



**PENGARUH EDUKASI KESEHATAN TERHADAP PENGETAHUAN REMAJA  
PUTRI TENTANG MENARCHE DI SDN 012 SUNGAI BERINGIN  
TAHUN 2026**

**Fitriyani Bahriyah<sup>1✉</sup>, Izzawati Arlis<sup>2</sup>, Anjeli Ratih Syamlingga Putri<sup>3</sup>,  
Restianingsih Putri Rahayu<sup>4</sup>**

<sup>(1,2,3)</sup> Prodi Pendidikan Profesi Bidan, Institut Teknologi dan Bisnis Indragiri, Rengat, Indonesia

<sup>(4)</sup> Prodi DIII Kebidanan, Institut Teknologi dan Bisnis Indragiri, Rengat, Indonesia

**ARTICLE INFO**

**Artikel history :**

Submitted : 2026-05-17

Accepted : 2026-06-29

Publish : 2026-06-30

**Kata kunci :**

Edukasi\_kesehatan,  
pengetahuan,  
menarche,  
remaja\_putri

**Keywords:**

Health\_education,  
knowledge,  
menarche,  
teenage\_girls

**ABSTRAK**

Awal mula menstruasi yang dialami oleh remaja putri disebut dengan menarche. Minimnya informasi mengenai menarche dapat menimbulkan kekhawatiran dan kurang matangnya persiapan dalam menghadapi masa ini. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh edukasi kesehatan terhadap pengetahuan remaja putri tentang menarche. Penelitian menggunakan desain quasi eksperimental dengan pendekatan *one group pretest-posttest*. Sampel penelitian berjumlah 28 siswa kelas 4 sampai 6 yang dipilih menggunakan teknik total sampling. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner terstruktur yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 26 dari 28 siswa menunjukkan mengalami peningkatan pengetahuan setelah mendapatkan edukasi kesehatan. Uji *paired t-test* menunjukkan nilai  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ), dimana ada pengaruh yang signifikan edukasi kesehatan terhadap pengetahuan remaja putri tentang menarche. Edukasi kesehatan secara signifikan meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang menarche. Untuk itu, program penyuluhan reproduksi disarankan rutin diadakan lewat UKS dan didampingi langsung oleh tenaga medis profesional.

**ABSTRACT**

*The onset of menstruation experienced by teenage girls is referred to as menarche. Limited information about menarche can lead to anxiety and inadequate preparation in facing this phase. This study aims to determine the effect of health education on teenage girls' knowledge about menarche. The study employed a quasi-experimental design with a one-group pretest-posttest approach. The research sample consisted of 28 students from grades 4 to 6, selected using a total sampling technique. The instrument used was a structured questionnaire that had been tested for validity and reliability. The results showed that 26 out of 28 students demonstrated an increase in knowledge after receiving health education. The paired t-test revealed a p-value of 0.000 ( $p < 0.05$ ), indicating a significant effect of health education on teenage girls' knowledge about menarche. Health education significantly improves teenage girls' knowledge about menarche. Therefore, reproductive health counseling programs are recommended to be routinely conducted through the School Health Unit and directly supervised by professional medical personnel.*

**✉ Corresponding Author:**

Fitriyani Bahriyah  
Institut Teknologi dan Bisnis Indragiri, Rengat, Indonesia  
Telp: 085265688180  
Email: [fitriyani.bahriyah93@gmail.com](mailto:fitriyani.bahriyah93@gmail.com)

## **PENDAHULUAN**

Remaja merupakan masa perubahan antara masa anak menuju dewasa yang ditandai dengan perubahan pada tubuh, mental, dan sosial. Pada masa ini juga terjadi pematangan organ reproduksi manusia, dan lazim disebut masa pubertas. *World Health Organization* (WHO), menyatakan bahwa remaja atau adolesen adalah individu yang berusia 12 sampai 24 tahun. Sedangkan menurut Departemen Kesehatan RI adalah adolesen ialah individu yang memiliki rentang umur antara 10 sampai 19 tahun dan belum menikah (Hapsari, 2019). Pada masa pubertas remaja perempuan mengalami terjadinya menstruasi pertama atau yang lazim disebut dengan istilah menarche. Menarche merupakan menstruasi pertama yang dialami perempuan muda yang biasa terjadi di rentang usia 12–14 tahun, dan menjadi tanda utama kematangan organ reproduksi perempuan serta indikator penting dimulainya masa pubertas (Amalia et al., 2024).

Berdasarkan data yang diperoleh sekitar 1/5 penduduk dunia berusia 10-19 tahun. Di Indonesia, umumnya usia menarche adalah 13 tahun, namun tren menarche dini semakin meningkat. Indonesia saat ini memiliki prevalensi menarche dini tercatat sebanyak 10,3%, di mana menarche dini didefinisikan sebagai terjadinya menstruasi pertama sebelum usia 12 tahun (Sulistiyowati, 2022). Kondisi ini menunjukkan bahwa semakin banyak siswi Sekolah Dasar yang berpotensi menghadapi menarche di usia lebih muda, sehingga kesiapan mereka menjadi sangat penting untuk diperhatikan.

Ketidaksiapan remaja putri dalam menghadapi menarche dapat menimbulkan berbagai dampak negatif. Ketidakstabilan psikologis, emosi yang tidak stabil, dan minimnya pengetahuan siswi menjadikan mereka khawatir, gelisah, dan kurang paham apa yang harus dilakukan ketika pertama kali mengalami menstruasi (Immawanti et al., 2024). Penelitian di Sekolah Dasar menemukan adanya hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan dan kecemasan siswi dalam menghadapi menarche. Siswi dengan tingkat pengetahuan yang lebih rendah cenderung mengalami kecemasan yang lebih tinggi (Tamba et al., 2023).

Pengetahuan yang memadai tentang menarche merupakan faktor kunci dalam membentuk kesiapan remaja putri. Penelitian di Maluku Tengah menganalisis wawasan dan sikap remaja putri tentang menstruasi dengan kemandirian menghadapi menarche, yang menunjukkan keterkaitan erat antara wawasan dan kemandirian menghadapi menstruasi pertama (Losoiyo et al., 2025). Selain itu, penelitian lain juga menemukan hubungan yang bermakna antara derajat pengetahuan perihal menstruasi dengan kemampuan menghadapi menarche pada siswi kelas VI SDN Jakamulya V Bekasi Selatan (Fiah and Futriani, 2023).

Penyuluhan kesehatan merupakan satu dari berbagai metode edukasi yang berhasil meningkatkan pengetahuan masyarakat, termasuk remaja. Melalui penyuluhan langsung, tenaga kesehatan dapat memberikan informasi yang akurat, menjawab pertanyaan secara langsung, dan membangun komunikasi dua arah dengan sasaran. Hasil penelitian membuktikan adanya pengaruh yang signifikan edukasi kesehatan mengenai menstruasi terhadap pengetahuan dan kesiapan remaja putri dalam menghadapi menarche (Immawanti et al., 2024). Demikian pula penelitian di SD Negeri 77 Kota Bengkulu tahun 2024 menunjukkan bahwa edukasi kesehatan secara signifikan meningkatkan skor pengetahuan siswi tentang menarche dengan nilai  $p$  sebesar 0,000 (Tunnisya et al., 2024).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya di Surabaya tentang pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan remaja putri pra-pubertas tentang menarche (Zantyka et al., 2019) dan penelitian di Gianyar tentang perbedaan pengetahuan remaja putri sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan menggunakan video edukasi

tentang menarche (Pradnyawati et al., 2026). Hasil penelitian tersebut menyatakan nilai pengetahuan remaja tentang menarche mengalami kenaikan yang signifikan setelah diberikan edukasi berupa ceramah dan video. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah metode edukasi yang diberikan yaitu berupa ceramah dan demonstrasi tentang menstruasi.

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti didapatkan 3 dari 5 siswa menyatakan belum memahami menarche/haid pertama dan beranggapan bahwa menarche adalah topik yang tabu untuk didiskusikan dengan orang lain. Berdasarkan kondisi tersebut peneliti antusias untuk menggali lebih dalam dan memberikan edukasi kesehatan tentang menarche pada remaja putri.

## **METODE**

### **Jenis Penelitian**

Penelitian ini menggunakan metode analitik dengan desain quasi eksperimen dengan pendekatan *one group pretest-posttest design* dimana penelitian ini memiliki tujuan menyelidiki hubungan sebab akibat perlakuan pemberian edukasi kesehatan terhadap pengetahuan remaja tentang menarche kemudian mengobservasi efeknya tanpa menggunakan kelompok kontrol.

### **Lokasi dan Waktu Penelitian**

Penelitian ini dilakukan di SDN 012 Sungai Beringin, Kecamatan Rengat, Kabupaten Indragiri Hulu-Riau. Penelitian dilakukan pada bulan Mei 2026.

### **Populasi dan Sampel**

Populasi dan sampel penelitian ini adalah seluruh remaja putri di Sekolah Dasar Negeri 012 Sungai Beringin kelas 4-6 berjumlah 28 orang dengan teknik total sampel. Adapun kriteria inklusinya adalah siswa yang terdaftar di sekolah tersebut, menempuh pendidikan kelas 4-6, bersedia menjadi responden, bisa baca dan tulis, hadir secara lengkap saat *pretest* dan *posttest*. Adapun kriteria eksklusinya adalah siswa dengan gangguan kognitif atau kebutuhan khusus yang menyebabkan tidak dapat memahami/mengisi kuesioner secara mandiri.

### **Variabel**

Penelitian ini terdiri dari dua variabel yaitu bebas dan terikat. Variabel bebas merupakan perlakuan yang diberikan kepada responden berupa edukasi kesehatan dalam bentuk penyuluhan dan demonstrasi. Variabel terikat adalah target penelitian yang diukur peneliti yaitu pengetahuan remaja putri tentang menarche.

### **Pengumpulan Data**

Data dikumpulkan oleh peneliti menggunakan instrumen penelitian berupa kuisisioner yang terdiri dari 10 pernyataan yang telah dilakukan uji validitas dan reliabilitas sebelumnya dengan karakteristik responden yang sama pada tempat lain. Hasil uji validitas menyatakan seluruh kuisisioner valid dengan nilai signifikan  $<0,05$  dan kuisisioner reliabel dengan nilai signifikan  $>0,6$ . Adapun hasil uji validitas dan reliabilitas terdapat dalam tabel berikut:

**Tabel 1. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas**

No	Item	Signifikan	Keterangan
1	X1	.000	Valid
2	X2	.000	Valid
3	X3	.000	Valid
4	X4	.000	Valid
5	X5	.000	Valid
6	X6	.000	Valid
7	X7	.001	Valid
8	X8	.001	Valid
9	X9	.044	Valid
10	X10	.044	Valid
<b>Reliabilitas</b>		.966	Reliabel

Tahap penelitian ini dibagi menjadi tiga fase. Fase pertama, responden diberikan kuisioner untuk mengukur kemampuan awal tentang menarche. Tahap ke dua, responden diberikan edukasi kesehatan tentang menarche dengan metode ceramah interaktif, diskusi dan tanya jawab. Tahap ketiga, dilakukan posttest menggunakan kuisioner yang sama setelah penyuluhan berakhir.

**Analisis Data**

Data dianalisis menggunakan program SPSS dengan uji-t berpasangan (paired t-test).

**HASIL**

Distribusi frekuensi karakteristik responden disajikan pada tabel berikut:

**Tabel 2. Karakteristik Responden**

Karakteristik	n	%
<b>Umur</b>		
9	3	10,7
10	2	7,2
11	13	46,4
12	9	32,1
13	1	3,6
<b>Kelas</b>		
IV	9	32,1
V	7	25
VI	12	42,9
<b>Sumber informasi</b>		
Keluarga	8	28,5
Guru	2	7,2
Internet	7	25
Tenaga Kesehatan	1	3,6
Belum pernah	10	35,7
<b>Total</b>	<b>28</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 2 didapatkan hasil karakteristik responden berdasarkan umur mayoritas adalah berusia 11 tahun berjumlah 13 orang (46,4%) dan minoritas berusia 13 tahun berjumlah 1 orang (3,6%). Berdasarkan kelas mayoritas responden adalah berada

pada kelas 6 dengan jumlah 12 orang (42,9%) dan minoritas berada pada kelas 5 dengan jumlah 7 orang (25%). Berdasarkan sumber informasi mayoritas remaja putri belum pernah mendapatkan informasi dengan jumlah responden 10 orang (35,7%) dan minoritas mendapatkan informasi mengenai menarache dari tenaga kesehatan berjumlah 1 orang (3,6%).

**Tabel 3. Data Nilai Sebelum dan Sesudah Perlakuan (Pretest-Posttest)**

<b>No Responden</b>	<b>Pretest</b>	<b>Posttest</b>
1	7	10
2	7	9
3	7	10
4	7	10
5	7	9
6	7	8
7	7	8
8	7	7
9	6	8
10	7	7
11	7	8
12	7	6
13	7	10
14	6	8
15	8	10
16	5	9
17	7	10
18	7	7
19	7	10
20	8	10
21	7	7
22	5	9
23	3	9
24	6	7
25	6	7
26	7	10
27	7	10
28	5	6

Berdasarkan tabel 3 didapatkan hasil bahwa mayoritas responden mengalami peningkatan pengetahuan tentang menarache. Namun demikian masih ditemukan 2 responden tidak mengalami peningkatan.

Tabel 4. Pengaruh Edukasi Kesehatan terhadap Pengetahuan Remaja Putri Tentang Menarche

		Paired Samples Test						
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence interval of the Difference		t	Sig. (2-tailed)
					Lower	Upper		
Pair 1	Pengetahuan Pre Pengetahuan post	-1.964	1.527	.289	-2.556	1.372	6.806	.000

Berdasarkan tabel 4 hasil analisis menggunakan uji t menunjukkan nilai signifikan  $0,000 < 0,05$  yang berarti ada pengaruh pemberian edukasi kesehatan terhadap peningkatan pengetahuan remaja putri tentang menarche.

## PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan mayoritas responden berusia 11 tahun (46,4%) dan berada di kelas 6 (42,9%). Pengetahuan seseorang dipengaruhi oleh beberapa hal seperti latar belakang pendidikan, pengalaman pribadi, usia, pekerjaan, kondisi sosial budaya, dan sumber informasi (Pradnyawati et al., 2026). Usia 10-12 tahun merupakan masa pra-pubertas hingga awal pubertas, sehingga periode ini menjadi waktu yang tepat untuk pemberian edukasi kesehatan reproduksi karena pada rentang usia inilah remaja putri pada umumnya mulai mengalami menarche.

Berdasarkan sumber informasi, ditemukan bahwa proporsi terbesar responden (35,7%) belum pernah mendapatkan informasi tentang menarche sebelumnya, sedangkan sumber informasi yang paling banyak diperoleh berasal dari keluarga (28,5%). Faktor-faktor yang memengaruhi kesiapan menghadapi menarche ialah informasi yang diperoleh dari keluarga, sahabat, dan lingkungan sekolah, yang akan menentukan sikap remaja dalam menyikapinya (Fazira et al., 2022). Salah satu sumber informasi utama yang diperoleh remaja putri terkait menarche adalah kerabat, dan ketidaksiapan menghadapi menarche dapat memengaruhi kebersihan diri sehingga berisiko menimbulkan infeksi organ reproduksi (Pomalingo et al., 2025).

Sumber informasi yang diterima remaja tentang menarche juga berpengaruh terhadap kualitas pengetahuan mereka. Meskipun keluarga merupakan sumber informasi pokok, hanya sedikit orang tua memiliki pengetahuan yang memadai dan kemampuan komunikasi yang bijaksana perihal kesehatan reproduksi remaja. Kecemasan remaja saat mengalami menstruasi atau menarche membutuhkan perhatian dan dukungan dari keluarga agar remaja putri siap menghadapi pertumbuhan dan perkembangan serta kesehatan sistem reproduksinya (Pawestri et al., 2023).

Hasil pretest-posttest menunjukkan bahwa 26 dari 28 responden mengalami peningkatan skor pengetahuan setelah diberikan edukasi kesehatan. Pendidikan kesehatan merupakan bagian dari keseluruhan upaya kesehatan (promotif, preventif, kuratif, dan rehabilitatif) yang menitikberatkan pada upaya untuk meningkatkan perilaku hidup sehat. Pendidikan kesehatan merupakan upaya mempengaruhi/mengajak orang lain (individu, kelompok dan masyarakat) agar berperilaku hidup sehat (Aji et al., 2023). Semakin

banyak informasi yang diperoleh seseorang, semakin tinggi pula tingkat pengetahuan yang dimilikinya (Franticha et al., 2021). Namun demikian, masih ditemukan 2 responden yang tidak mengalami peningkatan pengetahuan. Kurangnya pengetahuan tentang menstruasi dapat menimbulkan rasa cemas, bingung, dan tidak nyaman pada remaja putri, yang kemungkinan turut memengaruhi konsentrasi dan kesiapan psikologis responden saat menerima materi maupun mengisi kuesioner.

Hasil uji paired t-test memiliki signifikansi  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ), yang dapat diartikan, terdapat pengaruh signifikan edukasi kesehatan terhadap peningkatan pengetahuan remaja putri tentang menarche. Edukasi kesehatan merupakan usaha agar masyarakat dapat menciptakan perilaku yang kondusif bagi kesehatan melalui pemberian pengetahuan (Aji et al., 2023). Terdapat pengaruh signifikan pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan menarche di kalangan siswa sekolah dasar (Faozi et al., 2024).

Dengan demikian, program kesehatan sebaiknya terus didukung melalui kolaborasi dengan puskesmas setempat, khususnya dalam hal kesehatan reproduksi dan edukasi mengenai menarche (Faozi et al., 2024). Penyuluhan kesehatan secara langsung memberikan kesempatan kepada responden untuk berinteraksi dengan penyuluh, mengajukan pertanyaan, dan mendapatkan klarifikasi terhadap informasi yang tidak dipahami. Pendekatan ini dinilai efektif dibandingkan dengan pemberian informasi satu arah. Mempersiapkan remaja putri menghadapi masa pubertas memerlukan pendekatan yang komprehensif, menggabungkan pemahaman tentang perkembangan kognitif anak, pentingnya pembelajaran sosial, dan pengaruh lingkungan sekitar (Noor, Husaini, et al., 2020).

Ditinjau dari perspektif kesehatan masyarakat, upaya peningkatan pengetahuan remaja tentang menarche di tingkat Sekolah Dasar memiliki dampak jangka panjang yang luas. Remaja yang memiliki pengetahuan baik tentang menarche cenderung lebih siap secara psikologis, lebih mampu menjaga kebersihan diri saat menstruasi, dan lebih terbuka dalam berkomunikasi dengan keluarga mengenai kesehatan reproduksi mereka. Penelitian terdahulu menunjukkan Pengetahuan yang memadai mengenai menstruasi berhubungan secara signifikan dengan kesiapan siswi kelas V dan VI dalam menghadapi menarche, di mana siswi dengan tingkat pengetahuan yang lebih baik cenderung lebih siap menghadapi menstruasi pertama (Yuningsih et al., 2023).

Keterbatasan dalam penelitian ini adalah edukasi dilakukan dengan metode dan media yang sederhana yaitu ceramah interaktif dengan media power point dan phantom peraga. Selain itu, waktu pelaksanaan edukasi relatif singkat sehingga kemungkinan pemahaman peserta belum mendalam. Jumlah sampel yang terbatas juga dapat memengaruhi generalisasi hasil penelitian, dan variasi karakteristik peserta tidak sepenuhnya terakomodasi sehingga hasil mungkin berbeda jika diterapkan pada populasi yang lebih luas. Instrumen evaluasi yang digunakan masih sederhana, sehingga belum mampu menggambarkan perubahan pengetahuan dan sikap secara komprehensif. Dengan demikian diharapkan kepada peneliti selanjutnya untuk menggunakan media yang lebih edukatif dan menarik, memperpanjang durasi edukasi, memperluas jumlah serta variasi sampel, dan mengembangkan instrumen evaluasi yang lebih mendalam agar hasil penelitian dapat lebih optimal dan representatif.

## **SIMPULAN**

Terdapat pengaruh mengenai edukasi kesehatan terhadap pengetahuan remaja putri tentang menarche dengan nilai signifikan 0,000.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aji, S.P., Nugroho, F.S., Rahardjo, B., 2023. *Promosi dan Pendidikan Kesehatan di Masyarakat (Strategi dan Tahapannya)*. PT Global Eksekutif Teknologi, Padang.
- Amalia, S.H., Angraini, D.I., Mayasari, D., Perdani, R.R.W., 2024. Faktor-faktor yang Memengaruhi Menarche Dini pada Remaja Perempuan. *Medula* 14, 2236–2248.
- Faozi, B.F., Rahayu, S., Damayanti, A., 2024. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Menggunakan Media Poster terhadap Pengetahuan Remaja Putri dalam Menghadapi Menarche di SDN Cibungur Tahun 2024. *JIKSA: Jurnal Ilmu Keperawatan* Sebelas April 6, 53–56.
- Fazira, E., I'tishom, R., Amalia, R.B., 2022. Hubungan Tingkat Pengetahuan Kesehatan Reproduksi terhadap Kesiapan Menarche pada Remaja Putri Awal. *EMBRIO: Jurnal Kebidanan* 14, 9–15.
- Fiah, Z.A., Futriani, E.S., 2023. Hubungan Tingkat Pengetahuan tentang Menstruasi dengan Kesiapan Menghadapi Menstruasi Pertama pada Siswi Kelas VI SDN Jakamulya V Bekasi Selatan. *MAHESA: Malahayati Health Student Journal* 3, 2411–2423.
- Franticha, N.S., Anggreni, E., Rahayu, R.P., 2021. Hubungan Pengetahuan dan Sikap Remaja Terhadap Pemutusan Rantai Penularan Covid-19 di Pangkalan Kasai Tahun 2021. *Kesmas* 10, 107–115.
- Hapsari, A., 2019. *Buku Ajar Kesehatan Reproduksi Modul Kesehatan Reproduksi Remaja*. Wineka Media, Malang.
- Immawanti, Munir, W., Harawinda, 2024. Pengaruh pendidikan kesehatan tentang menstruasi terhadap pengetahuan dan kesiapan remaja putri dalam menghadapi menarche. *Jurnal Kesehatan Marendeng* 8, 123–131.
- Losoiyo, S.R., Dai, N.F., Rumbouw, H., Payapo, N., 2025. Analisis Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri tentang Menstruasi dengan Kesiapan Menghadapi Menarche pada Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional* 7, 637–644. <https://doi.org/10.37287/jpppp.v7i1.5725>
- Noor, M.S., Husaini, Puteri, A.O., Rosadi, D., Anhar, V.Y., Laily, N., Yulidasari, F., Sari, A.R., Rahman, F., Setiawan, M.I., Anggraini, L., Hadianor, Fatimah, H., 2020. *Panduan kesehatan reproduksi pada remaja*. CV Mine, Yogyakarta.
- Pawestri, Rejeki, S., Yolanda, M., 2023. Family Support for Anxiety Facing Menarche in School-Age Children. *Media Keperawatan Indonesia* 6, 39–45. <https://doi.org/10.26714/mki.6.1.2023.39-45>
- Pomalingo, I., Wulansari, I., Jafar, C.P.S.H., 2025. Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kesiapan Remaja Putri dalam Menghadapi Menarche. *Gorontalo Journal of Public Health* 8.
- Pradnyawati, N.W., Armini, N.W., Ningtyas, L.A.W., Senjaya, A.A., Tirtawati, G.A., 2026. Perbedaan pengetahuan remaja putri sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan menggunakan video edukasi tentang menarche. *Jurnal Kebidanan Indonesia* 17.
- Sulistiyowati, T., 2022. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Menarche Dini pada Remaja Putri di Indonesia: Analisis Data Riskesdes 2018. *Jurnal Epidemiologi Kesehatan Indonesia* 6, 1–8.
- Tamba, R.M., Maulani, R.G., Purba, N.H., 2023. Hubungan pengetahuan dengan tingkat kecemasan siswa putri sekolah dasar dalam menghadapi menarche tahun 2023. *NUSRA: Jurnal Penelitian dan Ilmu Pendidikan* 4, 700–707. <https://doi.org/10.55681/nusra.v4i3.1426>

- Tunnisya, K., Yulyana, N., Yuniarti, Y., 2024. Pengaruh media video terhadap pengetahuan remaja tentang menarche pada siswi di sd negeri 77 kota bengkulu tahun 2024 | *Journal of Nursing and Public Health. Journal of Nursing and Public Health* 12.
- Yuningsih, R., Mujiyanti, S., Ijah, 2023. Hubungan Pengetahuan Tentang Menstruasi Dengan Kesiapan Menghadapi Menarche Pada Siswa Kelas V Dan VI. *Jurnal Kesehatan* 12.
- Zantyka, D.A., Kasiati, K., Handayani, S., 2019. Pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan remaja putri pra-pubertas tentang menarche [WWW Document]. URL <https://e-journal.unair.ac.id/IMHSJ/article/view/27947/14738> (accessed 6.29.26).