

PENGARUH PENDIDIKAN TEMAN SEBAYA TERHADAP PENGETAHUAN DAN KESIAPAN MENGHADAPI *MENARCHE* PADA REMAJA DI SDN 2 SESETAN

Yenita Wulandari*¹, Ida Arimurti Sanjiwani¹, Ika Widi Astuti¹,
I Gusti Ayu Pramitaresthi¹

¹Program Studi Sarjana Keperawatan dan Pendidikan Profesi Ners Fakultas Kedokteran Universitas Udayana

*korespondensi penulis, e-mail: yenitawulandari16@gmail.com

ABSTRAK

Menarche merupakan tanda peralihan seorang perempuan menuju proses pendewasaan. Remaja yang tidak siap menghadapi *menarche* akan muncul beberapa dampak negatif seperti takut, cemas, bingung, malu, frustrasi, dan kurang percaya diri. Pendidikan teman sebaya adalah suatu metode penyampaian informasi yang disampaikan melalui teman yang memiliki kesamaan umur, kelas, ataupun status. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pendidikan teman sebaya terhadap pengetahuan dan kesiapan menghadapi *menarche* pada remaja di SDN 2 Seseetan. Penelitian ini menggunakan desain *pre eksperimen* dengan pendekatan *one group pretest-posttest*. Besar sampel pada penelitian ini adalah 30 orang siswi yang terbagi menjadi 6 orang sebagai pendidik teman sebaya dan 24 menjadi responden. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *total sampling* pada siswi kelas V. Intervensi diberikan oleh pendidik teman sebaya yang dilakukan selama 7 hari pada responden. Hasil uji *Wilcoxon* pada variabel pengetahuan didapatkan hasil ($p = 0,003 < 0,05$). Hasil uji *Wilcoxon* pada variabel kesiapan didapatkan hasil ($p = 0,025 < 0,05$). Jadi dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pendidikan teman sebaya terhadap pengetahuan dan kesiapan menghadapi *menarche* pada remaja di SDN 2 Seseetan. Penelitian ini diharapkan sebagai acuan untuk menambah pengetahuan dan memberikan sikap yang baik saat mengalami menstruasi awal melalui peran teman sebaya.

Kata kunci: kesiapan, *menarche*, pengetahuan, pendidikan teman sebaya, remaja

ABSTRACT

Menarche is a sign of a woman's transition into adulthood. A lack of preparedness for menarche can lead to negative emotional responses, such as fear, anxiety, confusion, embarrassment, frustration, and low self-confidence. Peer education is an information delivery method in which messages are conveyed by individuals of similar age, grade level, or social status. This study aimed to determine the effect of peer education on knowledge and preparedness for menarche among adolescents at SDN 2 Seseetan. A pre-experimental design with a one-group pretest-posttest approach was used. The study involved 30 fifth-grade female students, with 6 serving as peer educators and 24 as respondents. Total sampling was employed. The intervention consisted of peer education sessions conducted over seven consecutive days. Data were analyzed using the Wilcoxon signed-rank test. The Wilcoxon test results for the knowledge variable showed a significant result ($p = 0.003 < 0.05$), and for the preparedness variable also showed a significant result ($p = 0.025 < 0.05$). Therefore, it can be concluded that peer education has an effect on the knowledge and preparedness for facing menarche among adolescents at SDN 2 Seseetan. This study is expected to serve as a reference for increasing knowledge and encouraging positive attitudes during the first menstruation through the role of peers.

Keywords: adolescent, knowledge, menarche, peer education, readiness

PENDAHULUAN

Masa remaja adalah fase transisi dari masa kanak-kanak ke masa dewasa, yang ditandai dengan masa pubertas. Pada masa pubertas seorang wanita akan mengalami menstruasi pertama yang disebut (*menarche*) (Danoer dkk., 2021). *Menarche* adalah menstruasi pertama yang biasanya terjadi antara usia 10 hingga 16 tahun (Ivanna & Junita Suwardi, 2022). *Menarche* yang terjadi lebih awal diakibatkan oleh fungsi perkembangan ovarium yang cepat. Perkembangan ovarium yang cepat akan memproduksi hormon estrogen dan progesteron lebih awal, sehingga terjadi menstruasi yang lebih cepat. Sedangkan perkembangan ovarium yang terlambat akan mengakibatkan seorang remaja perempuan mengalami keterlambatan *menarche* (Lutfiyah dkk., 2023).

World Health Organization (2017), menyatakan bahwa usia *menarche* pada remaja bervariasi antara 10 dan 19 tahun, dan tidak selalu sama. Secara nasional, usia *menarche* berkisar antara 13 hingga 14 tahun terjadi pada 37,5% anak remaja Indonesia (Asfahani dkk., 2019). Hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI) (2023), rata-rata *menarche* remaja terjadi di usia 12 tahun, dengan kejadian lebih awal pada usia kurang dari 9 tahun atau paling lambat usia 17 tahun. Hal ini menunjukkan bahwa *menarche* dini pada remaja mempengaruhi kesiapan dan tidak semua remaja yang memasuki fase *menarche* siap menghadapi *menarche*.

Pengetahuan tentang menstruasi sangat penting bagi remaja perempuan untuk mempersiapkan diri menghadapi *menarche*. Jika pengetahuan tentang menstruasi yang dimiliki remaja kurang, maka remaja akan merasa tidak siap dan menyebabkan masalah kesehatan. Oleh karena itu, pemberian informasi tentang menstruasi sangat layak diberikan karena dapat meningkatkan pemahaman serta kesiapan remaja putri dalam menghadapi *menarche* (Sainah dkk., 2022). Kesiapan menghadapi *menarche* merupakan suatu keadaan yang menunjukkan bahwa seorang wanita siap untuk mencapai salah satu

kematangan fisik yaitu datangnya menstruasi pertama (Sanjiwani & Pramitaresthi, 2020). Remaja yang belum siap menghadapi *menarche* akan muncul beberapa dampak negatif seperti rasa takut, cemas, bingung, malu, frustrasi, bahkan penolakan dan kurang percaya diri (Sanjiwani & Pramitaresthi, 2020).

Penelitian yang dilakukan oleh (Sainah dkk., 2022) mengenai kesiapan *menarche* remaja putri menyatakan bahwa mayoritas siswi tidak siap menghadapi *menarche* sebanyak 24 (60,0%) dari 40 responden. Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Baroroh & Artanti (2022) mengenai persepsi kesiapan remaja putri dalam menghadapi *menarche* di sekolah dasar menyatakan bahwa 52,9% responden tidak siap menghadapi *menarche*. Banyaknya penelitian yang telah dilakukan, masih banyak remaja yang tidak siap menghadapi *menarche*, hal ini disebabkan karena kurangnya pengetahuan tentang menstruasi. Maka dari itu, pemberian informasi tentang menstruasi layak diberikan agar remaja perempuan memiliki persiapan yang matang (Fitri & Epi Kurnia, 2021).

Pemberian informasi pada remaja dapat diberikan melalui teman sebaya (*peer group*). *Peer group* merupakan salah satu kelompok yang memberikan informasi melalui sosialisasi bagi individu (Tirta Suminar & Nur Anisa, 2020). Teman sebaya bisa menjadi contoh dalam berperilaku terkait kesehatan (Tirta Suminar & Nur Anisa, 2020). Hal ini sesuai dengan tugas perkembangan remaja awal, dimana remaja akan lebih dekat atau akrab dan lebih terbuka dengan teman sebayanya dibandingkan dengan orang yang lebih tua (Ratnasari & Na'mah, 2019). Pemberian informasi dan edukasi pada remaja dapat menggunakan metode pendidikan teman sebaya (*peer group education*).

Pendidikan teman sebaya (*peer group education*) adalah suatu metode penyampaian edukasi dan informasi yang disampaikan oleh seorang teman atau kelompok masyarakat yang dikategorikan

berdasarkan umur, kelas atau status (Sari dkk., 2021). Pendidikan kesehatan menggunakan metode pendidikan teman sebaya merupakan cara yang efektif untuk meningkatkan pengetahuan tentang kesehatan remaja karena informasi diberikan oleh teman sendiri dengan menggunakan bahasa yang sama, dapat dilakukan kapanpun dan dimanapun (Sari dkk., 2021). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Tirta Suminar & Nur Anisa (2020) menunjukkan bahwa terdapat pengaruh *peer education* tentang kesehatan menstruasi terhadap kesiapan menghadapi menstruasi awal. Hal tersebut membuat remaja mampu menerima informasi dengan baik karena terciptanya proses pembelajaran yang menyenangkan antara pendidik sebaya kepada teman sebayanya dalam suasana informal yang mencegah suasana belajar menjadi

membosankan dan mendorong anak untuk bertanya (Narsih dkk., 2020).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada 12 siswi kelas IV, V, dan VI yang belum mengalami *menarche* terdapat 8 dari 12 siswi (66,7%) tidak siap menghadapi menstruasi dan menganggap menstruasi itu hal yang memalukan dan membuat sakit, siswi juga merasa cemas serta takut jika menstruasi itu datang. Sedangkan sebanyak 4 dari 12 siswi (33,3%) siap menghadapi menstruasi pertama. Sebagian besar siswi SDN 2 Sesean mengatakan tidak tahu tentang menstruasi, cara perawatan selama menstruasi, dan tidak pernah mendapatkan informasi dari manapun.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pendidikan teman sebaya terhadap pengetahuan dan kesiapan menghadapi *menarche* pada remaja di SDN 2 Sesean.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini termasuk penelitian kuantitatif menggunakan desain *pre eksperimen* dengan pendekatan *one grup pretest-posttest*. Sampel penelitian terdiri dari 30 orang siswi kelas V yang terbagi menjadi 6 orang siswi menjadi pendidik teman sebaya, 24 siswi menjadi responden. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik total *sampling*. Seluruh sampel yang dipilih telah memenuhi kriteria yang telah ditetapkan dalam penelitian ini. Penelitian ini menggunakan 2 kuesioner, yakni kuesioner pengetahuan menstruasi dengan 20 item pernyataan telah dinyatakan valid dengan nilai *Alpha Cronbach* = 0,762 dan kuesioner kesiapan menghadapi *menarche*

dengan 15 item pernyataan dinyatakan valid dengan nilai *Alpha Cronbach* = 0,842.

Proses pengumpulan data dimulai dari memilih calon pendidik teman sebaya sebanyak 6 orang, melakukan pelatihan pendidik teman sebaya selama tiga hari dengan topik yang berbeda, menetapkan pendidik teman sebaya, menentukan kelompok teman sebaya dan pendidik teman sebaya memberikan edukasi kepada responden selama 7 hari.

Analisis data menggunakan uji non parametrik yaitu uji *Wilcoxon*. Penelitian ini telah mendapatkan surat keterangan laik etik dari Komisi Etik FK Unud/RSUP Sanglah 0088/UN14.2.2.VII.14/ LT/2025.

HASIL PENELITIAN

Adapun karakteristik responden tergambar pada tabel 1 berikut:

Tabel 1. Gambaran Karakteristik Responden (n=24)

Karakteristik	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Usia		
10 tahun	9	37,5
11 tahun	15	62,5
Total	24	100
Status Gizi		

BB Kurang	19	79,2
Normal	4	16,7
Obesitas 1	1	4,2
Total	24	100
Status Tempat Tinggal		
Bersama Orang Tua	24	100
Total	24	100

Tabel 1 menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki usia 11 tahun sebanyak 15 orang (62,5%). Status gizi BB kurang

sebanyak 19 orang (79,2%). Sebagian besar responden tinggal bersama dengan orang tua sebanyak 24 orang (100%).

Tabel 2. Gambaran Tingkat Pengetahuan dan Kesiapan Sebelum (*Pretest*) dan Sesudah (*posttest*) Pendidikan Teman Sebaya (n=24)

Variabel	Kategori	Frekuensi (Sebelum)	Persentase (Sebelum)	Frekuensi (Sesudah)	Persentase (Sesudah)	p-value
Pengetahuan	Baik	13	54,2%	23	95,8%	0,003
	Cukup	5	20,8%	1	4,2%	
	Kurang	6	25,0%	-	-	
	Total	24	100%	24	100%	
Kesiapan	Siap	19	79,2%	24	100%	0,025
	Tidak Siap	5	20,8%	-	-	
	Total	24	100%	24	100%	

Tabel 2 menunjukkan bahwa mayoritas pengetahuan responden sebelum dilakukan pendidikan teman sebaya yang menunjukkan pengetahuan baik sebanyak 13 orang (54,2%). Sedangkan sesudah dilakukan pendidikan teman sebaya seluruh responden menunjukkan pengetahuan baik sebanyak 23 orang (95,8%). Hasil uji non parametrik *Wilcoxon* memperoleh nilai *p-value* = 0,003 (<0,05) yang artinya terdapat pengaruh pendidikan teman sebaya terhadap pengetahuan tentang menstruasi pada remaja putri di SDN 2 Sesetan.

Mayoritas kesiapan responden sebelum dilakukan pendidikan teman sebaya yang menunjukkan siap sebanyak 19 orang (79,2%). Sedangkan sesudah dilakukan pendidikan teman sebaya seluruh responden menunjukkan siap menghadapi *menarche* sebanyak 24 orang (100%). Hasil uji non parametrik *Wilcoxon* memperoleh nilai *p-value* = 0,025 (<0,05) yang artinya terdapat pengaruh pendidikan teman sebaya terhadap kesiapan menghadapi *menarche* pada remaja putri di SDN 2 Sesetan.

PEMBAHASAN

Karakteristik responden dalam penelitian ini mayoritas responden berusia 11 tahun (62,5%). Usia responden dan pendidik teman sebaya memiliki kesamaan dan masuk dalam kategori remaja awal. Remaja awal ini memiliki peran *peer group* yang sangat dominan, karena mereka akan berusaha membentuk kelompok, bertingkah laku yang sama, dan mempunyai bahasa ataupun kode isyarat yang sama. Data yang didapatkan pada karakteristik usia sejalan dengan teori yang menyatakan bahwa menstruasi pertama (*menarche*) dimulai pada rentang usia 10-16 tahun atau di masa

remaja awal (Tirta Suminar & Nur Anisa, 2020).

Karakteristik berdasarkan status gizi mayoritas status gizi responden berada pada kategori BB kurang (79,2%). Peningkatan status gizi dikaitkan dengan akumulasi lemak pada jaringan adiposa yang secara positif meningkatkan kadar leptin, karena peningkatan leptin dapat mempengaruhi hormon seksual (Fajriani dkk., 2023). Remaja yang memiliki status gizi lebih baik mengalami *menarche* lebih awal dibandingkan dengan remaja yang memiliki status gizi lebih buruk (Syam dkk., 2022). Nutrisi yang cukup atau berlebihan pada

remaja mempengaruhi hormon pertumbuhan dan yang terpenting dapat mempercepat pematangan hormon seks, sehingga *menarche* terjadi lebih awal atau tepat waktu. Sebaliknya status gizi yang buruk pada remaja putri berdampak pada penurunan fungsi reproduksi, sehingga menyebabkan *menarche* pada usia yang tidak seharusnya (Alam dkk., 2021).

Karakteristik responden berdasarkan status tempat tinggal seluruh responden kelas V tinggal bersama dengan orang tua (100%). Remaja yang tinggal bersama dengan orang tua akan memperoleh dukungan baik dukungan secara emosional, instrumental, ataupun informasi sehingga remaja putri akan memahami dan mempersiapkan diri dalam menghadapi *menarche* (Amalia & Nabilah, 2022). Orang tua memiliki peran yang sangat penting dalam perkembangan kepercayaan diri anak remaja. Remaja mulai mengenali proses seksual di dalam tubuhnya dan pasti akan memberitahu ibunya ketika mengalami menstruasi pertama kali (Silpia Utami dkk., 2024). Dukungan orang tua dalam bentuk kasih sayang, berbagi informasi reproduksi secara aktif, membantu mempersiapkan anak menghadapi menstruasi akan meningkatkan kesiapan anak remaja dibandingkan dengan tidak memiliki dukungan keluarga (Tarigan, 2022).

Hasil penelitian pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan pendidikan teman sebaya mengalami peningkatan. Pengetahuan remaja sebelum dan sesudah diberikan pendidikan teman sebaya masuk ke dalam kategori pengetahuan baik. Hal ini dapat terjadi karena ada beberapa faktor yang mempengaruhi pengetahuan remaja seperti usia, tingkat pendidikan, pengalaman, dan budaya (Agus Sulistyowati, Putra & Umami, 2017). Usia seseorang dapat mempengaruhi kemampuan terhadap pengetahuan yang dipelajarinya. Sesuai dengan hasil analisis uji tabulasi silang yang telah dilakukan menunjukkan bahwa sebagian besar responden dengan kelompok usia 11 tahun memiliki pengetahuan baik. Usia berpengaruh pada kemampuan dan pola

pikir seseorang. Semakin bertambahnya usia, kemampuan menyerap dan pola pikirpun berkembang sehingga pengetahuan yang diperoleh meningkat. Pengetahuan yang baik erat kaitannya dengan pendidikan yang didapat dari individu.

Pendidikan mempengaruhi sejauh mana pengetahuan seseorang. Semakin tinggi tingkat pendidikan individu, maka semakin banyak pengetahuan yang didapat (Purbasari *et al.*, 2022). Pengetahuan juga bisa dipengaruhi dari pengalaman. Pengalaman remaja dapat diambil dari peristiwa yang mereka sendiri dan orang lain, teman sebaya, orang tua, dan keluarga alami. Budaya atau kebiasaan seseorang juga dapat mempengaruhi pengetahuan individu. Peneliti berasumsi bahwa tingkat pengetahuan remaja sudah baik karena rata-rata mereka berada di usia remaja awal dan mendapatkan informasi mengenai *menarche* dari keluarga atau ibunya.

Hasil penelitian kesiapan sebelum dan sesudah diberikan pendidikan teman sebaya mengalami peningkatan. Kesiapan menghadapi *menarche* remaja sebelum dan sesudah diberikan pendidikan teman sebaya termasuk ke dalam kategori siap. Hal ini terjadi karena seluruh responden tinggal bersama dengan orang tua. Sesuai dengan hasil analisis uji tabulasi silang sebagian besar responden yang tinggal bersama dengan orang tua memiliki kesiapan siap. Penerimaan diri menjadi faktor yang mempengaruhi kesiapan *menarche* remaja, jika seorang remaja mampu memahami perubahan yang terjadi pada dirinya maka remaja akan menerima segala bentuk kekurangan maupun kelebihan yang ada pada dirinya (Permatasari, 2021). Pengetahuan juga menentukan kesiapan seorang remaja dalam menghadapi *menarche* (Wulandari, 2022). Jika pengetahuan yang dimiliki remaja baik, maka remaja akan siap menghadapi *menarche*.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh pendidikan teman sebaya terhadap pengetahuan tentang menstruasi pada remaja di SDN 2 Sesetan.

Hal ini disebabkan karena semua responden memperhatikan materi yang disampaikan oleh pendidik sebaya sehingga responden lebih memahami arti menstruasi dan *menarche*. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan sebelumnya oleh Ratnasari & Na'mah (2019) menyatakan bahwa ada pengaruh *peer education* terhadap pengetahuan tentang *menarche* pada remaja putri umur 10-12 tahun. Hal ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nurhayati & Husnul Qothimah (2023), menunjukkan bahwa terdapat pengaruh metode *peer education* terhadap pengetahuan *personal hygiene* menstruasi. Memberikan pengetahuan kepada remaja perempuan adalah salah satu cara untuk mempersiapkan remaja menghadapi *menarche* (Nur Hasanah, 2023).

Metode pendidikan kesehatan juga berpengaruh terhadap kemampuan meningkatkan pengetahuan. Pendidikan kesehatan menggunakan metode pendidikan teman sebaya memiliki efek yang lebih positif. Hasil penelitian ini sesuai dengan teori yang menyatakan bahwa pendidik sebaya dapat mempengaruhi teman-temannya serta menjadi contoh yang baik (Ratnasari & Na'mah, 2019). Jika teman sebaya memiliki pengetahuan yang baik maka remaja akan dapat menularkan pengetahuan yang dimilikinya kepada temannya.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh pendidikan teman sebaya terhadap kesiapan menghadapi

menarche pada remaja di SDN 2 Sesetan. Hasil penelitian ini sejalan dengan temuan penelitian Tirta Suminar & Nur Anisa (2020), menunjukkan bahwa terdapat pengaruh *peer education* tentang kesehatan menstruasi terhadap kesiapan menghadapi menstruasi awal pada siswi SD 2 Jambidan Bantul Yogyakarta. Penelitian lain yang dilakukan oleh Putri dkk (2024), menunjukkan bahwa metode *peer group* secara efektif meningkatkan kesiapan remaja dalam menghadapi *menarche*. Penelitian yang dilakukan oleh Nur Hasanah (2023) menunjukkan bahwa *peer group* berpengaruh dalam meningkatkan kesiapan siswi SD Kelas IV dan V dalam menghadapi *menarche* di SDN Banjaran 4 Kota Kediri.

Remaja putri yang memiliki pengetahuan baik akan lebih siap menghadapi *menarche* dibandingkan dengan remaja yang memiliki pengetahuan cukup. Pemberian informasi yang dapat diterapkan pada anak sekolah adalah dengan pendidikan teman sebaya. Pendidikan teman sebaya yang diberikan pada penelitian ini adalah tentang menstruasi. Topik yang diberikan meliputi pengertian menstruasi dan *menarche*, usia *menarche*, *personal hygiene* menstruasi, manajemen nyeri saat menstruasi. Melalui proses diskusi, anak belajar dan mendapatkan pengalaman dari teman sebayanya yang sudah mendapatkan menstruasi, sehingga terjadi proses transfer informasi (Tirta Suminar & Nur Anisa, 2020).

kesiapan menghadapi *menarche* pada remaja di SDN 2 Sesetan.

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan variabel lainnya yang dapat mendukung metode pendidikan teman sebaya. Peneliti selanjutnya juga dapat menggali faktor lainnya yang dapat mempengaruhi pengetahuan dan kesiapan dalam mempersiapkan remaja menghadapi *menarche*.

SIMPULAN

Hasil uji *Wilcoxon* pada variabel pengetahuan menunjukkan adanya perbedaan antara sebelum dan sesudah dilakukan pendidikan teman sebaya dengan nilai ($p\text{-value}=0,003$). Hasil uji *Wilcoxon* variabel kesiapan menghadapi *menarche* menunjukkan adanya perbedaan antara sebelum dan sesudah dilakukan pendidikan teman sebaya dengan nilai ($p\text{-value}=0,025$). Hasil ini berarti ada pengaruh pendidikan teman sebaya terhadap pengetahuan dan

DAFTAR PUSTAKA

- Agus Sulistyowati, Kusuma Wijaya Ridi Putra, & Umami, R. (2017). Hubungan Antara Usia Dan Tingkat Pendidikan Dengan Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Perawatan Payudara Selama Hamil Di Poli Kandungan Di Rsu Jasem, Sidoarjo. <https://doi.org/10.5281/ZENODO.1464319>
- Alam, S., Syahrir, S., Adnan, Y., & Asis, A. (2021). Hubungan Status Gizi dengan Usia Menarche pada Remaja Putri. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 10(03), Article 03. <https://doi.org/10.33221/jikm.v10i03.953>
- Amalia, A. A., & Nabilah, S. A. (2022). Hubungan dukungan sosial orang tua dengan kesiapan menghadapi menarche pada anak usia sekolah di SDN Baginda 2 tahun 2022. *JIKSA - Jurnal Ilmu Keperawatan Sebelas April*, 4(2), Article 2.
- Asfahani, S. R., Lestari, R. F., & Adila, D. R. (2019). Hubungan Pendapatan Orang Tua Dan Status Gizi Terhadap Usia Menarche. *Jurnal Ners Indonesia*, 9(2), 109. <https://doi.org/10.31258/jni.9.2.109-116>
- Baroroh, I., & Artanti, S. (2022). Persepsi Kesiapan Remaja Putri dalam Menghadapi Menarche di Sekolah Dasar. *Jurnal Kebidanan Harapan Ibu Pekalongan*, 9(2), 86–92. <https://doi.org/10.37402/jurbidhip.vol9.iss.2.197>
- Danoer, I. M. S., Arpen, R. S., Tyas, D. A., & Silvia, D. (2021). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Menarche Terhadap Tingkat Pengetahuan Siswi Remaja Kelas VI Di SD Negeri 004/XI Pelayang Raya Kota Sungai Penuh. *Nan Tongga Health And Nursing*, 17(2), 1–12. <https://doi.org/10.59963/nthn.v17i2.104>
- Fajriani, E., Hidayati, D. U., & Anggraini, E. (2023). Hubungan Status Gizi dengan Usia Menarche Siswi Kelas VII Dan VIII. *Jurnal Kebidanan*, 13(2), 175–182. <https://doi.org/10.35874/jib.v13i2.1291>
- Ivanna, M. J., & Junita Suwardi, A. (2022). Pengetahuan Remaja Tentang Menstruasi Terhadap Tingkat Kecemasan Menghadapi Menarche. *Jurnal Skolastik Keperawatan*, 8(1), 49–58. <https://doi.org/10.35974/jsk.v8i1.2858>
- Lutfiyah, Ervi Husni, Elfira Nurul Aini, & Kasiati. (2023). Hubungan usia menarche dan paritas dengan terjadinya menopause diwilayah kerja puskesmas kamal. *Gema Bidan Indonesia*, 11(3), 98–105. <https://doi.org/10.36568/gebindo.v11i3.88>
- Narsih, U., Rohmatin, H., & Widayati, A. (2020). Pendidikan Kesehatan Personal Hygiene Saat Menstruasi pada Remaja Putri dengan Metode Peer Group. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(1).
- Nur Hasanah, N. A. (2023). Pengaruh edutainment peer group terhadap kesiapan siswi SD kelas IV dan V dalam menghadapi menarche di SDN Banjaran 4 Kota Kediri. *Jurnal Kebidanan*, 3(2), 126–135. <https://doi.org/10.32695/jbd.v3i2.482>
- Nurhayati, E., & Husnul Qothimah, Q. (2023). Pengaruh Peer Education Terhadap Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Kebersihan Diri Saat Menstruasi. *Jurnal sosial dan sains*, 3(11), 1208–1218. <https://doi.org/10.59188/jurnalsosains.v3i11.1076>
- Permatasari, R. D. (2021). Hubungan antara dukungan sosial keluarga dengan penerimaan individu remaja yang mengalami menarche. *Jurnal Kebidanan*, 10(2), 93–102. <https://doi.org/10.35874/jib.v10i2.788>
- Purbasari, H., & Sudiadnyana, I. W. (2022). Hubungan Tingkat Pengetahuan Hygiene Sanitasi Makanan Dengan Perilaku Pengelola Kantin Sekolah Dasar. *Jurnal Kesehatan Lingkungan (JKL)*, 12(1), 1-6.
- Ratnasari, D., & Na'mah, L. U. (2019). Peer education untuk meningkatkan pengetahuan remaja putri umur 10-12 tahun tentang menarche dengan media ular tangga di desa sidoharum sempor kebumen. *Proceeding of the URECOL*, 883-891
- Sainah, S., Hamdayani, H., & Zalzabila, N. (2022). Kesiapan Remaja Putri Dalam Menghadapi Menarche. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Keperawatan*, 18(2), 171. <https://doi.org/10.26753/jikk.v18i2.985>
- Sanjiwani, I. A., & Pramitaresthi, I. G. A. (2020). Gambaran kesiapan menarche siswi di SD 2 Dalung. *Coping: Community of Publishing in Nursing*, 8(2), 169. <https://doi.org/10.24843/coping.2020.v08.i02.p09>
- Sari, Y., Lajuna, L., & Ramli, N. (2021). Efektifitas peer group education dan penyuluhan terhadap peningkatan pengetahuan kesehatan reproduksi remaja putri. *Jurnal of Healthcare Technology and Medicine*, 7(2), 566-579. <https://doi.org/10.33143/jhtm.v7i2.1565>
- Silpia Utami, S. A. P., Astuti, I. W., Juniarta, I. G. N., & Sanjiwani, I. A. (2024). Edukasi Menstruasi Melalui Media Poster dan Powerpoint (PPT) Meningkatkan Pengetahuan dan Kesiapan Siswa Menghadapi Menarche. *Jurnal Gema Keperawatan*, 16(2), 326–342. <https://doi.org/10.33992/jgk.v16i2.2999>
- Syam, W. D. P., Gaytri, S. W., Muchsin, A. H., Bamahry, A., & Laddo, N. (2022). Hubungan Status Gizi terhadap Usia

- Menarche. *Fakumi Medical Journal: Jurnal Mahasiswa Kedokteran*, 2(9), Article 9.
<https://doi.org/10.33096/fmj.v2i9.119>
- Tarigan, D. F. P. (2022). Hubungan Dukungan Keluarga dan Sikap dengan Kesiapan Remaja Putri dalam Menghadapi Menarche didesa Silinda Kecamatan Silinda Kabupaten Serdang Bedagai. *Jurnal Persepsi Psikologi*, 5(1), 22-28.
- Tirta Suminar, I., & Nur Anisa, D. (2020). Pengaruh Pendidikan Teman Sebaya (Peer Education) Kesehatan Menstruasi Terhadap Kesiapan Siswi SD Menghadapi Menstruasi Awal. *Jurnal Kesehatan Kusuma Husada*, 132–141.
<https://doi.org/10.34035/jk.v11i2.4>
- Wulandari, A. N. (2022). Pendidikan kesehatan reproduksi pada siswi sekolah dasar dalam menghadapi menarche di SD N Tanjungharjo. *Jurnal Humanis (Jurnal Pengabdian Masyarakat ISTeK ICsada Bojonegoro)*, 7(1), 1-5.