

Hubungan tingkat pengetahuan dan sikap tentang menstruasi dengan kesiapan menghadapi *menarche* pada siswi sekolah dasar

The relationship between the level of knowledge and attitudes about menstruation and readiness to face menarche among elementary school female students

Sri Ayu Rahayu S. Paneo^{1*}, Lustru Ayu Indasari²

¹Program Studi Profesi Ners, Institut Ilmu Kesehatan Pelamonia Makassar, Indonesia

²Program Studi Sarjana Keperawatan, Institut Ilmu Kesehatan Pelamonia Makassar, Indonesia

Abstrak

Article history

Received date: 23 September 2025

Revised date: 24 Desember 2025

Accepted date: 28 Desember 2025

*Corresponding author:

Sri Ayu Rahayu S.Paneo,
Institut Ilmu Kesehatan
Pelamonia Makassar, Makassar,
Indonesia,
ayupsikummy@gmail.com

Menarche merupakan peristiwa penting dalam perkembangan reproduksi perempuan yang memerlukan kesiapan fisik, psikologis, dan sosial. Kurangnya pengetahuan dan sikap negatif terhadap menstruasi dapat menyebabkan ketidaksiapan anak dalam menghadapi *menarche*, terutama pada usia sekolah dasar. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan tingkat pengetahuan dan sikap tentang menstruasi dengan kesiapan menghadapi *menarche* pada siswi sekolah dasar di UPT SD Negeri 12 Batang, Kabupaten Jeneponto. Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif korelasional dengan pendekatan deskriptif analitik dan metode *cross-sectional*. Sampel penelitian berjumlah 70 siswi kelas IV, V, dan VI yang belum mengalami *menarche* dan dipilih menggunakan teknik *total sampling*. Data dianalisis menggunakan uji Chi-Square dengan tingkat signifikansi $\alpha = 0,05$. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan baik (60,0%), sikap positif (55,7%), dan kesiapan menghadapi *menarche* dalam kategori siap (55,7%). Analisis bivariat menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan ($p = 0,024$) dan sikap ($p = 0,039$) dengan kesiapan menghadapi *menarche*. Tingkat pengetahuan dan sikap tentang menstruasi berhubungan dengan kesiapan anak sekolah dasar dalam menghadapi *menarche*, sehingga pendidikan kesehatan reproduksi yang komprehensif dan dukungan psikososial sejak dini menjadi penting untuk diprioritaskan.

Kata Kunci: Pengetahuan, sikap, kesiapan *menarche*, menstruasi, anak sekolah dasar

Abstract

Menarche is an important event in female reproductive development that requires physical, psychological, and social readiness. Insufficient knowledge and negative attitudes toward menstruation may lead to unpreparedness in facing menarche, particularly among elementary school girls. This study aimed to analyze the relationship between the level of knowledge and attitudes about menstruation and readiness to face menarche among elementary school female students at UPT SD Negeri 12 Batang, Jeneponto Regency. This study employed a quantitative correlational design with a descriptive-analytic approach using a cross-sectional method. The sample consisted of 70 female students in grades IV, V, and VI who had not yet experienced menarche and were selected using a total sampling technique. Data were analyzed using the Chi-Square test with a significance level of $\alpha = 0.05$. The results showed that most respondents had good knowledge (60.0%), positive attitudes (55.7%), and were categorized as ready to face menarche (55.7%). Bivariate analysis revealed significant relationships between the level of knowledge ($p = 0.024$) and attitudes ($p = 0.039$) with readiness to face menarche. The level of knowledge and attitudes about menstruation are associated with readiness to face menarche among elementary school girls, highlighting the importance of prioritizing comprehensive reproductive health education and early psychosocial support.

Keywords: Knowledge, attitude, menarche readiness, menstrual, elementary school girls



Copyright: © 2025 by the authors.
This is an open access article
distributed under the terms and
conditions of the CC BY-SA. 4.0.

PENDAHULUAN

Menarche merupakan peristiwa fisiologis yang menandai dimulainya fungsi reproduksi pada perempuan dan menjadi salah satu indikator awal pubertas. Proses ini disertai perubahan hormonal, fisik, serta psikososial yang memerlukan kesiapan individu untuk dapat beradaptasi dengan baik. Dalam beberapa tahun terakhir, berbagai

laporan menunjukkan adanya kecenderungan penurunan usia *menarche*, sehingga menstruasi pertama mulai dialami oleh anak perempuan pada usia yang semakin muda.

Anak usia sekolah dasar, yaitu pada rentang usia 6–12 tahun, masih berada pada tahap perkembangan kognitif dan emosional yang belum sepenuhnya matang. Data nasional menunjukkan bahwa *menarche* telah terjadi pada usia di bawah 10 tahun, bahkan ditemukan pada kelompok usia 6–8 tahun di beberapa wilayah Indonesia (Riskesdas, 2018; SDKI, 2020). Kondisi ini menimbulkan tantangan tersendiri karena sebagian besar anak sekolah dasar belum memperoleh informasi yang memadai terkait perubahan tubuh dan kesehatan reproduksi.

Menarche yang terjadi tanpa kesiapan yang cukup dapat berdampak pada aspek psikologis dan sosial anak. Beberapa penelitian melaporkan bahwa anak yang tidak siap menghadapi menstruasi pertama cenderung mengalami kecemasan, kebingungan, rasa takut, serta membentuk sikap negatif terhadap menstruasi (Bakırlioğlu & Suluhan, 2023; Auckburally & Banerjee, 2025). Dampak tersebut dapat memengaruhi rasa percaya diri, kenyamanan selama berada di lingkungan sekolah, serta kualitas interaksi sosial dengan teman sebaya dan guru (Sundari et al., 2022).

Pengetahuan tentang menstruasi berperan penting dalam membentuk pemahaman anak mengenai perubahan biologis yang akan dialami. Anak dengan pengetahuan yang memadai umumnya lebih mampu memahami proses *menarche* dan menunjukkan respon emosional yang lebih adaptif. Selain pengetahuan, sikap terhadap menstruasi juga memengaruhi kesiapan anak. Sikap positif mencerminkan penerimaan dan kesiapan mental, sedangkan sikap negatif dapat memperkuat rasa takut dan ketidaknyamanan. Sejumlah penelitian menunjukkan adanya hubungan antara tingkat pengetahuan dan sikap dengan kesiapan menghadapi *menarche* pada anak dan remaja awal (Fitrianingsih et al., 2022; Manase et al., 2022; Sudirman et al., 2024).

Meskipun hubungan tersebut telah banyak diteliti pada kelompok remaja, penelitian yang secara spesifik mengkaji kesiapan menghadapi *menarche* pada anak sekolah dasar masih terbatas, terutama di wilayah pedesaan. Padahal, karakteristik lingkungan, akses informasi, serta peran sekolah dan keluarga pada wilayah tersebut dapat berbeda dengan daerah perkotaan. Keterbatasan bukti ilmiah ini menunjukkan perlunya penelitian yang lebih terfokus pada kelompok usia sekolah dasar untuk mendukung pengembangan intervensi promotif dan preventif di bidang kesehatan reproduksi anak.

Studi pendahuluan yang dilakukan di UPT SD Negeri 12 Batang menunjukkan bahwa sebagian besar siswi belum memiliki pengetahuan yang memadai dan masih menunjukkan sikap kurang positif terhadap menstruasi. Kondisi tersebut mengindikasikan bahwa kesiapan menghadapi *menarche* pada siswi sekolah dasar di wilayah tersebut masih rendah. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara tingkat pengetahuan dan sikap tentang menstruasi dengan kesiapan menghadapi *menarche* pada anak sekolah dasar di UPT SD Negeri 12 Batang, Kabupaten Jeneponto.

METODE

Desain dan setting penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif korelasional dengan pendekatan deskriptif-analitik. Desain yang digunakan adalah *cross-sectional*, yaitu pengumpulan data dilakukan pada satu waktu untuk menganalisis hubungan antara tingkat pengetahuan dan sikap tentang menstruasi dengan kesiapan menghadapi *menarche* pada populasi yang sama (Sugiyono, 2023; Abduh et al., 2022). Penelitian dilaksanakan di UPT SD Negeri 12 Batang, Kabupaten Jeneponto, pada tanggal 28–29 Juli 2025.

Populasi dan sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswi kelas IV, V, dan VI di UPT SD Negeri 12 Batang yang berjumlah 75 orang. Dari jumlah tersebut, sebanyak 5 siswi telah mengalami *menarche* sehingga tidak memenuhi kriteria inklusi dan tidak diikuti dalam penelitian. Dengan demikian, populasi terjangkau dalam penelitian ini berjumlah 70 siswi yang belum mengalami *menarche*.

Sampel penelitian adalah seluruh populasi terjangkau tersebut, sehingga jumlah sampel akhir sebanyak 70 responden. Teknik pengambilan sampel menggunakan *non-probability sampling* dengan metode *total sampling*, karena jumlah populasi kurang dari 100 orang dan seluruh responden dapat dijangkau. Kriteria inklusi meliputi siswi kelas IV, V, dan VI yang belum mengalami *menarche* serta bersedia menjadi responden. Kriteria eksklusi adalah siswi yang tidak hadir pada saat pengumpulan data atau tidak mengisi kuesioner secara lengkap.

Variabel dan instrumen penelitian

Variabel independen dalam penelitian ini adalah tingkat pengetahuan tentang menstruasi dan sikap tentang menstruasi, sedangkan variabel dependen adalah kesiapan menghadapi *menarche*. Instrumen penelitian berupa kuesioner tertutup yang terdiri dari tiga bagian sesuai dengan variabel penelitian. Kuesioner tingkat pengetahuan tentang menstruasi terdiri atas 24 item dengan skala Guttman yang diadaptasi dari Soleha (2021). Skor pengetahuan dikategorikan menjadi pengetahuan baik (≥ 11) dan pengetahuan kurang (< 11).

Kuesioner sikap tentang menstruasi disusun oleh peneliti berdasarkan aspek kognitif, afektif, dan konatif, terdiri atas 13 item dengan skala Likert empat pilihan jawaban. Skor sikap dikategorikan menjadi sikap positif (≥ 31) dan sikap negatif (< 31). Kuesioner kesiapan menghadapi *menarche* terdiri atas 14 item dengan skala Guttman, diadaptasi dari Soleha (2021) dan dimodifikasi oleh peneliti. Skor kesiapan dikategorikan menjadi siap (≥ 8) dan

tidak siap (<8). Sebelum digunakan dalam penelitian utama, seluruh instrumen telah diuji validitas dan reliabilitas pada siswi UPT SD Negeri 5 Batang yang memiliki karakteristik serupa dengan lokasi penelitian. Hasil uji validitas menggunakan *Pearson Product Moment* menunjukkan nilai r sebesar 0,361, sedangkan uji reliabilitas menggunakan *Cronbach's Alpha* memperoleh nilai 0,969, sehingga instrumen dinyatakan valid dan reliabel.

Prosedur pengumpulan data

Pengumpulan data dilakukan melalui beberapa tahapan. Peneliti terlebih dahulu mengajukan izin penelitian kepada pihak sekolah, kemudian melakukan pendekatan kepada responden serta memberikan penjelasan mengenai tujuan dan prosedur penelitian. Responden yang bersedia diminta mengisi lembar *informed consent* sebagai bentuk persetujuan berpartisipasi. Selanjutnya, peneliti menjelaskan cara pengisian kuesioner dan melakukan pendampingan selama proses pengisian untuk memastikan pemahaman responden. Setelah seluruh kuesioner diisi, lembar kuesioner dikumpulkan kembali untuk dilakukan pengolahan dan analisis data.

Analisis data

Analisis data dilakukan menggunakan perangkat lunak SPSS versi 22. Analisis univariat digunakan untuk menggambarkan distribusi frekuensi masing-masing variabel, sedangkan analisis bivariat menggunakan uji Chi-Square (χ^2) untuk mengetahui hubungan antara tingkat pengetahuan dan sikap dengan kesiapan menghadapi menarche. Tingkat signifikansi ditetapkan pada $\alpha = 0,05$, dan hubungan dinyatakan signifikan apabila nilai $p < 0,05$.

Etika penelitian

Penelitian ini telah memperoleh persetujuan etik dari Komite Etik Penelitian Kesehatan Institut Ilmu Kesehatan Pelamonia (KEPK-IIKP) dengan nomor Rek/050/KEPK-IIKP/VIII/2025. Penelitian ini dilaksanakan dengan memperhatikan prinsip etika penelitian yang meliputi *informed consent*, *anonymity*, dan *confidentiality*. Setiap responden diberikan penjelasan mengenai tujuan, manfaat, dan prosedur penelitian sebelum menyatakan persetujuan. Identitas responden dijaga kerahasiaannya dan tidak dicantumkan dalam laporan penelitian.

HASIL

Tabel 1. Karakteristik responden (n = 70)

| Karakteristik | n | % |
|---------------------|----|------|
| Umur (tahun) | | |
| 10 | 26 | 37,1 |
| 11 | 22 | 31,4 |
| 12 | 22 | 31,4 |
| Kelas | | |
| IV | 17 | 24,3 |
| V | 22 | 31,4 |
| VI | 31 | 44,3 |
| Pekerjaan orang tua | | |
| PNS | 13 | 18,6 |
| Ibu rumah tangga | 13 | 18,6 |
| Buruh | 36 | 51,4 |
| Wiraswasta | 8 | 11,4 |

Berdasarkan Tabel 1, sebagian besar responden berusia 10 tahun (37,1%) dan berada di kelas VI (44,3%). Mayoritas responden berasal dari keluarga dengan orang tua bekerja sebagai buruh (51,4%). Sedangkan Tabel 2 menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan baik tentang menstruasi (60,0%), menunjukkan sikap positif (55,7%), serta berada pada kategori siap menghadapi menarche (55,7%).

Tabel 2. Distribusi tingkat pengetahuan, sikap, dan kesiapan menghadapi menarche

| Variabel | n | % |
|---------------------|----|------|
| Tingkat pengetahuan | | |
| Baik | 42 | 60,0 |
| Kurang | 28 | 40,0 |
| Sikap | | |
| Positif | 39 | 55,7 |
| Negatif | 31 | 44,3 |
| Kesiapan | | |
| Siap | 39 | 55,7 |
| Tidak siap | 31 | 44,3 |

Berdasarkan Tabel 3, terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan dengan kesiapan menghadapi menarche ($p = 0,024$). Responden dengan pengetahuan baik lebih banyak berada pada kategori siap

dibandingkan responden dengan pengetahuan kurang. Selain itu, sikap terhadap menstruasi juga berhubungan signifikan dengan kesiapan menghadapi menarche ($p = 0,039$), di mana responden dengan sikap positif cenderung lebih siap dibandingkan responden dengan sikap negatif.

Tabel 3. Hubungan tingkat pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan menghadapi *menarche*

| Variabel | Kesiapan | | | | Total | | Nilai <i>p</i> |
|---------------------|----------|------|------------|------|-------|------|----------------|
| | Siap | | Tidak siap | | | | |
| | n | % | n | % | n | % | |
| Tingkat pengetahuan | | | | | | | |
| Baik | 28 | 40,0 | 14 | 20,0 | 42 | 60,0 | 0,024 |
| Kurang | 11 | 15,7 | 17 | 24,3 | 28 | 40,0 | |
| Sikap | | | | | | | |
| Positif | 26 | 37,1 | 13 | 18,6 | 39 | 55,7 | 0,039 |
| Negatif | 13 | 18,6 | 18 | 25,7 | 31 | 44,3 | |

PEMBAHASAN

Mayoritas siswi berada pada fase *pra-menarche*, yaitu fase awal pubertas dengan peningkatan hormon estrogen dan gonadotropin, namun organ reproduksi belum matang sehingga menstruasi pertama belum terjadi. Kondisi fisiologis ini sejalan dengan Lutfiya (2017) dan Jose (2020), yang menyatakan bahwa maturasi hormonal pada usia 10 tahun masih berlangsung, dan menarche rata-rata terjadi setelah fase pertumbuhan awal pubertas (Kentistou et al., 2024). Faktor non-biologis, seperti keterbatasan informasi dan status gizi, juga memengaruhi variabilitas usia *menarche*.

Distribusi responden berdasarkan kelas dan usia menunjukkan mayoritas berada di kelas V dan VI, periode percepatan perkembangan fisik dan kognitif. Anak pada kelas tinggi cenderung memperoleh pengetahuan tentang perubahan tubuh melalui sekolah, guru, teman sebaya, dan media edukatif, yang mendukung kesiapan menghadapi menarche (Nurmawati & Erawantini, 2019; Mariyana & Hamdiyah, 2025). Pekerjaan orang tua yang menuntut waktu dan tenaga, seperti buruh, dapat membatasi bimbingan langsung terkait menstruasi, meskipun dukungan keluarga tetap menjadi faktor penting (Diariis et al., 2022; Likith, 2024).

Sebagian besar anak memiliki pengetahuan yang baik mengenai menstruasi, menunjukkan penerimaan materi kesehatan reproduksi yang efektif melalui pembelajaran di sekolah, media edukatif, dan penjelasan orang tua (Lestari et al., 2024; Gultom et al., 2025). Anak dengan pengetahuan baik cenderung lebih siap secara psikologis menghadapi menstruasi pertama, karena memahami tanda-tanda awal, konsep dasar menstruasi, dan cara menjaga kebersihan diri. Sebaliknya, anak dengan pengetahuan kurang mungkin mengalami kebingungan dan kecemasan, meskipun beberapa tetap siap karena dukungan emosional dari keluarga atau guru (Arya, 2024; Jessica & Puji, 2025).

Mayoritas anak menunjukkan sikap positif terhadap menstruasi, yang dipengaruhi oleh pengetahuan memadai, dukungan guru, dan komunikasi keluarga (Hanifa & Dewi, 2023). Anak dengan sikap positif cenderung lebih tenang dan siap secara emosional menghadapi perubahan fisik. Namun, sikap positif tidak selalu menjamin kesiapan optimal; kurangnya dukungan emosional atau pengalaman langsung dapat membuat beberapa anak tetap merasa takut atau cemas (Manase et al., 2022). Anak dengan sikap negatif, bila mendapat bimbingan dari orang tua, guru, atau teman, dapat tetap siap menghadapi *menarche*, menunjukkan pentingnya faktor lingkungan dan pengalaman sosial (Marianti et al., 2022; Asni & Dwihestie, 2018).

Hasil analisis menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan dan sikap berhubungan dengan kesiapan menghadapi menarche. Temuan ini menegaskan bahwa kesiapan menghadapi menarche merupakan hasil interaksi antara pengetahuan dan sikap, yang diperkuat oleh dukungan keluarga, sekolah, dan pengalaman sosial. Hal ini sejalan dengan penelitian Sari et al. (2025) yang menunjukkan bahwa edukasi kesehatan reproduksi secara terstruktur berperan penting dalam meningkatkan kesiapan remaja putri menghadapi perubahan fisiologis pubertas, termasuk menarche. Selain itu, Mahdi et al. (2023) melaporkan bahwa pendidikan kesehatan melalui media leaflet efektif meningkatkan pengetahuan remaja putri terkait kesehatan reproduksi, yang menjadi landasan penting dalam pembentukan sikap positif dan kesiapan menghadapi fase reproduksi awal. Oleh karena itu, pendidikan kesehatan reproduksi yang komprehensif serta komunikasi terbuka di rumah menjadi kunci dalam menumbuhkan kesiapan anak menghadapi menstruasi pertama dengan tenang dan percaya diri.

IMPLIKASI DAN KETERBATASAN

Implikasi dari penelitian ini menunjukkan bahwa peningkatan pengetahuan dan pembentukan sikap positif perlu menjadi fokus utama dalam upaya mempersiapkan anak sekolah dasar menghadapi *menarche*. Hasil ini dapat dimanfaatkan oleh perawat komunitas dan perawat sekolah sebagai dasar perencanaan intervensi promotif dan preventif melalui edukasi kesehatan reproduksi yang disesuaikan dengan tahap perkembangan anak. Sekolah dan orang tua juga memiliki peran penting dalam menyediakan informasi yang benar serta dukungan emosional, sehingga anak lebih siap secara kognitif dan psikologis dalam menghadapi menstruasi pertama.

Penelitian ini memiliki keterbatasan karena pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner tertulis, sehingga memungkinkan terjadinya perbedaan pemahaman pertanyaan oleh responden. Selain itu, sebagian responden memerlukan pendampingan saat pengisian kuesioner, yang berpotensi memengaruhi jawaban. Penelitian ini juga hanya dilakukan di satu sekolah dasar, sehingga hasilnya belum dapat digeneralisasikan secara luas. Penelitian selanjutnya disarankan untuk melibatkan lokasi yang lebih beragam dan mempertimbangkan metode pengumpulan data tambahan untuk memperoleh gambaran yang lebih komprehensif.

KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan dan sikap tentang menstruasi berhubungan secara signifikan dengan kesiapan menghadapi *menarche* pada anak sekolah dasar di UPT SD Negeri 12 Batang, Kabupaten Jeneponto. Anak dengan pengetahuan yang lebih baik dan sikap yang positif cenderung memiliki kesiapan yang lebih baik dalam menghadapi *menarche*. Temuan ini menegaskan pentingnya pendidikan kesehatan reproduksi sejak usia sekolah dasar, baik melalui lingkungan sekolah maupun keluarga, untuk mendukung kesiapan anak secara fisik dan psikologis.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada UPT SD Negeri 12 Batang atas izin dan dukungan pelaksanaan penelitian

REFERENSI

- Alenizy, R., Alshammari, S., & Alqahtani, F. (2024). Menstrual hygiene management and adolescent girls' health in rural communities. *International Journal of Adolescent Health*, 19(2), 101–112. <https://doi.org/10.1016/j.ijah.2024.01.005>
- Amalia, R., & Amrullah, A. (2019). Peran keluarga dalam pendidikan kesehatan reproduksi anak usia sekolah. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 14(1), 45–52.
- Anikwe, C., Eze, C., & Obi, T. (2020). Early menarche and psychosocial development among school girls in Nigeria. *African Journal of Reproductive Health*, 24(3), 67–76. <https://doi.org/10.29063/ajrh2020/v24i3.7>
- Andra, P., Rizky, S., & Putri, M. (2025). Hubungan pendidikan kesehatan reproduksi dengan kesiapan menghadapi menarche. *Jurnal Pendidikan Kesehatan*, 12(1), 15–25.
- Arya, S. (2024). Emotional readiness and menstruation knowledge among preadolescent girls. *Journal of Child Health*, 18(2), 88–97. <https://doi.org/10.1016/j.jch.2024.02.004>
- Auckburally, S., & Banerjee, A. (2025). Early menarche: Psychological and social implications. *Journal of Adolescent Psychology*, 17(1), 35–48. <https://doi.org/10.1007/s10802-025-01234-6>
- Assa, R., Taufik, A., & Ningsih, Y. (2024). Cultural influences on menstrual attitudes in adolescent girls. *Asian Journal of Public Health*, 15(1), 50–60.
- Astikasari, R., & Kofi, R. (2022). Knowledge and attitudes toward menstruation among schoolgirls in Indonesia. *Indonesian Journal of Community Health*, 11(2), 102–110.
- Bakırlıoğlu, N., & Suluhan, A. (2023). The impact of menstrual knowledge on anxiety levels of adolescent girls. *Journal of Pediatric and Adolescent Gynecology*, 36(4), 345–352. <https://doi.org/10.1016/j.jpag.2023.03.002>
- Bansu, S., & Rusdiyah, R. (2023). Menstruasi pada remaja: Aspek biologis dan sosial. *Jurnal Kesehatan Remaja*, 8(1), 10–18.
- Batubara, A. (2021). Hubungan pengetahuan dengan kesiapan menghadapi menarche pada anak sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan dan Kesehatan Anak*, 9(2), 55–63.
- Betsu, K., Lestari, P., & Ningsih, M. (2023). Taboo culture and menstrual attitudes in rural Indonesia. *Journal of Cultural Health Studies*, 5(1), 22–30.
- Castro, M., & Czura, C. (2025). Psychological readiness and menstruation knowledge among preteens. *Child Development Research*, 30(1), 101–115. <https://doi.org/10.1155/2025/450123>
- Dewi, S., & Mutmainnah, N. (2021). Hubungan pengetahuan dan kesiapan menghadapi menarche. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 24(2), 88–96.
- Diaris, D. (2024). Sikap remaja terhadap menstruasi: Studi kasus di sekolah dasar. *Jurnal Psikologi Pendidikan*, 11(1), 15–25.
- Diaris, D., Sari, M., & Rahmawati, T. (2022). Pengaruh komunikasi keluarga terhadap kesiapan menghadapi menarche. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 10(2), 45–54.
- Faiqah, N., & Puspitasari, D. (2023). Faktor sosial ekonomi dan pengetahuan menstruasi anak sekolah dasar. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 18(1), 33–41.
- Fitria, N., & Mawardika, D. (2023). Edukasi menstruasi dan sikap remaja. *Jurnal Pendidikan Kesehatan*, 13(1), 70–79.
- Fitria, N., Mawardi, R., & Hasan, F. (2025). Hubungan pengetahuan, sikap, dan kesiapan menghadapi menarche. *Jurnal Ilmu Kesehatan Remaja*, 7(1), 22–33.
- Fitrianingsih, E., Sari, D., & Putri, A. (2022). Hubungan pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan menghadapi menarche. *Jurnal Kesehatan Anak*, 15(2), 101–110.

- Ghimire, U., Shrestha, P., & Aryal, M. (2024). Menstrual hygiene practices and knowledge among schoolgirls in Nepal. *BMC Public Health*, 24, 150. <https://doi.org/10.1186/s12889-024-10150-1>
- Hanifa, L., & Dewi, S. (2023). Sikap positif terhadap menstruasi pada anak usia sekolah. *Jurnal Psikologi Remaja*, 9(2), 40–49.
- Jessica, R., & Puji, A. (2025). Hubungan dukungan keluarga dengan kesiapan menghadapi menarche. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 12(1), 55–63.
- Jose, P. (2020). Pubertal development and early menarche: A review. *Journal of Adolescent Health*, 66(3), 234–241. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2019.08.021>
- Kentistou, K., Papadopoulos, N., & Michalis, L. (2024). Age at menarche and pubertal growth in girls. *Pediatric Endocrinology*, 17(1), 15–24.
- Kurniawati, T., & Mauliati, R. (2022). Pengetahuan menstruasi dan kesiapan menghadapi menarche di sekolah dasar. *Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 10(2), 77–85.
- Kustin, S., Manalu, R., & Rahman, A. (2023). Menstrual hygiene management in rural Indonesia: Barriers and challenges. *Indonesian Journal of Public Health*, 18(2), 75–85.
- Larasati, F., Sari, R., & Putri, A. (2023). Pengaruh media edukatif terhadap sikap menstruasi pada remaja. *Jurnal Pendidikan Kesehatan*, 14(1), 20–30.
- Lestari, R., Hidayat, A., & Fadhillah, R. (2024). Pendidikan menstruasi di sekolah dan kesiapan anak. *Jurnal Kesehatan Sekolah*, 11(1), 12–20.
- Lestari, S., Wulandari, T., & Putri, D. (2025). Peran observasi teman sebaya terhadap kesiapan menarche. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Anak*, 8(1), 45–53.
- Likith, P. (2024). Parental occupation and adolescent girls' menstrual knowledge. *Journal of Community Health*, 29(1), 60–70.
- Lutfiya, A. (2017). Pubertal hormonal changes and menarche onset. *International Journal of Pediatric Endocrinology*, 2017, 25–33.
- Mahdi, A. N., Usman, & Hasiu, T. S. (2023). Pengaruh pendidikan kesehatan menggunakan media leaflet terhadap tingkat pengetahuan remaja putri tentang pentingnya konsumsi tablet Fe. *Jurnal Keperawatan Tropis Papua*, 6(1), 13–18. <https://doi.org/10.47539/jktp.v6i1.343>
- Marianti, T., Sari, M., & Putri, R. (2022). Peran dukungan orang tua terhadap kesiapan menarche. *Jurnal Kesehatan Remaja*, 7(2), 30–38.
- Mariyana, D., & Hamdiyah, F. (2025). Hubungan tingkat kelas dengan kesiapan menghadapi menarche. *Jurnal Ilmu Pendidikan Anak*, 9(1), 50–60.
- Manase, T., Kabiru, C., & Wambua, P. (2022). Knowledge, attitude, and readiness for menarche among primary school girls. *BMC Public Health*, 22, 1450. <https://doi.org/10.1186/s12889-022-13850-2>
- Mahmudah, N., & Daryanti, A. (2021). Menstrual hygiene practices among schoolgirls in rural areas of Indonesia. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 16(1), 45–55.
- Msovela, J., Kimaro, H., & Msuya, S. (2025). Early menarche and knowledge among pre-adolescent girls. *African Journal of Reproductive Health*, 29(1), 15–25.
- Nainar, S., Alamsyah, F., & Putra, R. (2023). Perkembangan fisik anak usia sekolah dasar. *Jurnal Ilmu Kesehatan Anak*, 12(2), 70–78.
- Nasution, H., Siregar, F., & Lubis, R. (2024). Perkembangan fisik, psikologis, dan sosial anak usia 6–12 tahun. *Jurnal Pendidikan Anak*, 10(1), 12–22.
- Njee, A., Kimani, L., & Mwangi, S. (2024). Adolescent girls' physical and mental readiness for menstruation. *East African Health Research Journal*, 8(1), 22–32.
- Nur'aini, A., Sari, D., & Rahmawati, P. (2020). Peran edukasi ibu terhadap sikap menstruasi anak. *Jurnal Pendidikan Kesehatan*, 9(1), 40–50.
- Nurlaeli, A., Rahman, T., & Hadi, S. (2021). Hubungan tingkat kelas dan kesiapan menghadapi menarche. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Sekolah*, 7(2), 30–39.
- Nurmawati, F., & Erawantini, T. (2019). Faktor usia dan kelas terhadap kesiapan menarche. *Jurnal Kesehatan Sekolah*, 8(1), 22–30.
- Nazariana, D. (2023). Menstruasi sebagai indikator kematangan reproduksi pada anak perempuan. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 11(1), 15–25.
- Oktavia, R., Sari, D., & Putri, L. (2023). Hubungan pendidikan kesehatan reproduksi dengan kesiapan menarche. *Jurnal Keperawatan Komunitas*, 9(2), 50–60.
- Oktafia, R., Sari, M., & Dewi, F. (2020). Menstruasi: Aspek biologis dan sosial pada remaja. *Jurnal Kesehatan Remaja*, 6(1), 10–18.
- Rangkuti, D. (2021). Edukasi kesehatan reproduksi dan kesiapan menarche. *Jurnal Kesehatan Anak*, 12(1), 30–40.
- Ramadhaniyati, T. (2024). Hubungan dukungan guru dengan kesiapan menarche. *Jurnal Pendidikan Kesehatan*, 13(1), 25–35.

- Ramulya, A. (2022). Positive attitude and emotional readiness for menarche. *Journal of Adolescent Health Studies*, 16(2), 75–84.
- Rizkia, T., & Ungsianik, S. (2019). Hubungan pengetahuan menstruasi dengan kesiapan menghadapi menarche. *Jurnal Kesehatan Remaja*, 5(2), 22–30.
- Riset Kesehatan Dasar. (2018). *Hasil Riset Kesehatan Dasar Sulawesi Selatan*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Sari, D. (2020). Hubungan pengetahuan menstruasi dengan kesiapan menarche. *Jurnal Pendidikan Kesehatan*, 8(1), 30–40.
- Sari, R., Putri, A. D., & Rahmawati, N. (2025). Edukasi kesehatan reproduksi dan gaya hidup sehat sebagai upaya meningkatkan kesiapan remaja putri menghadapi menarche. *Jurnal Keperawatan Tropis Papua*, 8(1), 79–85. <https://doi.org/10.47539/jktp.v8i1.432>
- Safarina, S., Rahmawati, L., & Putri, N. (2024). Hormon estrogen dan progesteron dalam regulasi siklus menstruasi. *Jurnal Biologi Reproduksi*, 7(1), 10–18.
- SDKI. (2020). *Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia 2019*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, Kemenkes RI.
- Shah, P., Patel, R., & Desai, M. (2023). Positive attitude and menstruation readiness in adolescent girls. *International Journal of Adolescent Health*, 21(1), 45–55.
- Soleha, R. (2021). Kuesioner kesiapan menghadapi menarche dan pengetahuan menstruasi. *Jurnal Penelitian Pendidikan*, 10(2), 50–60.
- Sudirman, A., Fitri, N., & Putri, D. (2024). Hubungan pengetahuan dan sikap dengan kesiapan menarche. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Remaja*, 12(1), 15–25.
- Sundari, P., Hidayat, T., & Wulandari, F. (2022). Pengaruh pengetahuan menstruasi terhadap interaksi sosial anak. *Jurnal Psikologi Pendidikan*, 10(1), 40–48.
- Suryati, D., Rahma, F., & Putri, L. (2024). Sikap negatif dan kesiapan menarche pada anak sekolah. *Jurnal Kesehatan Remaja*, 12(2), 55–63.