



Research Articles

**PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN TERHADAP KESIAPAN
MENARCHE SISWI KELAS V DAN VI DI SEKOLAH DASAR
NEGERI 1 KONDA*****The Effect of Health Education on Menarche Readiness of Class V and VI
Students at SD Negeri 1 Konda***Jessi Nulvah Sripatni ^{1,2}, Andriyani ^{2*}, Anoluthfa ²

- 1) Prodi S1 Kebidanan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Pelita Ibu Kendari, Sulawesi Tenggara - Indonesia
- 2) Prodi Diploma III Kebidanan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Pelita Ibu, Sulawesi Tenggara - Indonesia
- 3) Puskesmas Konda, Sulawesi Tenggara, Indonesia.

*Corresponding author: kikidhilaira@gmail.com

Manuscript received: 10 Mei 2023. Accepted: 25 Mei 2023

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui secara umum Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Kesiapan *Menarche* Siswi Kelas V dan VI Di Sekolah Dasar Negeri 1 Konda Penelitian ini menggunakan metode penelitian *pre dan post eksperimen*. Dengan sampel berjumlah 37 responden. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden tidak siap menghadapi *menarche* yaitu 10 orang (27.03%) dan setelah dilakukan perlakuan yaitu pemberian Pendidikan kesehatan dengan metode penyuluhan mengalami peningkatan jumlah siswa yang siap menghadapi *menarche* yaitu menjadi 27 siswi (72.97%). Diketahui hasil ringkasan statistic lainnya juga di jelaskan bahwa hasil *McNemar Test* nilai $0.000 < 0.05$, berarti pemberian Pendidikan kesehatan berpengaruh Terhadap Kesiapan Siswa dalam menghadapi *Menarche*. Dan diketahui nilai $Z_{hitung} > Z_{tabel}$ yaitu $4.690 < 0.475$ atau $0.00 < 1.96$ dan nilai *Exact Sig. (2-tailed)* sama dengan 0.000 maka H_0 ditolak, dengan interpretasi. Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka dapat disimpulkan Terdapat pengaruh penyuluhan terhadap Pendidikan kesehatan terhadap kesiapan siswi SDN 1 Konda dalam menghadapi *Menarche*

Kata kunci: Pendidikan Kesehatan dan *Menarche***ABSTRACT**

This study aims to determine in general the effect of health education on the readiness of menarche for grade V and VI students in Konda State Elementary School 1 This study uses pre and post experimental research methods. With a sample of 37 respondents. The results showed that most respondents were not ready to face menarche, namely 10 people (27.03%) and after treatment, namely the provision of health education with counseling methods, there was an increase in the number of students who were ready to face menarche, namely to 27 female students (72.97%). It is known that the results of other statistical summaries are also explained that the results of the *McNemar Test* value of $0.000 < 0.05$, means that the provision of health education affects student readiness in facing *Menarche*. And it is known that the value of $Z_{calculate} > Z_{table}$ which is $4.690 < 0.475$ or $0.00 < 1.96$ and the value of *Exact Sig. (2-tailed)* is equal to 0.000 then H_0 is rejected, with interpretation. Based on the results of research and discussion, it can be concluded that there is an influence of counseling on health education on the readiness of SDN 1 Konda students in facing *Menarche*

Keyword: Health Education and *Menarche*

PENDAHULUAN

Penduduk dunia sebagian besar berada pada usia remaja. *World Health Organization* mendefinisikan rentang usia remaja adalah 10-19 tahun remaja atau dalam istilah asing yaitu *adolescence* yang berarti tumbuh kearah kematangan. Remaja adalah seseorang yang memiliki rentang usia 10- 19 tahun. Remaja adalah masa dimana tanda-tanda seksual sekunder seseorang sudah berkembang dan mencapai kematangan seksual. Remaja juga mengalami kematangan secara fisik, psikologis, maupun sosial (Sawyer *et al.*, 2018).

Menurut Peraturan Menteri Kesehatan RI nomor 25 tahun 2014, remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-18 tahun (Kemenkes RI, 2014). Sementara itu, menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN), rentang usia remaja adalah 10-24 tahun dan belum menikah. Berdasarkan proyeksi Badan Perencanaan Pembangunan Nasional (Bappenas), jumlah remaja Indonesia pada tahun 2018 mencapai 66,94 juta jiwa. Jumlah remaja perempuan di Indonesia tercatat 32.737.062 jiwa (Survey Demografi Kesehatan Indonesia, 2017).

Anak perempuan pada usia tertentu akan mencapai tahapan kematangan biologis pada organ - organ seksual, yang ditandai dengan haid pertama atau disebut menarche. Berdasarkan hasil Riskesdas tahun 2018 terdapat sekitar 5,2% anak-anak di Indonesia memasuki usia menarche dibawah usia 12 tahun dan sebesar 25,3% remaja putri mengalami *menarche* pada usia menjelang 12 tahun, Standar kehidupan yang semakin membaik, memberikan dampak pada penurunan usia *menarche* ke usia yang lebih muda (*menarche* dini). Indonesia menempati urutan ke-15 dari 67 negara dengan penurunan usia *menarche* mencapai 0,145 tahun per dekade. Pergeseran usia *menarche* ke usia yang lebih muda, akan menyebabkan remaja putri mengalami dampak stres emosional (Kemenkes, 2018).

Berdasarkan hasil sensus penduduk populasi penduduk di Provinsi Sulawesi Tenggara remaja putri Pada tiga tahun terakhir yang di rekapitulasi dari data laporan Badan Pusat Statistik (BPS) dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 1 Rekapitulasi remaja putri dan usia *menarche* lima tahun terakhir di Provinsi Sulawesi Tenggara

Remaja Putri (10-19 Tahun)				
No	Tahun	Remaja Putri	Menarche (10-12 Tahun)	Persentase (%)
1	2018	209.468	88.749	42.37
2	2019	212.229	90.932	42.85
3	2020	228.281	106.571	46.68
4	2021	239.486	118.662	49.55
5	2022	209.037	121.781	58.26

Sumber: Badan Pusat Statistik Provinsi Sulawesi Tenggara, (2018-2022).

Dari tabel di atas diketahui bahwa terdapat peningkatan jumlah populasi remaja putri di Provinsi Sulawesi Tenggara dan meningkatnya remaja putri dengan usia *menarche* untuk setiap tahunnya.

Tabel 2 Rekapitulasi remaja putri dan usia *menarche* lima tahun terakhir di Kabupaten Konawe Selatan

Remaja Putri (10-19 Tahun)				
No	Tahun	Remaja Putri	Menarche (10-12 Tahun)	Persentase (%)
1	2018	14112	5121	36.29
2	2019	13321	4112	30.87
3	2020	14136	4401	31.13
4	2021	15020	5600	37.28
5	2022	15821	5373	33.96

Sumber: Badan Pusat Statistik Kabupaten Konawe Selatan, (2018-2022).

Dari tabel di atas diketahui bahwa terdapat peningkatan jumlah populasi remaja putri di Kabupaten Konawe Selatan dan ditemukan peningkatan pula jumlah remaja umur *menarche* untuk setiap tahunnya.

Tabel 3 Rekapitulasi Data Siswi kelas V dan VI lima tahun terkahir

No	Tahun	Jumlah Siswi Berdasarkan Kelas				Total Siswa
		V	Persentase	VI	Persentase	
1	2018	15	60.00	10	40.00	25
2	2019	16	51.61	15	48.39	31
3	2020	20	55.56	16	44.44	36
4	2021	18	47.37	20	52.63	38
5	2022	19	51.35	18	48.65	37

Sumber: SD Negeri 1 Konda, (2018-2022).

Berdasarkan table 1.3 di atas di jelaskan bahwa terdapat 37 jumlah siswi kelas 5 dan 6 untuk tahun 2022 dimana jumlah siswi kelas 5 berjumlah 19 (51.35%) dan siswi kelas 6 berjumlah 18 (48.65%), Kesiapan menghadapi *menarche* pada remaja putri dapat dilakukan dengan cara memberikan informasi dan perhatian yang baik sehingga remaja putri akan lebih tenang dan siap menghadapi *menarche*. (SD Negeri 1 Konda, 2022).

Setiap remaja mempunyai karakteristik yang berbeda-beda dalam menerima perubahan biologis semasa remaja yaitu mulai tumbuhnya kematangan, baik kematangan fisik maupun kematangan sosial-psikologis. Seiring dengan perkembangan biologis, maka pada usia tertentu seseorang akan mencapai tahapan kematangan organ-organ seks, yang ditandai dengan haid pertama atau yang disebut *menarche* (Arisani dan Wahyuni, 2019).

Penelitian sebelumnya juga dilakukan oleh Susanti (2017) Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Usia *Menarche* Pada Siswi Kelas VIII MTsN 1 Bukittinggi, hasil penelitian diketahui 1) Pengetahuan Tentang Gejala *Menarche*, dari hasil wawancara didapatkan kategori yaitu sakit perut, emosional, malu dan tidak nyaman. 2). Pengaruh Genetik, dari hasil wawancara didapatkan kata kunci 12 tahun, yaitu partisipan memiliki umur yang sama dengan ibunya saat mendapatkan *menarche*. 3) Status gizi dari hasil yang diperoleh dari data demografi menunjukkan bahwa partisipan mempunyai Indeks Masa Tubuh (IMT) Yang normal, diketahuinya bahwa nutrisi mempengaruhi kematangan seksual pada remaja yang mendapatkan menstruasi. 4) Kebiasaan sehari-hari dan Aktivitas Menonton tv, kegiatan partisipan yang dilakukan setiap harinya adalah belajar, membantu orang tua, dan menonton televisi

Peneliti sebelumnya oleh Devi Partika Sari (2019) dengan judul Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Early *Menarche* Pada Siswi Sekolah Dasar Kelurahan Lapadde Kota Parepare diketahui bahwa keadaan status gizi yang normal dan keadaan status gizi yang tidak normal atau obesitas itu mempengaruhi terjadinya erlay *menarche* karena asupan gizi yang kurang menyebabkan gizi pada seseorang akan berdampak pada penurunan fungsi reproduksi.

Umumnya 19,4% remaja mulai mengalami *menarche* pada usia 11-12 tahun *Menarche* dapat menimbulkan perubahan psikologis bagi remaja putri berupa emosional, yaitu perasaan cemas atas dasar ketidaktahuan dengan perubahan yang di anggap baru (Trismiyana, Italia dan Zofitri, 2020). Berdasarkan hasil wawancara dengan Guru didapatkan informasi bahwa sebagian dari siswi Kelas VI dan V belum mengetahui tentang *menarche* (haid pertama) dimana hal tersebut masih dianggap tabu oleh orang tua untuk diperbincangkan pada anak-anak mereka dan juga sekolah belum memberikan pelajaran mengenai kesehatan reproduksi khususnya mengenai *menarche*. Sehingga peneliti pun melakukan wawancara kepada 6 siswi dan didapatkan hasil sebanyak 1 siswi yang mengaku belum siap untuk menghadapi *menarche* (haid pertama), 2 (dua) siswi yang mengatakan takut hamil dan takut diejek dan 3 siswi yang mengatakan merasa malu untuk mengalami *menarche* (SD Negeri 1 Konda, 2022). Berdasarkan data dan beberapa penelitian terdahulu yang di ulas untuk sebagai dasar penulis untuk melakukan penelitian dengan Judul Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Kesiapan *Menarche* Siswi Kelas V dan VI di Sekolah Dasar Negeri 1 Konda.

BAHAN DAN METODE

Penelitian ini menggunakan metode penelitian *pre eksperimen*. Desain penelitian yang digunakan adalah *One-Grup Pretest-Posttest*, Dalam desain penelitian ini digunakan metode penyuluhan kelompok. (Sugiyono, 2019). Penelitian ini dilaksanakan di Sekolah Dasar Negeri 1 Konda Kabupaten Konawe Selatan, pada bulan Desember 2022 sampai dengan Januari 2023. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 37 siswi yang terdiri dari kelas V berjumlah 19 siswi dan kelas VI Berjumlah 18 orang siswi dan Sampel dalam penelitian ini adalah siswi SD Negeri 1 Konda kelas V dan VI yang keseluruhan jumlahnya adalah 37 orang siswi. Metode pengambilan sampel menggunakan *Total Sampling*. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner yang mana sebelumnya dilakukan uji validitas dan reabilitas sebagai prasarat kelayakan untuk dilakukan penelitian.

HASIL PENELITIAN

Berdasarkan hasil uji asumsi klasik, terlihat bahwa kedua kelompok data tidak berasal dari populasi yang berdistribusi normal walaupun varians keduanya menunjukkan populasi yang homogen. Oleh karena itu, jenis analisis datanya menggunakan analisis statistik nonparametris untuk komparasi dua sampel yang dependen. Dalam hal ini, metode analisis yang digunakan adalah *Uji Mc Nemar* (Mc Nemar Test).

Tabel 4 Distribusi Pengaruh pemberian Pendidikan Kesehatan terhadap Kesiapan Menghadapi Menarche.

Pemberian Pendidikan Kesehatan	Kesiapan Mneghadapi Menarche				Jumlah	Tes Statistics Sig. (2-tailed)		Mean
	Belum Siap		Siap			Mc Nemar	Z	
	f	%	f	%				
Sebelum	32	86.49	5	13.51	37	0.000	0.000	0.135
Sesudah	10	27.03	27	72.97				0.730

Sumber: Data primer tahun 2023

Dari tabel di atas dapat dijelaskan bahwa hasil *McNemar Test* nilai $0.000 < 0.05$, berarti Pendidikan kesehatan berpengaruh Terhadap Kesiapan Siswa dalam menghadapi Menarche. Selanjutnya mencari nilai Z tabel (tabel distribusi Z) dengan taraf kepercayaan 5%, karena kita menggunakan uji 2 sisi maka 5% dibagi 2 sama dengan 2.5%. Jadi luas kurva normal $50\% - 2.5\% = 47.5\%$ atau 0.475. Sehingga kita dapat nilai Z tabel pada uji dua sisi untuk luas 0.475 diperoleh angka Z tabel sekitar kurang lebih 1.96. Dari hasil perhitungan $Z_{hitung} < Z_{tabel}$ dan nilai signifikan < 0.05 , atau $0.00 < 1.96$ dan nilai *Exact Sig. (2-tailed)* sama dengan 0.000 maka H_0 ditolak, dengan interprestasi dinyatakan ada pengaruh signifikan dari hasil pemberian perlakuan.

Tabel 5 Distribusi Rata-Rata Peningkatan Pengaruh pemberian Pendidikan Kesehatan terhadap Kesiapan Menghadapi Menarche

Responen (n)	Rata-Rata Pengetahuan	
	Sebelum	Sesudah
37	0.1351	0.7297

Hasil ringkasan statistic deskriptif dari kedua data pretest dan post test Nilai Rata untuk Pemberian perlakuan mengalami peningkatan rata-rata kesiapan siswa dalam menghadapi *menarche* yaitu sebelumnya 0.1351 meningkat menjadi 0.7297.

PEMBAHASAN

Dari pengambilan data awal pada responden di temukan sebelum dilakukan perlakuan diketahui kesiapan menghadapi *menarche* berjumlah 5 responden (13.51%), dan sesudah dilakukan perlakuan meningkat menjadi 27 responden (72.97%). Hal ini menjelaskan bahwa responden sudah siap menghadapi *menarche* setelah diberikan perlakuan. Dari hasil ringkasan statistic ada rata rata peningkatan kesiapan responden dengan hasil sebelumnya rata-rata kesiapan dengan nilai 0.1351 meningkat menjadi 0.7297 setelah diberikan perlakuan Pendidikan kesehatan terkait *menarche*. Diketahui hasil ringkasan statistic lainnya juga di jelaskan bahwa hasil *McNemar Test* nilai $0.000 < 0.05$, berarti pemberian Pendidikan kesehatan berpengaruh Terhadap Kesiapan Siswa dalam menghadapi *Menarche*. Dan diketahui nilai $Z_{hitung} > Z_{tabel}$ yaitu $4.690 > 1.96$ atau $0.00 < 1.96$ dan nilai *Exact Sig. (2-tailed)* sama dengan 0.000 maka H_0 ditolak, dengan interprestasi dinyatakan ada perbedaan pengaruh signifikan dari hasil pemberian perlakuan.

Kesiapan menghadapi *menarche* adalah keadaan yang menunjukkan bahwa seseorang siap untuk mencapai kematangan fisik yaitu datangnya menstruasi pertama (*menarche*) pada saat menginjak usia sepuluh sampai 16 tahun yang terjadi secara periodik (pada waktu tertentu) dan siklik (berulan-gulang). Hal ini ditandai dengan adanya pemahaman yang mendalam tentang proses menstruasi sehingga siap menerima dan mengalami menstruasi pertama (*menarche*) sebagai proses yang normal (Nurwana, Sabilu dan Fachlevy, 2017). Penelitian sebelumnya oleh Susanti (2017) juga menyebutkan bahwa masih banyak anak yang bersikap tidak baik terhadap *menarche* yaitu sebanyak 73,08%. Mereka beranggapan bahwa *menarche* merupakan beban baru yang tidak menyenangkan (Susanti dan Wulandari, 2017).

Datangnya menstruasi pertama, merupakan salah satu peristiwa terpenting pada masa pubertas remaja putri sekaligus pertanda biologis dari kematangan seksual. Menurut (Sofiyati, 2022) *menarche* adalah haid pertama dengan ciri khas dari kedewasaan seorang wanita yang sehat. Berdasarkan pengertian di atas, dapat disimpulkan bahwa menstruasi pertama atau *menarche* adalah menstruasi awal yang biasa terjadi pada masa pubertas dalam rentang usia sepuluh tahun sampai enam belas tahun yang menjadi pertanda biologis dari kematangan seksual wanita. Saat menghadapi *menarche*, dibutuhkan kesiapan mental yang baik. Kesiapan menghadapi menstruasi pertama (*menarche*) adalah keadaan yang menunjukkan bahwa seseorang siap untuk mencapai salah satu kematangan fisik yaitu datangnya menstruasi pertama (*menarche*), yang keluar dari tempat khusus wanita pada saat menginjak usia sepuluh sampai enam belas tahun, yang terjadi secara periodik (pada waktu tertentu) dan siklik (berulang-ulang) (Djunaid dan Hilmuhu, 2021).

Ada tiga aspek mengenai kesiapan. Aspek yang pertama adalah pemahaman, yakni pengalaman seseorang terhadap kejadian yang dialaminya. Ketika seseorang mengerti dan mengetahui akan kejadian yang dialaminya, hal ini dapat membantu dirinya untuk merasa siap dalam menghadapi hal-hal yang terjadi. Kesiapan seorang perempuan dalam menghadapi *menarche* juga dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan anak tentang menstruasi (Sumarsih, Nurfadillah dan Dwi Asti, 2018). Pengetahuan tentang menstruasi dapat diperoleh dari berbagai sumber informasi seperti keluarga, kelompok teman sebaya, lingkungan sekolah, dan media baik cetak maupun elektronik. Sumber informasi utama sebenarnya berasal dari ibu dan kakak perempuan. Penelitian (Trismiyana, Italia dan Zofitri, 2020), mengungkapkan banyak remaja yang memiliki informasi yang salah dan cenderung mengkaitkan menstruasi dengan sesuatu yang negatif.

Kondisi tersebut pada akhirnya menyebabkan anak menjadi tidak siap untuk menerima *menarche* dan mengalami kesulitan dalam menghadapinya. Dengan demikian pentingnya pemberian edukasi atau pendididkan kesehatan kepada siswi yang menghadapi masa *menarche* terkait perubahan psikologis, perubahan system perawatan yang lebih kompleks. Terkait personal hygiene dan perawatan kesehatan system reproduksinya.

KETERBATASAN PENELITIAN

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan di antaranya yaitu:

1. Variabel cukup sederhana
2. Media penelitian masih perlu di tingkatkan seperti perangkat audiovisual yang berkualitas sebagai bentuk hasil penelitian yang akuntabel
3. Waktu penelitian yang singkat
4. penelitian hanya di lakukan di satu objek penelitian saja, dimana di mungkinkan masih terdapat masalah yang belum di ketahui di objek penelitian lainnya..

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka dapat disimpulkan Terdapat pengaruh penyuluhan Pendidikan kesehatan terhadap kesiapan siswi SDN 1 Konda dalam menghadapi *Menarche*. Hasil penelitian ini setelah diulas secara singkat dan disimpulkan untuk setiap variabelnya dengan demikian ada beberapa saran yang peneliti sampaikan dari hasil penelitian ini yaitu para pihak yang terkait dengan remaja prapubertas yang sedang menghadapi *menarche*, terutama keluarga, dalam hal ini figur ibu, untuk menciptakan kelekatan aman dengan anak perempuannya agar mereka lebih siap dalam menghadapi *menarche*. Salah satu yang dapat dilakukan adalah dengan menjalin komunikasi dan interaksi yang terbuka, serta menyediakan informasi yang dibutuhkan terkait *menarche*. Selain itu, bagi peneliti selanjutnya yang tertarik meneliti topik yang sama, dapat meneliti dan menganalisa variabel-variabel lain yang secara teoritis berhubungan dengan kesiapan menghadapi *menarche*, diantaranya seperti faktor usia, sumber informasi berupa kelompok teman sebaya dan lingkungan sekolah, dan sikap

DAFTAR PUSTAKA

- Arisani, G. dan Wahyuni, S. (2019) "Virtual Learning Education about Adolescent Growth and Development," *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 5(1), hal. 1–9.
- Badan Pusat Statistik Kabupaten Konawe Selatan (2022) *Jumlah Penduduk Hasil Sensus Penduduk Menurut Kelompok Umur dan Jenis Kelamin di Kabupaten Konawe Selatan (Jiwa)*. Andoolo.
- Badan Pusat Statistik Provinsi Sulawesi Tenggara (2022) *Persentase Rumah Tangga yang Pernah Mengakses Internet dalam 3 Bulan Terakhir Menurut Provinsi dan Klasifikasi Daerah 2018-2020*. Tersedia pada: https://www.bps.go.id/indikator/indikator/view_data_pub/0000/api_pub/YW40a21pdTU1cnJxOGt6dm43ZEdoZz09/da_03/1.
- Devi Partika Sari, Nurhapsa dan Erna Magga (2019) "Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Early Menarche Pada Siswi Sekolah Dasar Kelurahan Lapadde Kota Parepare," *Jurnal Ilmiah Manusia Dan Kesehatan*, 2(1), hal. 141–155. doi:10.31850/makes.v2i1.131.
- Djunaid, U. dan Hilmuhu, F. (2021) "Literature Study : Relationship Of Menstruative Patterns And Rate Of Iron Consumption With Anemia," *Jurnal Komunitas Kesehatan Masyarakat (JKKM)*, 3(2), hal. 1–11.
- Kemendes (2018) "Laporan_Nasional_RKD2018_FINAL.pdf," *Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan*, hal. 198.
- Kemendes RI (2014) "Pedoman Pelayanan Keluarga Berencana," *Direktorat Jenderal Bina Kesehatan Ibu dan Anak*, 1(1), hal. 1–80.
- Nurwana, N., Sabilu, Y. dan Fachlevy, A. (2017) "Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Disminorea Pada Remaja Putri Di Sma Negeri 8 Kendari Tahun 2016," *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Kesehatan Masyarakat Unsyiah*, 2(6), hal. 185630.
- Sawyer, S.M. et al. (2018) "The age of adolescence," *The Lancet Child and Adolescent Health*, 2(3), hal. 223–228. doi:10.1016/S2352-4642(18)30022-1.
- SD Negeri 1 Konda (2022) *Data Registrasi Siswa*. Konawe Selatan.
- Sofiyati, S. (2022) "Hubungan Tingkat Pengetahuan Menstruasi dengan Kesiapan Menarche Siswi Kelas 6 di SD Negeri 1 Kertawinangun Kecamatan Kedawung Kabupaten Cirebon," *MAHESA : Malahayati Health Student Journal*, 2(1), hal. 01–10. doi:10.33024/mahesa.v2i1.5756.
- Sugiyono (2019) *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sumarsih, T., Nurfadillah, M. dan Dwi Asti, A. (2018) "Anxiety Levels During Menarche Among Female Students At State Junior High School 1 of Ayah," *Jurnal Ilmiah Kesehatan Keperawatan*, 14(2), hal. 14–17. doi:10.26753/jikk.v14i2.282.
- Survey Demografi Kesehatan Indonesia (2017) *SDKI 2017*. Tersedia pada: <https://dhsprogram.com/pubs/pdf/FR342/FR342.pdf>.
- Susanti, E. dan Wulandari, S. (2017) "Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Usia Menarche Pada Siswi Kelas VIII MTsN 1 Bukittinggi Tahun 2016," *Jurnal Kesehatan Prima Nusantara*, Volume 8 N(2), hal. 155–160.
- Trismiyana, E., Italia, I. dan Zofitri, I.R. (2020) "Penyuluhan kesehatan tentang menarche menggunakan metode ceramah pada siswi kelas VI," *Holistik Jurnal Kesehatan*, 14(2), hal. 170–176. doi:10.33024/hjk.v14i2.1814.