

**HUBUNGAN PENGETAHUAN, KEDEKATAN IBU DAN POLA ASUH TERHADAP
KESIAPAN MENGHADAPI MENSTRUASI PERTAMA (MENARCHE)
DI SD 024 TARAI KOTA PEKANBARU TAHUN 2024**

Ria Harnita Sari^{1*}, Nurhapipah²

Universitas Hang Tuah Pekanbaru^{1,2}

e-mail korespondensi : rharnitasari@gmail.com¹

ABSTRACT

Background: Throughout the life cycle, women and girls with disabilities learn from mothers to prepare for menarchea and access information and support regarding menstruation, but many parents still ignore initiatives to improve menstrual health and well-being. **Objective:** of this research to determine the relationship between knowledge, maternal closeness and parenting patterns on readiness to face first menstruation (Menarchea). **Research method:** used is quantitative with a cross sectional design. This research will be carried out at SD 024 Tarai, Pekanbaru City with a sample size of 60 people. This research was conducted on September 23 2024. The research location was SD 024 Tarai, Pekanbaru City. The population and sample are 60 elementary school children who attend SD 024 Tarai, Pekanbaru City (Total Sampling). The measuring tool used in data collection is a questionnaire. Data analysis using univariate and bivariate analysis (chquare test). Sample collection for this study used proportional random sampling technique. **Results:** showed that 38 (47.5%) respondents had poor knowledge, 35 (43.8%) had good closeness to their mothers, their mother's parenting style was democratic, 22 (71.0%) said they were ready to face their first menstruation (menarche). The results of statistical tests show that there is a significant relationship between knowledge (p -value .000), maternal closeness (p -value .006) and parenting style (p -value .000) with students' readiness to face the first menstruation (menarche) in SD 024. **Conclusion:** The role of parents, especially mothers, is very important in providing knowledge, support, and good parenting patterns to girls so that they are better prepared to face menstruation.

Keywords: Menstruation, Puberty, Knowledge, Parenting Patterns

ABSTRAK

LATAR BELAKANG: Sepanjang siklus kehidupan, perempuan dan anak perempuan dengan ketidakmampuan belajar kepada ibu terhadap kesiapan menghadapi menarchea dan mengakses informasi dan dukungan mengenai menstruasi, namun masih banyak orang tua yang masih mengabaikan inisiatif untuk meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan menstruasi. **Tujuan:** dari penelitian ini untuk mengetahui hubungan pengetahuan, kedekatan ibu dan pola asuh terhadap kesiapan menghadapi menstruasi pertama (Menarchea). **Metode penelitian:** yang digunakan adalah kuantitatif dengan desain *cross sectional*. Penelitian ini akan dilaksanakan di SD 024 Tarai Kota Pekanbaru dengan jumlah sampel 60 orang. Penelitian ini dilakukan pada bulan 23 September 2024. Lokasi penelitian di SD 024 Tarai Kota Pekanbaru. Populasi dan sampel adalah anak Sekolah Dasar yang bersekolah di SD 024 Tarai Kota Pekanbaru sebanyak 60 Orang (Total Sampling). Alat ukur yang digunakan dalam pengumpulan data adalah kuesioner. Analisis data dengan analisis univariat dan bivariat (*uji chquare*) Pengumpulan sampel penelitian ini menggunakan teknik *proporsional random sampling*. **Hasil:** menunjukkan bahwa sebanyak 38 (47,5%) responden mempunyai pengetahuan yang kurang, 35 (43,8%) kedekatan dengan ibu baik, Pola asuh ibu adalah demokratis, sebanyak 22 (71,0%) mengatakan siap menghadapi menstruasi pertama (menarche). Hasil uji statistic menunjukkan ada hubungan yang bermakna antara pengetahuan (p -value ,000) kedekatan ibu (p -value ,006) dan pola asuh (p -value ,000) dengan kesiapan siswa menghadapi menstruasi pertama (menarche) di SD 024. **Kesimpulan:** Peran orang tua terutama ibu sangat penting dalam memberikan pengetahuan, dukungan, dan pola asuh yang baik kepada anak perempuan agar mereka lebih siap menghadapi menstruasi.

Kata Kunci: Menstruasi, Pubertas, Pengetahuan, Pola Asuh

LATAR BELAKANG

Menstruasi (Menarche) merupakan pengalaman universal dengan dampak luas terhadap kesehatan dan kesejahteraan fisik, mental, dan sosial. Perubahan yang terjadi pada perempuan yaitu perubahan fisik dan hormonal yang signifikan menimbulkan kebutuhan kesehatan dan nutrisi baru. Bagi anak perempuan, permulaan menstruasi (yang terjadi pada usia lebih muda dibandingkan generasi sebelumnya) menciptakan kebutuhan kesehatan menstruasi. Menstruasi merupakan masa peningkatan stres emosional. Selain itu, peran sosial berubah selama masa pubertas, terutama bagi anak perempuan (1).

Pubertas terjadi pada anak laki-laki dan perempuan, transisi dari masa kanak-kanak ke masa dewasa mungkin dianggap sebagai sesuatu yang menarik dan menandai perubahan besar. Namun, bagi anak laki-laki, peralihan masa pubertas secara eksplisit dikaitkan dengan perasaan seksual secara positif, sedangkan bagi anak perempuan, momen ini sering kali menandai awal dari pesan-pesan yang saling bertentangan mengenai seksualitas, keperawanan, kesuburan, dan kewanitaan (2).

Menurut Organisasi Kesehatan Dunia, remaja adalah individu yang berusia antara 10 dan 19 tahun. Masa remaja adalah masa transisi fisiologis, psikologis dan sosial antara masa kanak-kanak dan masa dewasa. Hal ini ditandai dengan masa pubertas dan permulaan menstruasi pada anak perempuan. Remaja seringkali menjadi kelompok yang terabaikan karena angka kematian pada kelompok usia ini cukup kecil (3). Masa remaja adalah masa yang tepat untuk membangun kebiasaan dan gaya hidup sehat terkait kesehatan seksual dan reproduksi (SRH). Masa remaja merupakan masa perubahan secara fisiologis secara fisik, emosional, dan sosial yang berkelanjutan, serta masa di mana banyak individu akan mulai mengeksplorasi seksualitasnya dan mengembangkan hubungan dengan orang lain (2).

Usia rata-rata pelajar di sekolah dasar secara global adalah 5 hingga 12 tahun. Dalam beberapa sistem pendidikan, usia standar untuk memasuki sekolah dasar mungkin lebih dari 5 tahun. Selain itu, dalam beberapa konteks, anak-anak mungkin mulai bersekolah lebih lambat dari usia standar masuk dengan berbagai kondisi (4). Negara berpendapatan rendah dan menengah (LMIC) adanya tantangan dan perhatian yang semakin besar dialami oleh remaja perempuan dan perempuan dalam mengelola menstruasi mereka dengan bermartabat dan nyaman (5). 27 juta perempuan yang berpotensi menghadapi hambatan dalam kebersihan menstruasi (6).

Pengetahuan dan pemahaman tentang siklus menstruasi, hari ovulasi, dan masa subur penting bagi perempuan dan tenaga kesehatan yang memberikan pelayanan dalam kesehatan reproduksi. Siklus menstruasi pada perempuan yang khas (25-30 hari), panjang fase folikular rata-rata adalah 15,2 hari. Bagi perempuan dengan siklus normal tetapi lebih panjang (31-35 hari), panjangnya adalah 19,5 hari dan bagi wanita dengan siklus normal tetapi lebih pendek (21-24 hari) panjangnya adalah 12,4 hari. Dalam siklus yang sangat pendek (15-20 hari), panjang fase folikular rata-rata adalah 10,4 hari dan dalam siklus yang sangat

panjang (36-50 hari) panjangnya adalah 26,8 hari (7). Sebagian besar penyedia layanan kesehatan percaya bahwa fase luteal berlangsung selama 14 hari, tetapi kami menemukan rata-rata $12,4 \pm 2,4$ hari yang berkisar dari 8,0 hari dalam siklus 15–20 hari hingga 12,9 hari dalam siklus 36–50 hari (7).

Pendidikan berkualitas ialah inti dari upaya peningkatan kesehatan dan kesuksesan seumur hidup. Anak-anak akan berkembang dengan baik di kelas ketika mereka berada dalam kondisi kesehatan yang baik, maka penting untuk mempelajari tentang kesehatan dan kesejahteraan sejak dini di sekolah dasar (4). Peningkatan pengetahuan dan pemahaman tentang siklus menstruasi dan cara mengelola menstruasi berperan dalam peningkatan kesehatan menstruasi dan dapat menurunkan infeksi urogenital. Hal ini juga dapat berkontribusi pada diagnosis dini ketidakaturan menstruasi, termasuk dismenore dan perdarahan uterus abnormal (8).

Anak perempuan kurang mendapatkan bimbingan mengenai menstruasi, sehingga mengalami aliran darah menstruasi pertama mereka dengan rasa malu, takut, dan kurangnya pemahaman tentang cara mengelola menstruasi mereka dengan percaya diri dan bermartabat (9). Tantangan ini diperburuk dengan tidak memadainya fasilitas air dan sanitasi yang aman, bersih, dan mudah diakses serta pilihan pembuangan limbah bagi remaja perempuan dan perempuan untuk mengatur menstruasi mereka saat berada di sekolah, di tempat kerja sedang transit dan dalam konteks perpindahan (10).

Anak perempuan menghadapi masalah psikososial selama menstruasi dalam hal akses terhadap bahan-bahan bersih, kurangnya privasi untuk mengganti pembalut, fasilitas pembuangan pembalut wanita, pembatasan sosial budaya, kurangnya dukungan psikologis dan sosial, rendahnya pengetahuan tentang penanganan nyeri saat menstruasi, dan kurangnya dukungan psikologis. Kurang tersedianya layanan konseling, dan kurangnya informasi mengenai menstruasi dan penatalaksanaannya, tidak adanya persiapan sebelum menarche, distress menstruasi, beban dan stigma (11).

Kurangnya informasi dan panduan praktis tentang menstruasi, buruknya infrastruktur air, sanitasi dan kebersihan di sekolah, terbatasnya akses terhadap materi menstruasi, dan lingkungan sosial yang tidak mendukung memaksa anak perempuan untuk menghadapi ejekan, kerahasiaan, dan norma-norma sosial yang menentukan serangkaian pembatasan perilaku. berkontribusi terhadap emosi negatif yang dialami oleh anak perempuan selama menstruasi (12). Oleh karenanya penelitian yang dilakukan ini adalah untuk mendapatkan gambaran hubungan pengetahuan, kedekatan ibu dan pola asuh terhadap kesiapan menghadapi menstruasi pertama (Menarche).

Berdasarkan studi LATAR BELAKANG yang dilakukan oleh peneliti di SD 024 Tarai, masih kurangnya informasi tentang menstruasi pertama dan masih tabunya dalam masyarakat. Peneliti melakukan wawancara kepada 10 orang anak perempuan dimana anak masih kurangnya pengetahuan dan informasi mengenai *menarchea* dan beberapa orang siswa takut menjelaskan kepada orang tua karena stigma yang ada di masyarakat.

METODE

Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan desain cross sectional yang bertujuan untuk mengetahui hubungan pengetahuan, kedekatan ibu dan pola asuh terhadap kesiapan menghadapi menstruasi pertama (menarche). Populasi pada penelitian ini adalah remaja putri yang belum menstruasi di SD 024

Tarai Tahun 2024 yaitu sebanyak 80 orang dengan jumlah sampel 60 orang.

Pengumpulan sampel penelitian ini menggunakan teknik proporsional random sampling. Data diperoleh dengan menggunakan kuesioner dan dianalisis secara univariat dan bivariat dengan uji chi- square. Untuk menilai pola asuh orang tua dan kedekatan ibu menggunakan Adolescent Menstrual Attitude questionnaire dan kuesioner pengetahuan. Lokasi penelitian akan dilaksanakan di SD 024 Kota Pekanbaru Waktu penelitian akan dilakssanakan pada 23 September 2024.

Subjek penelitian seluruh anak perempuan yang belum menstruasi di SD 024 Tarai Kota Pekanbaru. Kriteria inklusi dalam penelitian ini siswi bersedia menjadi responden, anak perempuan yang belum menstruasi, anak perempuan yang berumur 10-13 tahun, anak perempuan yang memiliki keadaan umum dan kesadaran baik. Kriteria eklusi yaitu tidak bersedia menjadi responden, memiliki kelainan/penyakit pada organ reproduksi.

Variabel independen pada penelitian ini adalah Umur, Pendidikan, Pengetahuan, Kedekatan ibu, Pola asuh. Variabel dependen pada penelitian ini adalah Kesiapan Menghadapi Menstruasi Pertama (Menarche). Pengolahan data pada penelitian ini secara univariat dan bivariat. Analisis bivariat menggunakan uji Teknik analisis data menggunakan *statistic parametrik* (uji *paired sample t test* dan uji *independent sample t test*) dengan menggunakan SPSS.

HASIL

1.1 Pengetahuan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Kurang	38	47,5	47,5	47,5
	Baik	42	52,5	52,5	100,0
	Total	80	100,0	100,0	

Berdasarkan pada tabel 1.1 diketahui bahwa mayoritas pengetahuan responden yang memiliki pengetahuan kurang (47,5%), sedangkan pengetahuan baik (52,5%).

1.2 Kedekatan Ibu

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak dekat	45	56,3	56,3	56,3
	Dekat	35	43,8	43,8	100,0
	Total	80	100,0	100,0	

PROSIDING SEMINAR NASIONAL

Hasil Penelitian dan Pengabdian Masyarakat

Berdasarkan pada tabel 1.2 diketahui bahwa mayoritas kedekatan ibu yang tidak dekat dengan anak (56,3%), sedangkan ibu yang dekat dengan anak (43,8%).

1.3 Pola Asuh

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Otoriter	49	61,3	61,3	61,3
	Demokratis	31	38,8	38,8	100,0
	Total	80	100,0	100,0	

Berdasarkan pada tabel 1.3 diketahui bahwa pola asuh ibu secara otoriter (61,3%), sedangkan pola asuh ibu secara demokratis (38,8%).

1.4 Kesiapan Menghadapi Menarche

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak siap	49	61,3	61,3	61,3
	Siap	31	38,8	38,8	100,0
	Total	80	100,0	100,0	

Berdasarkan pada tabel 1.4 diketahui bahwa mayoritas kesiapan menghadapi menarche siswa tidak siap (61,3%), sedangkan siswa siap (38,8%).

1.5 Chi-Square Tests

	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	29,034 ^a	1	,000		
Continuity Correction ^b	26,610	1	,000		
Likelihood Ratio	32,361	1	,000		
Fisher's Exact Test				,000	,000
Linear-by-Linear Association	28,671	1	,000		
N of Valid Cases	80				

Tabel 1.5 menunjukkan bahwa hasil uji normalitas menggunakan uji *chi-square* didapatkan hasil kedekatan ibu dan kesiapan siswa dalam menghadapi menarche dilakukan tetapi *P-value* 0,000, sedangkan setelah adanya kedekatan ibu dan kesiapan siswa dalam menghadapi menarche *P-value* 0,000. Ada hubungan yang bermakna antara pola asuh dengan kesiapan siswa menghadapi menstruasi pertama (menarche) di SD 024 Tarai, Kota Pekanbaru.dengan nilai p-value 0,006.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden yang memiliki pengetahuan yang kurang lebih banyak kurang siap menghadapi menstruasi pertama (menarche) dikarenakan kurangnya pengetahuan dan tidak adanya informasi untuk siswa dari pihak sekolah dan sebaliknya responden yang memiliki pengetahuan yang baik lebih banyak yang siap menghadapi menstruasi pertama (menarche). Namun masih ada responden yang mempunyai pengetahuan yang baik tetapi kurang siap menghadapi menstruasi pertama (menarche). Keadaan tersebut memperlihatkan bahwa pengetahuan memegang peranan yang penting bagi responden dalam terhadap kesiapan remaja putri menghadapi menstruasi pertama (menarche), hal itu adalah sesuatu yang wajar karena mereka yang lebih baik pengetahuannya tentang menstruasi pertama (menarche) akan dapat mengetahui cara menghadapi menstruasi pertama (menarche). Siswa yang kurang pengetahuan dan informasi mengenai menstruasi mengatakan menarche merupakan pengalaman yang sangat buruk dan membuat siswa panik, takut, traumatis dan malu. Berbagai macam kondisi tersebut menunjukkan bahwa banyak siswa yang kurang mempunyai kesiapan dalam menghadapi menarche, karena mereka tidak memiliki pengetahuan dan pemahaman untuk mempersiapkan dirinya masing-masing.

Remaja yang memiliki pengetahuan tinggi tentang menarche akan semakin rendah tingkat kecemasan yang dirasakan dan sebaliknya remaja yang memiliki pengetahuan rendah akan semakin besar tingkat kecemasan yang dirasakan (13).

Pengetahuan tentang reproduksi sangat penting untuk remaja. Remaja yang memiliki pengetahuan yang kurang terhadap menstruasi dapat berdampak terhadap kesiapan menghadapi menarche. Ketidaksiapan menghadapi menarche berdampak terhadap reaksi individu anak pada saat menstruasi pertama yang berdampak negatif. Dampak negatif yang dialami oleh remaja yaitu kecemasan dan perubahan fisik dan psikologis serta kebingungan untuk hygiene saat menstruasi pertama kali datang terhadap organ reproduksi (14)

Ada hubungan pengetahuan terhadap kesiapan menghadapi menstruasi pertama (menarche). Menurut peneliti dalam hal upaya yang harus dilakukan adalah memberikan pengetahuan kepada remaja putri sebagai bekal ilmu agar remaja nantinya siap menghadapi menstruasi pertama (menarche) (15). Menstruasi pertama kalinya adalah fase dimana remaja putri benar-benar telah siap secara biologis menjalani fungsi kewanitaannya. Menstruasi adalah peristiwa psikologis yang unik bagi perempuan. Menstruasi terjadi pada remaja maupun orang dewasa. Gejala psikologis berkaitan dengan menarche termasuk ketakutan yang kuat dan keinginan untuk menolak proses biologis mereka (16).

Remaja putri tidak memiliki kesiapan yang baik untuk mengalami menstruasi. Remaja tidak memiliki pengetahuan yang memadai dan adanya kekhawatiran terhadap menstruasi dan merasa malu (17). Remaja perempuan di Lower Middle Income Country sering kali kurang informasi dan tidak siap menghadapi menstruasi. Informasi terutama diperoleh dari ibu dan anggota keluarga perempuan lainnya yang tentu saja belum memiliki pengetahuan. Pengucilan dan rasa malu menyebabkan miskonsepsi dan praktik yang tidak higienis selama menstruasi.

Remaja perempuan cenderung tidak masuk sekolah, mengobati sendiri, dan menahan diri interaksi sosial dan juga menjadi masalah adalah kerabat dan guru sering kali tidak siap untuk menjawab kebutuhan anak perempuan (18).

Remaja yang tidak memahami dan tidak siap untuk menarche dapat menimbulkan perasaan cemas dan khawatir dengan perubahan yang dialami. Ketidaksiapan remaja menghadapi menarche akan cenderung bersikap negatif. Remaja yang mempersiapkan diri sejak awal akan cenderung bersikap positif

SIMPULAN

Hasil penelitian ini menunjukkan ada hubungan yang bermakna antara pengetahuan, kedekatan ibu dan pola asuh dengan dengan kesiapan remaja menghadapi menstruasi pertama (menarche) di SD 024 Tarai, Kota Pekanbaru. Anak perempuan yang memiliki pengetahuan yang baik, kedekatan ibu dan pola asuh yang baik cenderung lebih siap menghadapi menstruasi. Peran orang tua terutama ibu sangat penting dalam memberikan pengetahuan, dukungan, dan pola asuh yang baik kepada anak perempuan agar mereka lebih siap menghadapi menstruasi.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kepada LPPM Universitas Hang Tuah Pekanbaru.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Coast Ernestina Coast, Samantha R. Lattof, Joe Strong. (2019). Puberty and menstruation knowledge among young adolescents in low- and middle-income countries: a scoping review, *International Journal of Public Health* 64:293–304 <https://doi.org/10.1007/s00038-019-01209-0>.
- [2] WHO. (2018). International technical guidance on sexuality education An evidence-informed approach, Published by the United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization (UNESCO), 7, place de Fontenoy, 75352 Paris 07 SP, France.
- [3] Ravi Rama Ravi, Pankaj B. Shah, Shanthi Edward, Palani Gopal, B.W.C. Sathiyasekaran. (2017). Social impact of menstrual problems among adolescent school girls in rural Tamil Nadu, *International Journal of Adolescent Medicine and Health*, DOI: 10.1515/ijamh-2016-0088, Received: July 27, 2016.
- [4] Unicef and Unesco (2024). Building strong foundations what is foundational education for health and well-being? UNESCO's ISBN 978-92-3-100676-0.
- [5] Sommer Marni, Garazi Zulaika, Margaret L Schmitt, Samantha Khandakji, Kristin Neudorf, Leeat Gellis, Penelope A Phillips-Howard. (2020). *Journal of Global Health Report* Vol 4, 2020. Doi: 10.29392/001c.12105.
- [6] Long Jeanne L., Jacquelyn Haver, Pamela Mendoza and Selvia M. Vargas Kotasek. (2020). The More You Know, the Less You Stress: Menstrual Health Literacy in Schools Reduces Menstruation- Related Stress and Increases Self-Efficacy for Very Young Adolescent Girls in Mexico. *Global Women's Health*. Doi: 10.3389/fgwh.2022.859797.
- [7] Bull Jonathan R., Simon P. Rowland, Elina Berglund Scherwitzl, Raoul

- Scherwitzl, Kristina Gemzell Danielsson and Joyce Harper. (2019). Real-world menstrual cycle characteristics of more than 600,000 menstrual cycles. *Digital Medicine*, 2:83, doi.org/10.1038/s41746-019-0152-7.
- [8] Chandra-Mouli Venkatraman and Sheila Vipul Patel. (2017). Mapping the knowledge and understanding of menarche, menstrual hygiene and menstrual health among adolescent girls in low- and middle-income countries. *Reproductive Health*, 14:30. DOI 10.1186/s12978-017-0293-6.
- [9] Sommer Marni, Nana Ackatia-Armah, Susan Connolly and Dana Smiles. (2014). A comparison of the menstruation and education experiences of girls in Tanzania, Ghana, Cambodia and Ethiopia. *Compare: A Journal of Comparative and International Education*. DOI: 10.1080/03057925.2013.871399.
- [10] Venugopal Vidhya, Shanmugam Rekha, Krishnamoorthy Manikanda, Perumal Kamalakkannan Latha, Viswanathan Vennila, Nalini Ganesan, Perumal Kumaravel and Stephen Jeremiah Chinnadurai. (2016). Heat stress and inadequate sanitary facilities at workplaces ? an occupational health concern for women?. *Global Health Action*. Doi: 10.3402/gha.v9.31945.
- [11] Sundari Thirupura, Alfred J George and E Sinu. (2022). Psychosocial Problems of Adolescent Girls during Menstruation. *J Mental Health Educ*. 2022 April ; 3(2): 47-63.
- [12] Eijk Anna Maria van Eijk, M Sivakami, Mamita Bora Thakkar, Ashley Bauman, Kayla F Laserson, Susanne Coates, Penelope A Phillips-Howard. (2015). Menstrual hygiene management among adolescent girls in India: a systematic review and meta-analysis. *BMJ Open* 6: e010290. Doi: 10.1136/bmjopen-2015-010290.
- [13] Anggraeni Widya, Kurnia Indriyanti Purnama Sari. (2018). Hubungan Pengetahuan Remaja Tentang Menstruasi Dengan Tingkat Kecemasan Dalam Menghadapi Menarche Pada Siswi Kelas IV dan V SDI Darul Hikmah Krian Sidoarjo, *Nurse and Health: Jurnal Keperawatan*, 80-85.
- [14] Intaniza Nada, Nurhannifah Rizky Tampubolon, Bayhakki. (2022). Hubungan Antara Tingkat Pengetahuan Dengan Kecemasan Dalam Menghadapi Menarche Satu Tahun Pertama. *JUKEJ: Jurnal Kesehatan Jompa*, 120-129.
- [15] Etty Chiristina Roos, Elsarika Damanik, Julia Mahdalena Siahaan, Ervina Helen Sinurat. (2024). Hubungan Pengetahuan Dengan Kesiapan Menarche Pada Siswi Di SMP Negeri 1 Nainggolan Kabupaten Samosir. *Jurnal Health Reproductive*, 51-59.
- [16] Meinarisa, L. A. (2021). Hubungan Pengetahuan, Kedekatan Ibu dan Pola Asuh Terhadap Kesiapan Remaja Menghadapi Menstruasi Pertama (Menarche) di SMP Negeri 04, 06, dan 17 Kota Jambi. *Jurnal Ilmiah Ners Indonesia*, 99-107.
- [17] Mira Rizkia, S. T. (2019). Female Adolescents' Preparations, Knowledge, and Emotional Response toward Menarche: A Preliminary Study. *Comprehensive Child and Adolescent Nursing*, 108-114.
- [18] Mouli and Patel, V. C.-M. (2017). Mapping the knowledge and understanding of menarche, menstrual hygiene and menstrual health among adolescent girls in low- and middle-income countries. *Reproductive Health*, 1-16.