

GAMBARAN PENGETAHUAN REMAJA PUTRI DALAM MENGHADAPI HAID PERTAMA KALI (*MENARCHE*) DI SMP NEGERI 1 ATAMBUA

Aurelia Aek Seran¹, Paskalis Malafu Usfinit², Melkianus Ratu³

^{1,2,3} Universitas Timor

Artikel Info

Genesis Artikel:

Dikirim: 23 Juli 2025

Diterima: 01 Agustus 2025

Dipublikasi: 31 Agustus 2025

Kata Kunci:

Menarche;
Pengetahuan; Remaja

ABSTRAK

Latar Belakang : Masa remaja adalah masa peralihan dari anak-anak menuju dewasa. Ketika memasuki masa ini remaja putri mengalami *menarche* atau menstruasi pertama. Perubahan fisik, fisiologis, emosional, dan kognitif akan terjadi sehingga remaja putri mengalami kecemasan, rasa takut, gelisah, khawatir dan menstruasi yang tidak teratur. Kondisi ini akan mengganggu tahapan perkembangan remaja, apabila tidak memiliki pengetahuan yang baik tentang *menarche*.

Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran pengetahuan remaja putri dalam menghadapi haid pertama kali (*menarche*) di SMP Negeri 1 Atambua.

Metode: Penelitian kuantitatif dengan menggunakan rancangan deskriptif yaitu metode penelitian yang bertujuan untuk menggambarkan tentang suatu keadaan secara objektif. Uji analisa menggunakan distribusi frekuensi. Sampel penelitian sebanyak 70 responden, dengan menggunakan teknik *total sampling*. Pengumpulan data menggunakan kuesioner.

Hasil: Pengetahuan remaja putri dalam menghadapi haid pertama kali (*Menarche*) dengan kategori baik sebanyak 64 siswi (91,4%), sedangkan hasil pengetahuan remaja putri dalam menghadapi haid pertama kali (*Menarche*) kategori cukup sebanyak 6 siswi (8.6%)

Kesimpulan: Pengetahuan yang baik tentang *menarche* dapat membantu remaja putri mempersiapkan diri dengan baik dan dapat mengelola perubahan fisik dan emosional dengan lebih baik. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pengetahuan remaja putri di SMP Negeri 1 Atambua sangat baik. Pengetahuan yang baik tentang *menarche* ini, dapat membuat remaja putri lebih siap dan percaya diri dalam menghadapi perubahan fisik dan emosional selama masa pubertas.

ABSTRACT

Background: Adolescence is a transition period from childhood to adulthood. When entering this period, adolescent girls experience menarche or first menstruation. Many physical, physiological, emotional, and cognitive changes occur so that adolescent girls experience anxiety, fear, anxiety, worry and irregular menstruation. This condition will interfere with the stages of adolescent development, if they do not have good knowledge about menarche.

Objective: This study aims to determine the knowledge of adolescent girls in facing their first menstruation (*menarche*) at SMP Negeri 1 Atambua.

Method: Quantitative research using descriptive design, which is a research method that aims to describe a situation objectively. Test analysis using frequency distribution. The research sample was 70 respondents, using total sampling technique. Data collection using a questionnaire.

Results: Knowledge of adolescent girls in facing their first menstruation (*Menarche*) with a good category as many as 64 students (91.4%), while the results of knowledge of adolescent girls in facing their first menstruation (*Menarche*) in the moderate category were 6 students (8.6%).

Conclusion: Good knowledge about menarche can help adolescent girls prepare themselves well and can manage physical and emotional changes better. The results of this study indicate that the knowledge of adolescent girls at SMP Negeri 1 Atambua is very good. Good knowledge about menarche can make adolescent

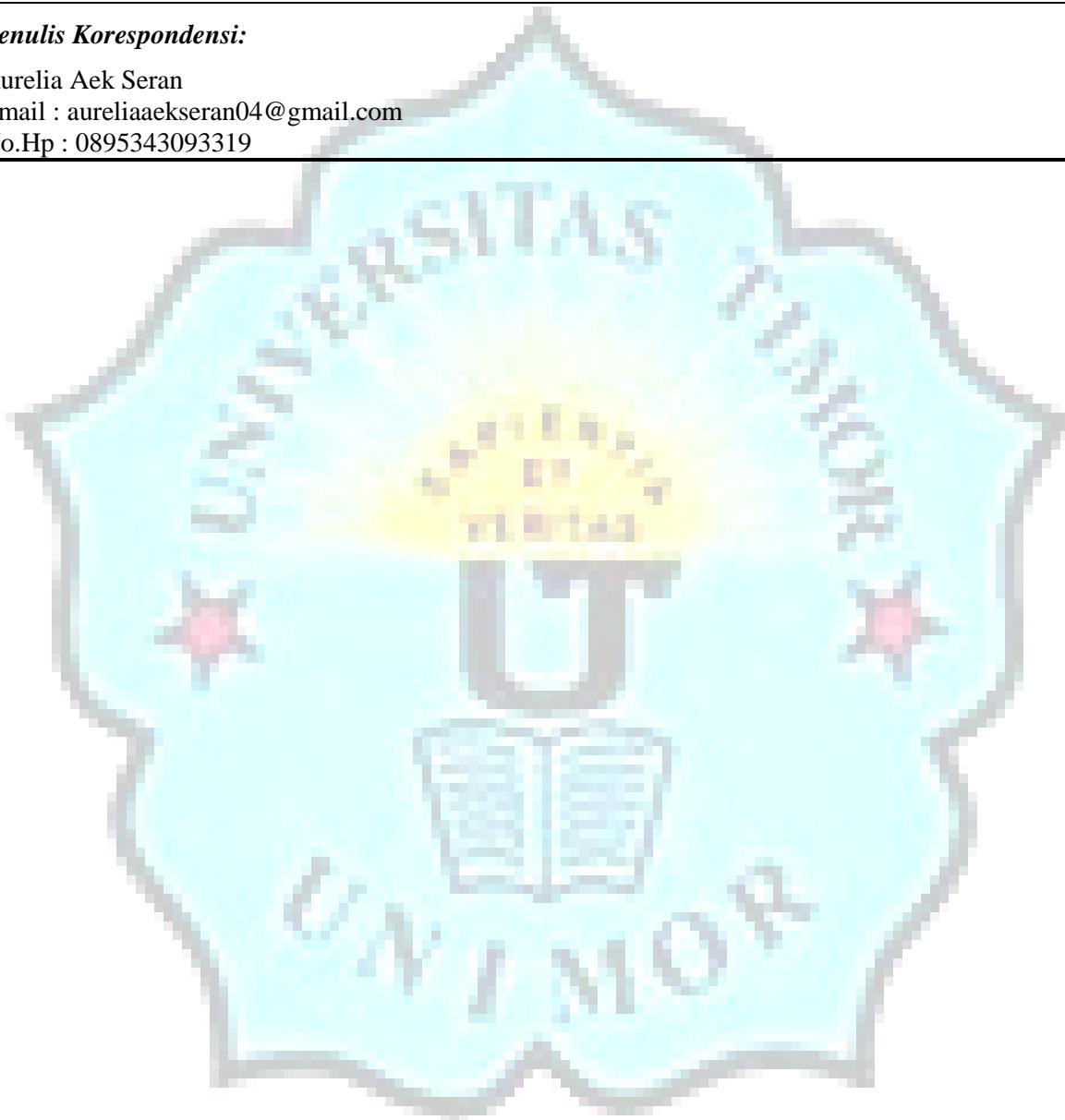
Keywords:

Menarche; Knowledge;
Adolescents

girls more prepared and confident in dealing with physical and emotional changes during puberty.

Penulis Korespondensi:

Aurelia Aek Seran
Email : aureliaaekseran04@gmail.com
No.Hp : 0895343093319



PENDAHULUAN

Masa remaja adalah masa peralihan dari anak-anak menuju dewasa. Pada masa ini terjadi perubahan perkembangan seperti perkembangan fisik, psikis, dan psikososial (Ayu A & Sinulingga, 2020). Remaja merupakan penduduk yang berada dalam usia rentang 10-18 tahun. Masa remaja juga dikenal sebagai masa pubertas yaitu masa transisi dari kanak-kanak menjadi masa dewasa. Pada masa remaja, seseorang akan mengalami perkembangan fisik yang cepat yaitu adanya perubahan pertumbuhan organ-organ reproduksi (organ seksual) untuk mencapai kematangan, yang ditunjukkan dengan kemampuan melaksanakan fungsi reproduksi. Perubahan yang terjadi pada proses pertumbuhan tersebut diikuti dengan munculnya tanda-tanda seks primer, sehingga pada remaja putri ketika memasuki masa pubertas akan mengalami peristiwa penting yang dikenal dengan *menarche* atau menstruasi pertama (Deade et al., 2022).

Menarche dapat menyebabkan perubahan fisik dan mental bagi remaja putri, karena pada tahap ini mereka

akan mengembangkan rasa harga diri dan juga tumbuh menjadi orang dewasa yang lebih matang. Banyak perubahan fisik, fisiologis, emosional, dan kognitif yang terjadi selama siklus menstruasi. Akibat perubahan tersebut dan remaja yang tidak siap menghadapi *menarche* akan mengalami kecemasan, munculnya gejala patologis seperti rasa takut, gelisah, khawatir, dan konflik batin serta masalah lainnya seperti pusing, mual, sulit tidur, sulit konsentrasi dan menstruasi yang tidak teratur. Remaja putri juga dapat mengalami risiko keputihan, infeksi reproduksi, kanker serviks, dan penyakit lainnya karena masalah kebersihan diri yang buruk. Keadaan ini akan sangat beresiko terjadi apabila didukung dengan faktor lain seperti kurangnya pengetahuan tentang *menarche* dalam hal kesehatan Reproduksi, sebaliknya seorang remaja yang telah siap menghadapi *menarche* dan memiliki pengetahuan yang cukup tentang *menarche* akan merasakan perasaan positif seperti kepuasan, kenyamanan, dan kesenangan dikarenakan menganggap diri mereka sudah dewasa secara biologis (sardaniah, yustisia nova, 2024).

Menurut *World Health Organization* (WHO) sekitar seperlima penduduk dunia dari remaja berumur 10-19 tahun sudah mengalami menstruasi (*menarche*). Di Amerika Serikat, sekitar 95% wanita remaja mempunyai tanda-tanda pubertas dengan *menarche* pada umur 12 tahun dan rata-rata 12,5 tahun yang diiringi dengan pertumbuhan fisik saat menstruasi (*menarche*) (WHO, 2022). Di Indonesia umur pertama kali seorang perempuan mengalami menstruasi di mulai dari umur 9-10 tahun sebanyak 4,6%, umur 11-12 Tahun (34,1%), umur 13-14 Tahun (27,2%), umur 15-16 Tahun (5,4%), umur 17-18 Tahun (0,3%), sedangkan yang belum mengalami menstruasi sebanyak 28,45% (SKI, 2023). Di NTT umur pertama kali seorang perempuan mengalami menstruasi di mulai dari umur 6-8 sebanyak 0,2%, umur 9-10 Tahun (1,7%), umur 11-12 Tahun (21,4%), umur 13—14 Tahun (27,7%), umur 15-16 Tahun (10,4%), umur 17-18 Tahun (0,9%) dan sebanyak 37,7% perempuan belum mengalami menstruasi (SKI, 2023). Studi pendahuluan yang dilakukan di SMP Negeri 1 Atambua pada bulan september didapatkan hasil bahwa dari

total 632 siswi sebanyak 153 (24,3%) belum mengalami menstruasi (Menarche) sedangkan 479 (75,7%) sudah mengalami haid atau menstruasi.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Ayu A & Sinulingga, (2020) dengan judul Pengetahuan Remaja putri tentang *menarche* terhadap 115 remaja putri mendapatkan hasil bahwa pengetahuan remaja putri tentang *menarche* (menstruasi pertama) kategori Baik sebanyak 53(46%) responden, 45 (39%) responden dengan pengetahuan cukup, dan 17 (15%) responden dengan pengetahuan Kurang. Penelitian lain yang dilakukan Fiah & Futriani, (2023) tentang hubungan tingkat pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan menghadapi mestruasi pertama pada siswi kelas VI SDN Jakamulya V Bekasi Selatan, menunjukkan bahwa dari 40 responden sebanyak 9 responden (22,5%) pengetahuan baik, 11 responden (27,5%) pengetahuan cukup, 20 responden (50%) pengetahuan kurang. Adapun Hasil penelitian (Rohmawati et al., 2023) tentang gambaran pengetahuan siswi tentang *menarche* yang menunjukkan bahwa jumlah 32 responden terdapat

kategori pengetahuan baik sebanyak 2 responden (6,3%), 12 responden (37,5%) pengetahuan cukup, dan 18 responden (56,3%) pengetahuan kurang. Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) 2018, sekitar 38% remaja perempuan mengetahui tentang menstruasi dari teman sebaya, 30% dari orang tua, 9% dari kaka atau adik, 10% dari pengajar dan 14% tidak mendapatkan informasi dari siapapun (Nadia Febrianti, Siti Rochmani, 2024).

Proses menstruasi adalah siklus bulanan yang terjadi pada tubuh manusia, biasanya berlangsung sekitar 28 hari. Proses menstruasi dimulai dari fase folikuler yaitu hormon FSH (*Follicle Stimulating Hormone*) merangsang perkembangan folikel di ovarium. Folikel ini menghasilkan estrogen, yang mempersiapkan lapisan rahim. Ketika kadar estrogen mencapai puncak, terjadi lonjakan LH (*Luteinizing Hormone*), yang memicu pelepasan sel telur dari folikel, biasanya sekitar hari ke-14. Folikel yang pecah menjadi korpus luteum, yang menghasilkan progesteron.

Hormon ini membantu menebalkan lapisan rahim untuk persiapan kemungkinan kehamilan. Jika tidak terjadi pembuahan, kadar hormon menurun, dan lapisan rahim yang tidak dibutuhkan akan terlepas, menyebabkan menstruasi (Utami & Wibowo, 2021).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Syarif et al., (2020) di SMP Negeri 1 Atambua pada tahun 2020 didapatkan dari 163 responden sebanyak 73 responden mengalami cemas ringan dan mengalami cemas sedang, hal ini kemungkinan terjadi karena dari beberapa siswi remaja putri mungkin telah terpapar informasi tentang pengetahuan haid pertama kali sehingga ada beberapa anak bisa mengatasi tingkat kecemasannya, dan sebanyak 90 responden mengalami cemas berat dan mengalami panik. hal ini berarti sebagian besar responden belum mengerti tentang perubahan didalam dirinya (baik perubahan psikologis maupun fisiologis) dan kurangnya informasi mengenai haid pertama kali.

METODE

Penelitian ini menggunakan desain penelitian deskriptif yaitu suatu metode penelitian yang dilakukan dengan tujuan utama untuk membuat gambaran tentang suatu keadaan secara objektif (Swarjana, 2022). Pada penelitian ini menggunakan desain penelitian deskriptif yang bertujuan untuk menggambarkan pengetahuan remaja putri dalam menghadapi haid pertama kali (*menarche*) di SMP Negeri 1 Atambua. Penelitian ini dilaksanakan di SMP Negeri 1 Atambua. Populasi dalam penelitian ini adalah siswi SMP Negeri 1

Atambua yang belum mengalami haid pertama kali (*menarche*). Sampel dalam penelitian ini adalah yang memenuhi kriteria inklusi yakni siswi yang belum mengalami haid pertama kali (*menarche*), bersedia menjadi responden dengan menandatangi *informed consent*. Jumlah sampel berjumlah 70 siswi. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *total sampling*. Alat pengumpulan data dalam penelitian ini adalah berupa kuesioner yang sudah di uji validasi dan reliabilitas. Analisa data menggunakan analisa distribusi frekuensi.

HASIL

Karakteristik responden dalam penelitian ini meliputi umur, kelas, dan kategori pengetahuan.

1. Karakteristik responden berdasarkan umur

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Umur

Umur	frekuensi	%
12 Tahun	54	77.2%
13 Tahun	15	21.4%
14 Tahun	1	1.4%
12 Tahun	54	77.2%
Total	70	100%

Sumber: Data Primer, Januari 2025

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan hasil bahwa karakteristik responden sesuai umur siswi yang paling banyak

berada pada kelompok umur 12 tahun yaitu sebanyak 54 siswi (71,2%). Dan kelompok umur siswi yang paling sedikit adalah 14 tahun dengan jumlah 1 siswi (1,4%).

2. Karakteristik responden berdasarkan kelas

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Kelas

Kelas	Frekuensi (n)	Presentase (%)
7	61	87.1%
8	9	12.9%
Total	70	100%

Sumber : Data Primer, Januari 2025

Berdasarkan Tabel 2 menunjukkan hasil bahwa karakteristik responden

sesuai kelas, siswi yang paling banyak adalah kelas 7 yakni sebanyak 61 siswi (87.1%) dan kelas 8 berjumlah 9 siswi (12.9%).

3. Data khusus karakteristik responden berdasarkan kategori pengetahuan

Tabel 3 Data Khusus Distribusi Frekuensi karakteristik Responden Berdasarkan Kategori Pengetahuan Remaja Putri Dalam Menghadapi Haid Pertama kali (*Menarche*) Di SMP Negeri 1 Atambua

Kategori Pengetahuan	Frekuensi (n)	Presentase (%)
Baik	64	91.4%
Cukup	6	8.6%
Kurang	0	0.0%
Total	70	100%

PEMBAHASAN

Hasil penelitian analisa statistik menggunakan distribusi frekuensi mendapatkan hasil pengetahuan remaja putri dalam menghadapi haid pertama kali (*Menarche*) di SMP Negeri 1 Atambua dengan kategori baik sebanyak 64 siswi (91,4%), sedangkan hasil pengetahuan remaja putri dalam menghadapi haid pertama kali (*Menarche*) dengan kategori cukup sebanyak 6 siswi (8,6%). *Menarche* pada remaja putri merupakan salah satu fase penting dalam kehidupan remaja, yang menandai awal dari siklus menstruasi dan kemampuan reproduksi. Pengetahuan tentang *menarche* sangat penting bagi remaja

Sumber: Data Primer, Januari 2025

Berdasarkan tabel 3 uji statistik menggunakan distribusi frekuensi menunjukkan hasil tentang pengetahuan remaja putri dalam menghadapi haid pertama kali (*Menarche*) dengan kategori baik sebanyak 64 siswi (91,4%), hasil pengetahuan remaja putri dalam menghadapi haid pertama kali (*Menarche*) kategori cukup sebanyak 6 siswi (8,6%), sedangkan kategori kurang tidak ada.

putri karena dapat membantu mereka mempersiapkan diri dalam menghadapi perubahan fisik dan emosional yang terjadi selama masa pubertas. Pengetahuan tentang *menarche* mencakup informasi tentang definisi *menarche*, gejala-gejala yang dialami saat *menarche*, cara mengelola haid, dan pentingnya menjaga kebersihan dan kesehatan reproduksi (Kuswati & Handayani, 2019). Penelitian yang dilakukan oleh Sriutami & Hindiarti (2021) tentang gambaran pengetahuan remaja putri tentang *menarche* di SDN Sirnaraja yang mendapatkan hasil bahwa dari 70 siswi sebanyak 48 siswi (68,5%) memiliki pengetahuan baik tentang *menarche*. Pengetahuan yang

baik tentang *menarche* dapat membantu remaja putri mempersiapkan diri dengan baik dalam menghadapi *menarche*, sehingga mereka dapat mengelolah perubahan fisik dan emosional dengan lebih baik (Sriutami & Hindiarti, 2021).

Pengetahuan yang baik tentang *menarche* dapat membantu remaja putri untuk memahami perubahan yang terjadi pada tubuh mereka dan dapat mengelolah perubahan tersebut dengan lebih baik. Selain itu, pengetahuan tentang *menarche* juga dapat membantu remaja putri mengurangi kecemasan dan ketakutan yang timbul saat menghadapi *menarche* (Fiah & Futriani, 2023). Sama halnya dengan penelitian yang dilakukan oleh Yuriadi (2023) tentang Gambaran Karakteristik Dan Tingkat Pengetahuan Tentang *Menarche* Pada Siswi Di SMPN 23 Makassar Tello yang mendapatkan hasil bahwa dari 74 siswi sebanyak 69 siswi (93,2%) memiliki pengetahuan yang baik sedangkan sisanya memiliki pengetahuan yang cukup. pengetahuan yang baik tentang *menarche* dapat memberikan dampak positif seperti dapat membantu remaja putri mempersiapkan diri secara psikologis terhadap perubahan fisik dan

emosional yang akan terjadi selama masa pubertas, mengetahui tentang perawatan diri selama menstruasi, seperti penggunaan pembalut yang benar, peningkatan pengetahuan tentang kesehatan reproduksi secara keseluruhan, mengurangi kecemasan dan ketakutan yang mungkin timbul selama masa pubertas, dan juga dapat mengembangkan sikap positif terhadap menstruasi, termasuk pemahaman tentang siklus menstruasi dan perubahan tubuh selama *menarche*.

Pengetahuan merupakan hasil penginderaan manusia atau hasil tahu seseorang terhadap objek melalui indera yang dimiliki (mata, hidung, telinga, dan sebagainya) dan pengukuran pengetahuan dapat dilakukan dengan wawancara atau angket yang menanyakan tentang isi materi yang ingin diukur dari subjek penelitian atau objek (Notoatmojdo, 2018). Pengetahuan remaja merupakan fondasi penting untuk membantu mereka tumbuh dan berkembang menjadi individu yang sehat, bahagia, dan produktif. Remaja perlu memahami berbagai informasi yang berkaitan dengan kehidupan mereka seperti kesehatan reproduksi, perkembangan emosi, perilaku gaya

hidup sehat, hubungan dengan keluarga dan teman, perkembangan kognitif, dan juga penerapan teknologi (Susilowati et al., 2023). Dengan pemahaman yang baik tentang hal-hal tersebut, remaja dapat meningkatkan kesadaran diri, membuat keputusan yang tepat, dan membantu remaja mengembangkan keterampilan hidup yang diperlukan untuk menghadapi tantangan dan peluang di masa depan. Hal ini juga dapat mendorong remaja untuk menjadi individu yang sehat, produktif, dan mencegah masalah kesehatan (Ardhiyanti, 2019).

Pengetahuan remaja sebagian besar diperoleh melalui pendidikan, pengalaman pribadi, serta informasi dari orang lain dan lingkungan sekitarnya. Remaja dapat memperoleh

pengetahuan dari berbagai sumber, seperti keluarga, guru, teman sebaya, media massa dan sumber-sumber online yang terpercaya. Semakin tinggi pengetahuan seseorang tentang *menarche* maka orang tersebut akan lebih paham dan siap dalam menghadapi hal tersebut. Pengetahuan yang didapat akan mempengaruhi persepsi remaja tersebut. Jika persepsi yang dibentuk remaja tentang *menarche* positif, maka hal ini akan berpengaruh pada kesiapan remaja dalam menghadapi *menarche*. hal ini ditandai dengan adanya pemahaman yang mendalam tentang proses *menarche* sehingga siap menerima dan mengalami *menarche* sebagai proses yang normal.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di SMP Negeri 1 Atambua dapat disimpulkan bahwa sebagian besar remaja putri memiliki pengetahuan yang baik tentang *menarche*, yaitu sebanyak 64 orang (91.4%) dari total responden. Hasil ini menunjukkan bahwa pengetahuan yang baik tentang *menarche* dapat membantu remaja putri

mempersiapkan diri dengan baik dan dapat mengelola perubahan fisik dan emosional dengan lebih baik. Pengetahuan yang baik tentang *menarche*, remaja putri dapat lebih siap dan percaya diri dalam menghadapi perubahan fisik dan emosional selama masa pubertas. Pendidikan kesehatan tentang *menarche* perlu diberikan dan diperkuat di sekolah untuk

memastikan bahwa remaja putri memiliki pengetahuan yang baik dan akurat tentang kesehatan reproduksi. Kami menyarankan untuk dilakukan penelitian lebih lanjut terkait hubungan pengetahuan remaja dengan kesiapan remaja dalam menghadapi haid pertama kali.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami mengucapkan terima kasih banyak kepada SMP Negeri 1 Atambua yang telah memberikan ijin dan tempat untuk kami melakukan penelitian

DAFTAR PUSTAKA

- Andriani, L., Simbolon, D., & Riastuti, F. (2022). *Kesehatan Reproduksi Remaja dan Perencanaan Masa Depan* (Edisi I). PT. Nasya Expanding Management.
- Ardhiyanti, Y. (2019). *Pengaruh Peran Orang Tua Terhadap Pengetahuan Remaja Tentang Kesehatan Reproduksi*. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 2(3), 117–121.
- Arikunto, S. (2017). *Prosedur Penelitian : Suatu Pendekatan Praktik*. Rineka Cipta.
- Astuti, D. (2018). *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Universitas Maria Kudus.
- Ayu A, D., & Sinulingga, P. (2020). *Pengetahuan Remaja Putri Tentang Menarche*. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Imelda*, 6(2), 123–127.
- Deade, F. M., Ernita, L., & Nugrahmi, M. A. (2022). *Gambaran tingkat pengetahuan terhadap kesiapan remaja putri pra-pubertas dalam menghadapi menarche di Panti Asuhan Aisyiyah Bukittinggi Tahun* 2021. *Jurnal Ners*, 6(1), 67–74. <https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/ners/article/view/3911>
- Diorarta, R., & Mustikasari. (2020). *Tugas Perkembangan Remaja Dengan Dukungan Keluarga*. *Carolus Journal Of Nursing*, 2(2), 111–119.
- 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(8), 2411–2423.
- Ginau, M. B. (2021). *Perkembangan Remaja dan Problematiknya*. Sleman : PT. Kanisius.
- Isroani, F., & Mahmud, S. (2023). *Psikologi Perkembangan* (Edisi Pert). CV. MITRA CENDEKIA MEDIA.
- Kuswat, & Handayani, R. (2019). *Gambaran Kesiapan Remaja Dalam Menghadapi Menarche Di SDIT AISYIYAH FULL DAY PANDES WEDI Klaten*. *Jurnal Kebidanan*, 8(1), 37–47.
- Mudak, S., & Manafe, S. F. (2023). *Pemulihan Citra Diri Remaja Madya : Integrasi Psikologi dan Teologi*. *Jurnal Ilmiah Religiosity Entity Humanity*, 5(1), 60–69.
- Nadia Febrianti, siti rochmani, ida farida. (2024). *Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Menstruasi Pertama (Menarche) Dengan Tingkat Kecemasan Menghadapi Menarche Pada Siswi Kelas V dan VI Di SDN Tanjakan 4 Rajeg Kabupaten Tangerang*. *Medic Nutricia Jurnal Ilmu Kesehatan*, 7(1), 1–8.
- Notroatmojdo, S. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta.
- Octavia, Y. T., Astyandini, B., Fitria, N. E., & Kusumawardani, E. (2023). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan pada Remaja*. Jakarta : Mahakarya Citra Utama.

- Racham, A., Yochanan, E., & Samanlangi, I. A. (2024). *Metode Penelitian kuantitatif, Kualitatif Dan R&D* (Edisi I). Saba Jaya Publisher.
- Rahayu, A. (2022). *Kebersihan dan Pemeliharaan selama Menarche. Kesehatan Remaja.*
- Rohmawati, W., Wahyuningsih, A., Hartati, L., & Adi Anggreini, L. (2023). *Gambaran Pengetahuan Siswi Tentang Menarche Di Sd Negeri 1 Keprabon Polanharjo Klaten. INVOLUSI: Jurnal Ilmu Kebidanan, 13*(2), 66–69.
- Rosyida, D. A. C. (2020). *Perawatan dan Kebersihan Organ Reproduksi Perempuan. Kesehatan Wanita.*
- sardaniah, yustisia nova, janah fahja niptahul. (2024). *Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Prapubertas Dengan Kesiapan Menghadapi Menarche Di SDN 16 Kota Bengkulu. Jurnal Kesehatan Tambusai, 5*(2), 5078–5086.
- SKI. (2023). *Survei Kesehatan Indonesia (SKI).*
- Sriutami, S., & Hindiarti, Y. I. (2021). *Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Tentang Menarche Di SDN Sirnaraaja. Posiding Kebidanan, 2*(2), 619–624.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D* (Alfabeta (ed.)).
- Sullivan, M. L., & Eberly, E. L. (2022). *Research Ethics: A Handbook for Student and Researchers* (Edisi Pert). Springer.
- Suryana, E., Hasdikurniati, A. I., Harmayanti, A. A., & Harto, K. (2022). *Perkembangan Remaja Awal, Menengah Dan Implikasinya Terhadap Pendidikan. Jurnal Ilmiah Mandala Education (JIME), 8*(3), 1917–1928.
- Susilowati, E., Izah, N., & Rakhimah, F. (2023). *Pengetahuan Remaja Dan Akses Informasi Terhadap Sikap dalam Praktik Kesehatan Reproduksi Remaja. Jurnal Profesi Bidan Indonesia (JPBI), 3*(2), 1–8.
- Swarjana, i ketut. (2022a). *Konsep Pengetahuan, Sikap, Perilaku, Persepsi, Stres, Kecemasan, Nyeri, Dukungan Sosial, Kepatuhan, Motivasi, Kepuasan, Pandemi Covid-19, Akses Layanan Kesehatan - Lengkap dengan konsep teori, cara mengukur variabel, dan contoh kuesioner* (Edisi 1). ANDI.
- Swarjana, i ketut. (2022b). *POPULASI-SAMPEL, Teknik Sampling & Bias Dalam Penelitian* (Edisi 1). ANDI.
- Syarif, S. E., Mau, D. T., & Anugrahini, C. (2020). *Gambaran Tingkat Kecemasan Remaja Putri Dalam Menghadapi Haid Pertama Kali (Menarche) Pada Siswi Kelas VII SMP Negeri 1 Atambua. Jurnal Sahabat Keperawatan, 2*(2), 13–17.
- Utami, S. N., & Wibowo, A. (2021). *Siklus Menstruasi dan Kesehatan Reproduksi. Jurnal Ilmiah Kesehatan, 12*(3), 85–91.
- WHO. (2022). *Profil remaja Tren penyakit tidak menular (PTM) dan faktor resiko yang mempengaruhi remaja di indonesia saat ini.*
- Yuriadi, B. R. (2023). *Gambaran Karakteristik Dan Tingkat Pengetahuan Tentang Menarche Pada Siswi Di SMPN 23 Makassar Tello. Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Kedokteran Dan Ilmu Kesehatan UIN ALAUDDIN Makasar, 8*(1), 58–81.
- Chao, S., Chen, C., & Clark, M. J. (2008). *Meet the real elders: reminiscence links past and present. Journal of Clinical Nursing, 17*(19), 2647-2653. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2702.2008.02341.x>
- Ciment, J. (Ed.). (2006). *Social issues in America: An encyclopedia.* (Vols. 1-8). Armonk, NY: Sharpe

Reference. Schlosser, E. (2002). *Fast food nation*. Perennial.

