Albus Pada Siswi Putri Tahun 2025. *Jurnal Media Informatika [Jumin]*
- Febriani, E., Hayati, N., Fitriana, Z., Program, O., Gizi, S., Psikologi, F., Kesehatan, D., Islam, U., & Walisongo, N. (2024). Hubungan Antara Tingkat Asupan Protein, Status Gizi Dan Aktivitas Fisik Dengan Usia Menarche Pada Siswi SMP IT Al-Imaroh, Kabupaten Bekasi. 5(2).

- Gultom, W., Hasanah, O., Utami, S., Universitas, F. K., Fakultas, R., Universitas, K., Jalan, R., No, P., Pekanbaru, G. G., & Kode, R. (2020). Faktor Ibu Dan Faktor Anak Yang Berhubungan Dengan Usia Menarche Pada Anak Sekolah Dasar. In *Jurnal Ners Indonesia* (Vol. 10, Number 2).
- Hafizha Amalia, S., Isti Angraini, D., Mayasari, D., Rukmi Windi Perdani, R. (2024) Yang Memengaruhi Menarche Dini pada Remaja Perempuan, F., Kedokteran Universitas Lampung, F., Ilmu Kedokteran Komunitas dan Kesehatan Masyarakat, B., & Ilmu Kesehatan Anak, B.
- Islamy, A., & Farida, F. (2019). Faktor-faktor yang mempengaruhi siklus menstruasi pada remaja putri tingkat III. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 7(1), 13–18.
- Julianti, N. (2017). Pengetahuan Ibu Tentang Teknik Menyusui Di Rb Rhaudatunnadya Cikarang Utara - Bekasi Tahun 2016. *Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 11.
- A. , Supriyanto, G., Maisetya Sari, R., Rosyladita, I., & Studi Kebidanan Program Sarjana Terapan STIKES Tri Mandiri Sakti Bengkulu, P. (2022). Hubungan Pengetahuan Dengan Kesiapan Dalam Menghadapi Menarche Pada Siswi Kelas V di SD Negeri 82 Kota Bengkulu The Relationship Between Knowledge And Readiness To Face Menarche In Class V Students At SD Negeri 82 Bengkulu City.
- Kania Fatdo Wardani, I. (2025). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Rendahnya Minat Akseptor KB Dalam Pemilihan Kontrasepsi Jangka Panjang. *Bunda Edu-Midwifery Journal (BEMJ)*, 8, 477–485.
- Karmila, D., & Pratama, D. (2022). Hubungan Keterpaparan Media Massa Dengan Usia Terjadinya Menarche Pada Siswi Smp. Retrieved <http://journal.stikeskendal.ac.id/index.php/Keperawatan>
- Kebidanan, M. S., & Simanjuntak, H. (2024). Pemberdayaan Pada Anak Remaja Dalam Meningkatkan Pengetahuan Tentang Menstruasi Untuk Kesiapan Menarch Di Smpn 2 Tambun Utara Bekasi. In *Proficio: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat* (Vol. 5).
- Kesehatan, J., Meditory, S., Trisnadewi, E., Irlah, R., Putri, G. E., Dasril, O., Fernando, F., Syedza, S., & Padang, S. (2022). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Menarche Dini Pada Remaja Putri Di SMP Negeri 15 Padang. Retrieved <https://jurnal.syedzasaintika.ac.id>
- Kholifah, M. N. (2024). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Menarche Dini Pada Remaja Putri Di SMP Negeri 1 Winong. Factors Associated with Early Menarche in Adolescent Girls at SMP Negeri 1 Winong. <https://journal.unnes.ac.id/journals/nutrizione/index>
- Khuzaiyah, S., Sarjana, P., Kebidanan, D. P., & Kesehatan, I. (2024). Menarche dan Pubertas Dini: Kajian Terbaru tentang Penyebab Pubertas Dini serta Dampaknya terhadap Kesehatan Perempuan.
- Nurul Azizah, S., Elsanti, D., Studi Ilmu Keperawatan, P., Ilmu Kesehatan, F., & Muhammadiyah Purwokerto, U. (n.d.). Hubungan Pengetahuan Dan Persepsi Body Image Dengan Kesiapan Siswi Menghadapi Menarche Dini. In *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah* (Vol. 10, Number 2).
- Notoatmodjo, S. (2012). Metodologi Penelitian Kesehatan Tahun 2012.
- Octavia, Y. T., Astyandini, B., SiT, S., Fitria, N. E., ST, S., Kusumawardani, E., & ST, S. (2023). Buku Ajar Asuhan Kebidanan Pada Remaja. *Mahakarya Citra Utama Group*.
- Prabasiwi, A. (2016). Hubungan antara status gizi dengan status menarche pada siswi SMP Negeri 10 Kota Tegal. *Prosiding Seminar Nasional IPTEK Terapan (2016)*, 1(1), 106–111.

- Puspitasari, K., & Widaningsih, I. (2022). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Penularan HIV AIDS Di PMB Siti Rohanah A.Md.Keb Kp. Pisang Batu Kab. Bekasi Tahun 2022. *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952., (Mi), 5–24.
- Rahayu, T. R. T., Muriana, E. A., & Fauzia, R. L. (2024). Hubungan Antara Olahraga Dengan Kejadian Menarche Pada Remaja Putri Di Mts Roudloutussholihin Desa Penatian. *Jurnal Penelitian Pendidikan Bidan (Midwife Education Research Journal)*, 2(02), 144–150.
- Ratnasari, R., & Kesehatan, F. I. (2018). Pengetahuan Remaja Awal Dalam Menghadapi Menarche. In *Indonesian Journal for Health Sciences* (Vol. 2, Number 2). Online. <http://journal.umpo.ac.id/index.php/IJHS/>,
- SALSABILA, G. R. (2021). Hubungan Usia Menarche Dan Indeks Massa Tubuh (Imt) Dengan Kejadian Endometriosis Di Rsup Dr. Mohammad Hoesin Palembang Periode 2018-2020.
- Sapitri, N. (2018). Gambaran Tingkat Kecemasan Orang Tua Terhadap Pengaruh Gadget Bagi Usia Remaja Awal. *Metode Penelitian*, 32–41.
- Simanjuntak, H., & Maynia, F. A. (2018). Faktor yang Berhubungan Dengan Penggunaan Kontrasepsi Pada Wanita Dengan Pernikahan Usia Dini. *Journal-Aipkind.or.Id The Southeast Asian Journal of Midwifery*, 4(1), 40–45.
- Siregar, R. (2022). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Pemeriksaan Payudara Sendiri (Sadari) Pada Remaja Putri Kelas X. *Indonesian Journal for Health Sciences*, 6(1), 35–42.
- Siswanti¹, A., & Julianti², N. (2022). Kejadian Menarche Dini Pada Remaja Putri Kelas V Di Mi Plus Roudhotul Muhibbin Bekasi Tahun 2022.
- Tarwiyiyati Qoiriyah, D., Tri Ningsih, W., Triana, W. N., & Studi Diploma Tiga Keperawatan Tuban Poltekkes Kemenkes Surabaya, P. (2025). Pengetahuan Tentang Menarche Dengan Tingkat Kecemasan Dalam Menghadapi Menarche Pada Siswi Kelas Vii Smpn 6 Tuban. Retrieved <https://journal-mandiracendikia.com/jikm>.