

PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN TENTANG MENSTRUASI TERHADAP PENGETAHUAN MENGHADAPI MENARCHE PADA SISWI SD

Sukma Yunita¹, Nurhamijah putri^{2*}

¹ Universitas Haji Sumatera Utara, Medan, Indonesia

² Universitas Haji Sumatera Utara, Medan, Indonesia

Email: ¹ sukmayunita28@gmail.com ² nurhamijahputribatubara2002@gmail.com

Abstrak

Menstruasi pertama yang terjadi menimbulkan kecemasan dan kepanikan bagi remaja yang mengalaminya bahkan sampai ada yang menangis karena malu. Hasil wawancara dengan siswi kelas V di SD Negeri 064986, sudah ada siswi yang mengalami menstruasi namun ada juga siswi tidak mengetahui tentang menstruasi serta mengindikasikan ketidakpahaman tentang tindakan yang harus diambil saat menstruasi. Tujuan dari penelitian ini untuk menganalisis Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Menstruasi Terhadap Pengetahuan Menghadapi *Menarche* pada siswi SD Tahun 2024. Jenis penelitian kuantitatif menggunakan rancangan *Pre-eksperimen*, dengan *one group pretest-posttest design* dengan video animasi. Populasi dan Sample pada penelitian adalah seluruh siswi kelas V sebanyak 20 orang siswi dengan teknik *Total Sampling*. Metode pengumpulan data melakukan observasi langsung dan menyebarkan kuesioner. Uji Statistik yang digunakan adalah *Uji Wilcoxon*. Hasil penelitian terjadi peningkatan pengetahuan setelah diberikannya pendidikan kesehatan dengan video animasi dimana siswi yang sebelumnya berpengetahuan kurang menjadi cukup dan yang sebelumnya berpengetahuan cukup menjadi baik. Hal ini menandakan pengaruh yang signifikan antara pendidikan kesehatan tentang menstruasi terhadap pengetahuan menghadapi *menarche* dimana nilai dari *p-value* $0,000 < 0,05$. Kesimpulan pada penelitian ini dengan adanya pendidikan kesehatan tentang menstruasi sangat efektif untuk meningkatkan pengetahuan siswi dalam mempersiapkan diri mereka untuk menstruasi pertamanya. Diharapkan pada tahun ajaran berikutnya guru dapat mengajarkan siswi tentang kesehatan *menarche* secara berkala sebelum *menarche* pertama mereka supaya siswi lebih siap dalam menghadapinya.

Kata kunci: Pendidikan Kesehatan; Pengetahuan; Menarche

Abstract

The first menstruation that occurs causes anxiety and panic for adolescents who experience it and some even cry because of embarrassment. The results of interviews with fifth grade students at SD Negeri 064986, there are already students who experience menstruation but there are also students who do not know about menstruation and indicate a lack of understanding about the actions that must be taken during menstruation. The purpose of this study was to analyze the effect of health education about menstruation on knowledge of facing *menarche* in elementary school students in 2024. This type of quantitative research uses *Pre-experiment design*, with *one group pretest-posttest design* with animated video. Population and Sample in the study were all fifth grade students as many as 20 students with *Total Sampling* technique. The data collection method is direct observation and distributing questionnaires. The statistical test used is the *Wilcoxon test*. The results of the study showed an increase in knowledge after the provision of health education with animated videos where students who previously had insufficient knowledge became sufficient and those who previously had sufficient knowledge became good. This indicates a significant effect between health education about menstruation on knowledge of facing *menarche* where the *p-value* is $0.000 < 0.05$. The conclusion of this study is that health education about menstruation is very effective in increasing the knowledge of female students

in preparing themselves for their first menstruation. It is expected that in the next school year teachers can teach students about menarche health periodically before their first menarche so that students are better prepared to face it.

Keywords: Health Education; Knowledge; Menarche

Pendahuluan

Kemenkes RI (2018) anak perempuan pada usia tertentu akan mencapai tahapan kematangan biologis pada organ-organ seksual, yang ditandai dengan haid pertama atau disebut *menarche* (Saddiyah Rangkuti, 2021). *Menarche* menjadi ciri khas dari kedewasaan seorang wanita dan merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa, pada masa itu seorang individu mengalami perubahan baik perubahan fisik, psikis, dan sosial yang berhubungan dengan keseluruhan masa transisi antara anak-anak dan kematangan seksual (Wulandari, 2022).

Prevalensi *early menarche* (menstruasi dini) di dunia sebanyak 14,6% (WHO, 2020). Menurut *Indonesian Ministry of Health* (Kemenkes RI, 2018) rata-rata kejadian *menarche* di Indonesia terjadi pada usia 12,4 tahun dengan prevalensi 60%, pada usia 9-10 tahun sebanyak 2,6%, pada usia 11-12 tahun sebanyak 30,3%, pada usia 13 tahun sebanyak 30% dan sisanya mengalami *menarche* di atas usia 13 tahun (Amadeaz et al., 2023).

Menurut data penelitian di Kota Medan tahun 2022, remaja perempuan mengalami *menarche* rata-rata umur 11–14 tahun bahkan ada yang mengalami menarche umur 9 tahun di waktu kelas 4 SD, yang seperti itu bisa tergolong *Earlymaturation* yaitu pubertas sebelum waktunya dan penyebabnya sering tidak diketahui (Badan Pusat Statistik, 2022).

Perubahan psikologis yang dirasakan oleh kebanyakan anak saat menghadapi *menarche* di Indonesia seringkali ditemukan kejadian anak mendapatkan menstruasi pada saat mereka sedang belajar ataupun pada saat mereka sedang bermain di sekolah tanpa ada persiapan, bahkan tanpa adanya pengetahuan sebelumnya mengenai *menarche*. Anak di sekolah juga sering mengalami kebocoran (tembus) yang menyebabkan darah merembes dirok sekolah sehingga anak malu, takut bahkan tidak jarang diantaranya ada yang sampai menangis merasa tidak nyaman dan enggan menerima kenyataan tersebut (Delima et al., 2020).

Menurut Danoer *et al.*, (2022), mengemukakan bahwa datangnya haid pertama menyebabkan anak perempuan merasakan kebingungan, cemas, stres, sampai dengan mudah marah dan emosional bahkan tertekan dan menolak terkait datangnya menstruasi. Hal ini dikarenakan banyaknya remaja yang tidak memahami dasar perubahan yang terjadi pada dirinya, dan tidak memiliki kesiapan untuk menghadapi *menarche* sehingga membutuhkan penyesuaian terhadap perubahan yang terjadi. Menurut Sinaga & Lubis (2021) faktor-faktor yang mempengaruhi ketidaksiapan menghadapi *menarche* diantaranya yaitu: pengetahuan, sikap, dukungan (keluarga dan teman sebaya), usia anak saat mengalami menarche, dan juga peran orang tua (Nuraeni et al., 2023).

Pengetahuan merupakan hasil “tahu” dan ini terjadi setelah melakukan penginderaan terhadap suatu obyek tertentu. Penginderaan terjadi melalui panca indera manusia, sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga. Semua orang mengaku memiliki pengetahuan akan tetapi persoalannya darimana pengetahuan itu diperoleh atau lewat apa pengetahuan itu didapat. Pengetahuan yang kurang dan rasa malu yang dialami oleh anak perempuan dapat menyebabkan kesalah pahaman tentang menstruasi sehingga menyebabkan remaja tersebut tidak siap dalam menghadapi menstruasi (Saddiyah Rangkuti, 2021).

Sumber informasi utama mengenai menstruasi adalah ibu dan kakak perempuan. Ibu sebagai wanita yang pernah mengalami menstruasi dapat dijadikan sebagai tempat untuk bertanya tentang masalah tersebut, namun pada kenyataannya tidak semua ibu dapat memberikan informasi yang memadai kepada putrinya, selain dikarenakan terbatasnya pengetahuan atau kurang mampunya ibu dalam menyampaikan informasi kepada anak, banyak ibu masih merasa canggung dan menganggap bahwa anak perempuan dapat mempersiapkan menstruasinya sendiri (Suyanti et al., 2022).

Terkait permasalahan tersebut upaya yang dapat dilakukan untuk menghadapi *menache* ialah dengan memberikan informasi terkait menstruasi melalui pendidikan kesehatan sehingga mereka lebih siap untuk menyambut *menarche* nantinya. Pendidikan kesehatan *menarche* adalah suatu metode untuk menginformasikan kepada siswi tentang pentingnya *menarche* dan variabel-variabel yang mempengaruhi *menarche* (Amadeaz et al., 2023).

Pendidikan kesehatan dapat diberikan dengan berbagai media, salah satunya memberikan pendidikan kesehatan menggunakan media video animasi karena media video animasi mampu memberikan penjelasan dari pelajaran abstrak menjadi bersifat konkret yang dibuat visualisasi ke dalam bentuk gambar animasi yang bergerak sehingga akan lebih bermakna dan menarik, lebih mudah diterima serta dipahami (Hanifah et al., 2021).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan Wulandari (2022), hasil pengisian kuesioner menunjukkan bahwa sebelum pemberian pendidikan kesehatan melalui video hanya ada 3 siswi yang memiliki skor maksimal, sedangkan setelah pemberian pendidikan kesehatan siswi yang mendapatkan skor maksimal ada 12 orang. Peningkatan jumlah siswi yang mencapai skor maksimal serta terdapat peningkatan rata-rata skor *posttest* tersebut menunjukkan bahwa pemberian pendidikan kesehatan melalui media video dapat meningkatkan pengetahuan siswi tentang menstruasi (Wulandari, 2022).

Penelitian yang sama juga dilakukan oleh Delima et al., (2020), mengenai pengaruh pendidikan kesehatan tentang menstruasi terhadap kesiapan dalam menghadapi *menarche* pada siswi kelas V dan VI di SDN 39 Kinali menunjukkan bahwa kesiapan responden menghadapi *menarche* sebelum diberikan pendidikan kesehatan adalah 91,50 setelah diberikan pendidikan kesehatan adalah 101,25 perbedaan rerata kesiapan menghadapi *menarche* responden sebelum dan setelah dilakukan pendidikan kesehatan dengan hasil uji statistik diperoleh dilai $P = 0,001$ dengan selisih rata-rata 9750. Sehingga dapat di simpulkan ada pengaruh pendidikan kesehatan tentang menstruasi terhadap kesiapan siswi mengkadapi *menarche* (Delima et al., 2020).

Berdasarkan survei pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti di SD Negeri 064986 Jalan Turi Timbang Deli Kec. Medan Amplas pada tanggal 6 Maret 2024 didapatkan jumlah keseluruhan siswi kelas V ada 20 orang siswi, dari hasil wawancara terdapat 3 siswi yang sudah mengalami menstruasi. Pada kenyataannya ada beberapa siswi yang sudah mengalami menstruasi sebelum kelas VI.

Hasil wawancara dengan siswi kelas V SD, didapatkan hampir keseluruhan siswi sama sekali tidak mengetahui gejala terjadinya awal menstruasi pertama (*menarche*) dan mengindikasikan ketidakpahaman tentang tindakan yang harus diambil saat *menarche* seperti cara membersihkan darah haid sehingga mereka merasa hal ini nantinya akan menyulitkan mereka pada saat mengalami menstruasi pertama. Menurut Kepala Sekolah di SD Negeri 064986 belum pernah ada penyuluhan sebelumnya tentang materi kesehatan reproduksi oleh Puskesmas. Materi kesehatan reproduksi pada siswi baru diberikan ketika kelas VI yang tercakup dalam mata pelajaran IPA, yang menyebabkan siswi kelas V belum mendapatkan materi tentang reproduksi/menstruasi.

Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti tertarik untuk meneliti lebih jauh mengenai Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Menstruasi Terhadap Pengetahuan Menghadapi *Menarche* pada siswi kelas SD tahun 2024.

Tujuan

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui ada pengaruh sebelum dan sesudah pemberian pendidikan kesehatan tentang menstruasi terhadap pengetahuan menghadapi *menarche* pada siswi SD.

Metode Penelitian

Jenis penelitian kuantitatif menggunakan rancangan *Pre-eksperimen*, dengan *one group pretest-posttest design* dengan video animasi. Pada rancangan ini tidak menggunakan kelompok pembanding (kontrol), tetapi paling tidak sudah dilakukan observasi awal (*pretest*) yang memungkinkan menguji perubahan-perubahan yang terjadi setelah adanya perlakuan (program) pemberian pendidikan kesehatan tentang menstruasi (Ishak et al., 2023).

Populasi dan Sample pada penelitian adalah seluruh siswi kelas V di SD Negeri 064986 sebanyak 20 orang siswi dengan teknik *Total Sampling*. Metode pengumpulan data melakukan observasi langsung dan menyebarkan kuesioner pengetahuan menghadapi *Menarche* yang sebelumnya telah dilakukan Uji Validitas dengan r hitung $>$ r tabel 0,514 dan Uji Reliabilitas dengan nilai 0,785. Uji Statistik yang digunakan pada penelitian ini adalah *Uji Wilcoxon*.

Hasil dan Pembahasan

Hasil penelitian distribusi frekuensi data demografi responden siswi SD kelas V di SD Negeri 064986 Jalan Turi Timbang Deli Kec. Medan Amplas Tahun 2024 sebanyak 20 orang siswi. Dari hasil pengolahan data yang dilakukan dapat dilihat pada table dibawah ini:

Tabel 1. Karakteristik Responden Siswi SD Kelas V di SD Negeri 064986 Jalan Turi Timbang Deli Kec. Medan Amplas Tahun 2024.

Data Demografi	Frekuensi (n)	Presentase (%)
Umur		
11 Tahun	17	85%
12 Tahun	3	15%
Total	20	100%
Menarche		
Belum	17	85%
Sudah	3	15%
Total	20	100%
Sumber Informasi		
Belum Pernah	20	100%
Total	20	100%

Pada table 1. menjelaskan tentang distribusi responden menurut karakteristik data demografi dengan total responden sebanyak 20 siswi. Pada siswi kelas V paling banyak berusia 11 tahun yaitu 17 siswi (85%). Siswi yang belum mengalami *menarche* sebanyak 17 siswi (85%) dan seluruh siswi belum pernah mendapatkan materi kesehatan tentang menstruasi.

Tabel 2. Pengetahuan Siswi Menghadapi *Menarche* Sebelum Diberikan Pendidikan Kesehatan Tentang Menstruasi.

Pengetahuan	Frekuensi (n)	Presentasi (%)
Kurang	10	50%
Cukup	10	50%
Total	20	100%

Berdasarkan hasil distribusi pada tabel 2. menunjukkan bahwa sebelum diberikan pendidikan kesehatan tentang menstruasi siswi memiliki pengetahuan kurang tentang *menarche* yaitu sebanyak 10 siswi (50%) dan pengetahuan cukup tentang *menarche* sebanyak 10 siswi (50%).

Tabel 3. Pengetahuan Siswi Menghadapi *Menarche* Sesudah Diberikan Pendidikan Kesehatan Tentang Menstruasi.

Pengetahuan	Frekuensi (n)	Presentasi (%)
Cukup	10	50%
Baik	10	50%
Total	20	100%

Berdasarkan hasil distribusi pada tabel 3. menunjukkan bahwa sesudah diberikan pendidikan kesehatan tentang menstruasi siswi memiliki pengetahuan baik tentang *menarche* yaitu sebanyak 10 siswi (50%) dan pengetahuan cukup tentang *menarche* sebanyak 10 siswi (50%).

Tabel 4. Hasil Analisa Uji Wilcoxon Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Menstruasi Terhadap Pengetahuan Menghadapi *Menarche* Pada Siswi SD

Pengetahuan Siswi	Median (minimum–maksimum)	Perubahan Ranging	<i>P-value</i>
Sebelum	56 (33 – 73)	Ranging Negatif	0,000
Sesudah	76 (60 – 87)	Ranging Positif Ties	

Berdasarkan tabel 4.4 dapat dijelaskan bahwa pengetahuan siswi sesudah diberikan pendidikan kesehatan tentang menstruasi menjadi baik dibandingkan dengan sebelum pendidikan kesehatan. Hal ini dapat dilihat dari nilai median masing-masing yaitu, 56 (Pretest) dan 76 (Posttest), serta hasil perubahan diperoleh Ranging Positif dengan nilai 10,50 dengan arti terdapat peningkatan nilai posttest dari pretest.

Pengetahuan menghadapi *menarche* pada siswi kelas V dari hasil uji Wilcoxon didapatkan nilai *p-value* = 0,000. Dimana nilai ini lebih kecil dari α (0,05), berdasarkan dari nilai tersebut dimana $p = 0,000 < \alpha$ (0,05) yang artinya H_0 ditolak dan H_a diterima terdapat pengaruh pendidikan kesehatan tentang menstruasi terhadap pengetahuan menghadapi *menarche* pada siswi kelas V SD Negeri 064986 Jalan Turi Timbang Deli Kec. Medan Amplas Tahun 2024.

Pembahasan

Sebagian besar responden berusia 11 tahun yaitu 17 siswi (85%) yang mana hal ini sudah masuk pada usia seorang wanita akan mengalami *menarche* sesuai dengan teori hasil penelitian di kota medan tahun 2022 yang mana *menarche* terjadi pada usia 11-14 tahun (Badan Pusat Statistik, 2022).

Menurut Sinaga & Lubis (2021) faktor-faktor yang mempengaruhi ketidaksiapan menghadapi *menarche* diantaranya yaitu: pengetahuan, sikap, dukungan (keluarga dan teman sebaya), usia anak saat mengalami *menarche*, dan juga peran orang tua (Nuraeni et al., 2023). Hasil wawancara beberapa siswi menyatakan tidak mengetahui gejala terjadinya awal menstruasi pertama (*menarche*) dan mengindikasikan ketidakpahaman tentang tindakan yang harus diambil saat *menarche* seperti cara membersihkan darah haid sehingga mereka merasa hal ini nantinya akan menyulitkan mereka pada saat mengalami menstruasi pertama.

Media video animasi merupakan salah satu media pendidikan kesehatan yang dapat diberikan kepada siswi sekolah dasar. Dimana mata dan telinga merupakan indera yang diandalkan untuk memperoleh informasi audio visual tersebut. Media video animasi memiliki beberapa kelebihan dibandingkan media lainnya, hal ini karena video animasi mampu memberikan penjelasan dari pelajaran abstrak menjadi bersifat konkret yang dibuat visualisasi ke dalam bentuk gambar animasi yang bergerak sehingga akan lebih bermakna, menarik dan lebih mudah diterima serta dipahami (Hanifah et al., 2021).

Hasil yang didapat dari jawaban lembar kuesioner terdapat perubahan pengetahuan siswi dimana berpengetahuan kurang menjadi cukup dan yang berpengetahuan cukup menjadi baik, siswi mampu menyampaikan pengertian *menarche*, tanda gejala serta siklus dan perawatan diri selama menstruasi yang dapat membantu siswi untuk siap dalam menghadapi menstruasi pertamanya. Hal ini dipengaruhi oleh tingginya antusias siswi dalam mengikuti kegiatan pendidikan kesehatan dimana informasi yang ditampilkan melalui media video animasi menjadi daya tarik bagi mereka. Terlihat dari sikap siswi yang diam dan memperhatikan secara seksama setiap gambar dan penjelasan yang muncul. Sesekali ekspresi wajah mereka terlihat heran namun tetap memperhatikan video yang ada di depan mereka sampai selesai.

Hal tersebut di atas sesuai dengan teori yang ada. Dimana berdasarkan kerucut pengalaman Edgar Dale, media visual mampu diserap penerima sebanyak 30%. Media video animasi mampu memberikan penjelasan dari pelajaran abstrak menjadi bersifat konkret yang dibuat visualisasi ke dalam bentuk gambar animasi yang bergerak sehingga akan lebih bermakna, menarik dan lebih mudah diterima serta dipahami (Hanifah et al., 2021).

Menurut asumsi peneliti, dari hasil penelitian diketahui bahwa pengetahuan siswi tentang menstruasi meningkat setelah dilakukan pendidikan kesehatan yang diasumsikan adanya informasi tambahan yang diperoleh siswi sehingga bertambah pula pengetahuan siswi terkait hal-hal yang berhubungan dengan menstruasi melalui media video animasi untuk menarik minat dan perhatian siswi agar semakin banyak informasi diserap. Menurut penelitian para ahli, pancaindra yang paling banyak menyalurkan pengetahuan ke otak adalah mata (kurang lebih 75% - 87%), sedangkan 13% - 25% pengetahuan manusia diperoleh atau disalurkan melalui indera lainnya (Mahendra et al., 2019).

Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan Wulandari (2022), dimana hasil pengisian kuesioner menunjukkan bahwa sebelum pemberian pendidikan kesehatan melalui video hanya ada 3 siswi yang memiliki skor maksimal, sedangkan setelah pemberian pendidikan kesehatan siswi yang mendapatkan skor maksimal ada 12 orang. Peningkatan jumlah siswi yang mencapai skor maksimal serta terdapat peningkatan rata-rata skor *posttest* tersebut menunjukkan bahwa pemberian pendidikan kesehatan melalui media video dapat meningkatkan pengetahuan siswi tentang menstruasi (Wulandari, 2022). Berdasarkan hasil penelitian Hanifah et al., 2021, diperoleh rata-rata pengetahuan sebelum diberikan pendidikan kesehatan melalui media video animasi adalah 13,62 dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan meningkat menjadi 20,19. Terdapat perbedaan efektifitas pendidikan kesehatan melalui media video animasi terhadap pengetahuan siswi dalam menghadapi *menarche* 0.006 ($p < 0.05$) (Hanifah et al., 2021).

Kesimpulan

Pengetahuan siswi sebelum dilakukan pendidikan kesehatan tentang menstruasi mengalami peningkatan perbedaan pengetahuan tentang menstruasi pada siswi SD pada saat pretest siswi yang berpengetahuan kurang mengalami peningkatan saat posttest menjadi berpengetahuan cukup dan siswi berpengetahuan cukup saat pretest juga mengalami peningkatan pengetahuan menjadi baik. Hasil ini membuktikan bahwa ada pengaruh yang signifikan pendidikan kesehatan tentang menstruasi terhadap pengetahuan menghadapi *Menarche* di SD Negeri 064986 Jalan Turi Timbang Deli Kec. Medan Amplas Tahun 2024.

Referensi

- Amadeaz, I. A., Hikmawati, I., Aprilina, H. D., & Muzaenah, T. (2023). Pendidikan Kesehatan Dengan Media Menarche Flashcard Islami Tentang Menarche Terhadap Tingkat Pengetahuan Dan Kecemasan Siswi. *Jurnal Riset Kesehatan Masyarakat*, 3(4), 204–211. <https://doi.org/10.14710/jrkm.2023.20097>
- Badan Pusat Statistik. (2022). Jumlah Penduduk Kota Medan Menurut Kelompok Umur dan Jenis Kelamin. In *Www.Medankota.Bps.Go.Id*.
- Delima, M., Andriani, Y., & Lestari, T. (2020). Pendidikan Kesehatan tentang Menstruasi terhadap Kesiapan dalam Menghadapi Menarche pada Siswi Kelas V dan VI. *Jurnal Kesmas Asclepius*, 2(2), 97–104. <https://doi.org/10.31539/jka.v2i2.1617>
- Hanifah, R., Oktavia, N. S., & Nelwatri, H. (2021). Perbedaan Efektifitas Pendidikan Kesehatan Melalui Media Video Animasi Dan Power Point Terhadap Pengetahuan Remaja Putri Dalam Menghadapi Menarche. *Jurnal Kesehatan Mercusuar*, 4(2), 74–81. <https://doi.org/10.36984/jkm.v4i2.232>
- Ishak, S., Choirunissa, R., Agustiawan, Purnama, Y., Achmad, V., Mua, E., Heryyanoor, H., Syamil, A., Ludji, I., Sekeon, R., Wardhana, A., Dafroyati, Y., Fahmi, A., Avelina, Y., Nurbaety, Anggreyni, M., & Lubis, H. (2023). *Metodologi Penelitian Kesehatan*.
- Mahendra, D., Jaya, I. M. M., & Lumban, A. M. R. (2019). Buku Ajar Promosi Kesehatan. *Program Studi Diploma Tiga Keperawatan Fakultas Vokasi UKI*, 1–107.
- Nuraeni, N., Handayani, H., Herdiani, I., Setiawan, A., & Gunawan, I. (2023). Pendidikan Kesehatan Tentang Menarche Pada Siswi Kelas 4 Di Sd Negeri Cilolohan. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Balarea*, 1(6), 18–22.
- Saddiyah Rangkuti. (2021). Pengaruh Pendidikan Kesehatan terhadap Persiapan Menghadapi Menarche pada Siswa SD 060963 Tahun 2020. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (JURKESMAS)*, 1(1), 1–6. <https://doi.org/10.53842/jkm.v1i1.6>
- Suyanti, S., Evitasari, D., & Suteja, N. E. C. I. (2022). Hubungan Pengetahuan Dengan Tingkat Kecemasan Remaja Putri Dalam Menghadapi Haid Pertama (Menarche) Pada Siswi Kelas Vii Di Mts Negeri 7 Sumedang Tahun 2022. *Bunda Edu-Midwifery Journal (BEMJ)*, 5(2), 53–61. <https://doi.org/10.54100/bemj.v5i2.69>
- Wulandari, A. N. (2022). Pendidikan Kesehatan Reproduksi Pada Siswi Sekolah Dasar Dalam Menghadapi Menarche Di SD N Tanjungharjo. *Jurnal Humanis : Jurnal Pengabdian Masyarakat STIKES Csada Bojonegoro*, 7(April), 49–58.