



**LAPORAN TUGAS AKHIR
SKEMA: RISET**

**HUBUNGAN PENGETAHUAN TENTANG MENSTRUASI DENGAN
KESIAPAN DALAM MENGHADAPI MENARCHE PADA SISWI SD IT
DAREL HIKMAH PEKANBARU 2025**

DISUSUN OLEH :

**RIZKA ANNISA
21601073**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
FAKULTAS KESEHATAN DAN INFORMATIKA
INSTITUT KESEHATAN PAYUNG NEGERI PEKANBARU
TAHUN 2025**



**LAPORAN TUGAS AKHIR
SKEMA: RISET**

**HUBUNGAN PENGETAHUAN TENTANG MENSTRUASI DENGAN
KESIAPAN DALAM MENGHADAPI MENARCHE PADA SISWI SD IT
DAREL HIKMAH PEKANBARU 2025**

DISUSUN OLEH :

**RIZKA ANNISA
21601073**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
FAKULTAS KESEHATAN DAN INFORMATIKA
INSTITUT KESEHATAN PAYUNG NEGERI PEKANBARU
TAHUN 2025**



**HUBUNGAN PENGETAHUAN TENTANG MENSTRUASI DENGAN
KESIAPAN DALAM MENGHADAPI MENARCHE PADA SISWI SD IT
DAREL HIKMAH PEKANBARU 2025**

**LAPORAN TUGAS AKHIR
SKEMA: RISET**

**TUGAS AKHIR SKEMA RISET DIJADIKAN SEBAGAI SYARAT
MEMPEROLEH GELAR SARJANA KEBIDANAN**

RIZKA ANNISA

21601073

**PROGRAM STUDI S1 KEBIDANAN
FAKULTAS KESEHATAN DAN INFORMATIKA
INSTITUT KESEHATAN PAYUNG NEGERI PEKANBARU
TAHUN 2025**

HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING

Nama : Rizka Annisa
NIM : 21601073
Program Studi : S1 Kebidanan
Fakultas : Kesehatan dan Informatika
Skema Tugas Akhir : Riset
Judul Tugas Akhir : Hubungan pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan dalam menghadapi menarche pada Siswi SD IT DAREL HIKMAH PEKANBARU 2025

Laporan Tugas Akhir ini telah disetujui oleh pembimbing dan dapat dipertahankan dihadapan Tim Penguji Laporan tugas akhir Fakultas S1 Kebidanan dan Profesi Fakultas Kesehatan dan Informatika Institut Kesehatan Payung Negeri Pekanbaru

Pekanbaru, 11 Agustus 2025

Pembimbing

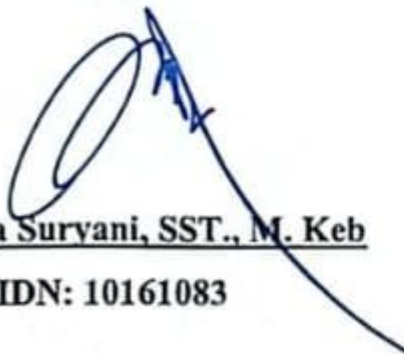


T.Hartian SN, SKM, S.keb, MKM

NIDN:1001107801

Mengetahui,

**Ketua program Studi S 1 Kebidanan dan Profesi Bidan
Institut Kesehatan Payung Negeri Pekanbaru**



Bdn. Linda Suryani, SST., M. Keb

NIDN: 10161083

HALAMAN PENGESAHAN

HUBUNGAN PENGETAHUAN TENTANG MENSTRUASI DENGAN KESIAPAN DALAM MENGHADAPI MENARCHE PADA SISWI SD IT DAREL HIKMAH PEKANBARU 2025

RIZKA ANNISA

21601073

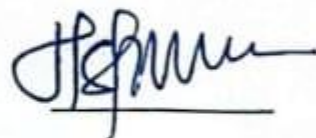
Laporan Tugas Akhir Ini Telah Diperiksa Dan Dipertahankan Dihadapan Tim Penguji
Laporan Tugas Akhir Program Studi S1 Kebidanan dan Profesi Bidan Fakultas Kesehatan
dan Informatika Institut Kesehatan Payung Negeri Pekanbaru.

Pekanbaru, 12 April 2025

Dewinny Septalia Dale, SST, M.Kes

NIDN. 1001098301

Ketua Penguj



Dr. Dwi Sapta Aryantiningsih, SST, S.KM, M.Kes

NIDN. 1016098201

Anggota Penguji



T. Hartian SN.SKM, S.Keb., M.KM

NIDN. 1001107801

Pembimbing



Mengesahkan

**Dekan Fakultas Kesehatan dan Informatika
Institut Kesehatan Payung Negeri Pekanbaru**



Dr. Dwi Sapta Aryantiningsih, SST, S.KM, M.Kes

NIDN. 1016098201

HALAMAN ORIGINILITAS KARYA ILMIAH

Nama : Rizka Annisa
NIM : 21601073
Program Studi : S1 Kebidanan
Fakultas : Kesehatan dan Informatika
Skema Tugas Akhir : Riset
Judul Tugas Akhir : Hubungan pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan dalam menghadapi menarche pada siswa SD IT Darel Hikmah Pekanbaru 2025

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa laporan tugas akhir yang saya tulis ini benar- benar hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambilalihan tulisan atas pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri. Apabila dikemudian hari dapat dibuktikan bahwa proposal ini adalah hasil jiplakan maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Pekanbaru, April 2025
Mahasiswa

RIZKA ANNISA
NIM 21601073

**PROGRAM STUDI S1 KEBIDANAN FAKULTAS KESEHATAN DAN
INFORMATIKA
INSTITUT KESEHATAN PAYUNG NEGERI PEKANBARU
Penelitian, Juli 2025**

Rizka Annisa

**Hubungan Pengetahuan Tentang Menstruasi Dengan Kesiapan Dalam
Menghadapi Menarche Pada Siswi Sd It Darel Hikmah Pekanbaru 2025**

ABSTRAK

Menarche adalah tanda awal pubertas yang dialami oleh remaja putri, yang menandakan kesiapan sistem reproduksi perempuan untuk memasuki masa dewasa. Kesiapan dalam menghadapi menarche dipengaruhi oleh berbagai faktor, salah satunya adalah pengetahuan tentang menstruasi. Namun, dalam kenyataannya, kesiapan tidak selalu sejalan dengan tingkat pengetahuan yang dimiliki. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara pengetahuan menstruasi dengan kesiapan menghadapi menarche pada siswi kelas IV dan V di SD IT Darel Hikmah Pekanbaru tahun 2025. Metode yang digunakan adalah pendekatan *kuantitatif* dengan desain *cross-sectional*. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 60 siswi yang diambil melalui teknik total sampling. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner terstruktur yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Analisis data menggunakan uji *Chi-Square* dengan tingkat signifikansi 5%. Hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai $p = 0,201$ ($p > 0,05$), yang berarti tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan menstruasi dengan kesiapan menghadapi menarche. Meskipun demikian, sebagian besar responden menunjukkan kesiapan yang baik dan tingkat pengetahuan yang cukup hingga baik. Penelitian ini menyimpulkan bahwa diperlukan pendekatan edukatif yang komprehensif, melibatkan dukungan emosional dari keluarga dan peran aktif sekolah, untuk meningkatkan kesiapan remaja dalam menghadapi masa pubertas..

Kata Kunci: Pengetahuan, kesiapan menarche, remaja putri.

sBachelor Of Midwifery Study Program Faculty Of Health And Informatics

Research, July 2025

Rizka Annisa

The Relationship Between Menstrual Knowledge and Readiness to Face Menarche Among Female Students at SD IT Darel Hikmah Pekanbaru in 2025

ABSTRACT

Menarche is the first sign of puberty experienced by adolescent girls, indicating the readiness of the female reproductive system to enter adulthood. Readiness to face menarche is influenced by various factors, one of which is knowledge about menstruation. However, in reality, readiness does not always align with the level of knowledge possessed. This study aims to determine the relationship between menstrual knowledge and readiness to face menarche among fourth- and fifth-grade female students at SD IT Darel Hikmah Pekanbaru in 2025. This research used a *quantitative* approach with a *cross-sectional* design. The sample consisted of 60 female students selected through total sampling. Data were collected using structured questionnaires that had been tested for validity and reliability. Data analysis was performed using the *Chi-Square* test with a 5% significance level. The results showed a p-value of 0.201 ($p > 0.05$), indicating no significant relationship between menstrual knowledge and readiness to face menarche. However, most respondents were categorized as ready and had moderate to good levels of knowledge. This study concludes that a more comprehensive educational approach is needed, involving emotional support from families and the active role of schools, to enhance adolescents' readiness in facing the pubertal transition with confidence and a positive mindset.

Keywords: Knowledge, menarche readiness, adolescent girls.

KATA PENGANTAR



Puji syukur peneliti ucapkan kehadirat Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan anugerah-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan tugas akhir yang berjudul **“Hubungan pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan dalam menghadapi manarche pada siswi SD IT DareL Hikmah PEKANBARU 2025”** Sebagai Salah satu persyaratan dalam rangka penyelesaian kuliah di program studi Sarjana Kebidanan Fakultas kesehatan dan Informatika Institut Kesehatan Payung Negeri Pekanbaru.

Dalam penyusunan tugas akhir ini, tentu tidak lepas dari pengarahan dan bimbingan dari berbagai pihak sehingga tugas akhir ini dapat diselesaikan. Sehubungan dengan itu peneliti mengucapkan rasa hormat dan terimakasih kepada pihak-pihak yang membantu :

- 1) Ir. Ahmad Kurnia selaku Ketua Yayasan Pendidikan Payung Negeri Pekanbaru.
- 2) Dr. Hj. Deswinda, S. Kep, Ns, M. Kes, selaku Rektor IKes Payung Negeri Pekanbaru.
- 3) Dr. Dwi Sapta Aryantiningasih, SST., SKM. M. Kes selaku Dekan dan anggota penguji Fakultas Ilmu Kesehatan dan Informatika Institut Kesehatan Payung Negeri Pekanbaru.
- 4) Bdn, Linda Suryani, SST., M. Keb selaku Ketua Program Studi S1 Kebidanan dan Profesi Bidan Institut Kesehatan Payung Negeri Pekanbaru.
- 5) Rena Afri Ningsih, S. Tr. Keb, M. Keb selaku Koordinator Program Studi S1 Kebidanan dan Profesi Bidan Institut Kesehatan Payung Negeri Pekanbaru.
- 6) T. Hartian SN,SKM,S.Keb., M.KM selaku pembimbing Program Studi S1 Kebidanan dan Profesi Bidan yang telah meluangkan waktu dan pikiran beliau dalam memberikan bimbingan, petunjuk dan saran kepada peneliti sehingga Laporan tugas akhir ini dapat diselesaikan.

- 7) Dewinny Septalia Dale, SST,M.Kes selaku ketua penguji yang telah memberikan masukan, saran dan pengarahannya demi perbaikan dan kesempurnaan dalam menyelesaikan tugas akhir ini.
- 8) Seluruh staf dosen dan seluruh karyawan/I IKes Payung Negeri Pekanbaru yang telah meluangkan waktu dan pikiran beliau dalam memberikan bimbingan, petunjuk dan saran kepada peneliti sehingga Laporan tugas akhir ini dapat diselesaikan.
- 9) Cinta pertama dan sosok yang sangat menginspirasi penulis yaitu Ayahanda Abdullah tercinta. Terima kasih atas setiap tetes keringat yang telah tercurahkan dalam setiap langkah ketika mengemban tanggung jawab sebagai seorang kepala keluarga untuk mencari nafkah, yang tiada hentinya memberikan motivasi, perhatian, kasih sayang, serta dukungan dari segi finansial sehingga penulis mampu menyelesaikan skripsi hingga akhir untuk mendapat gelar Sarjana Kebidanan. Terima kasih ayah, gadis kecilmu sudah tumbuh besar dan siap melanjutkan mimpi yang lebih tinggi lagi.
- 10) Pintu surgaku dan sosok yang penulis jadikan panutan yaitu Ibunda Sawiyah S.Pd tercinta. Terima kasih atas setiap semangat, ridho, perhatian, kasih sayang dan doa yang selalu terselip disetiap sholatnya demi keberhasilan penulis dalam mengenyam pendidikan sampai menjadi sarjana. Terima kasih ibu, atas berkat dan ridhomu ternyata anak pertama perempuan yang selama ini bahunya harus setegar karang di lautan dan menjadi harapan terbesar, saat ini telah mampu mendapat gelar Sarjana Kebidanan
- 11) Kepada cinta kasih ketiga saudara dan saudari kandung peneliti (Abang Ridho Okthadiansyah M.Pd, Baihaqi Akbar S.Pd, dan Adek Assyfa Humaira Tersayang) yang selalu mengerti dan paham akan keadaan Rizka selama menempuh pendidikan di perkuliahan ini. Terimakasih sudah selalu mengingatkan untuk jangan menyerah demi mampu menyelesaikan kuliah dan skripsi ini
- 12) Kepada teman-teman saya (Syahferrol Hakim S.I.Kom, Tiara Yuyun Sari S.Pd, Ella Syahputri S.Ap, Rike Herlinda, Sherly Novianti Pangabea, Nopita Sari S.Ak, Ladiya Fitri S.Kep & Annisa Ayanti Amd.Kep) Terima kasih telah memberi

dukungan dan motivasi, serta siap meluangkan waktunya untuk menjadi tempat dan pendengar terbaik penulis sampai dapat menyelesaikan skripsi ini.

Selain itu, peneliti juga mengucapkan terima kasih kepada pihak-pihak yang mungkin terlewat atau tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu, yang telah membantu peneliti dalam menyelesaikan tugas akhir ini. Dukungan dan do'a kalian tetap peneliti butuhkan. Segala usaha telah peneliti lakukan dengan sebaik-baiknya, namun peneliti menyadari sepenuhnya bahwa isi dari tugas akhir ini masih jauh dari kesempurnaan dan tidak luput dari kesalahan dan kekurangan. Oleh karena itu peneliti mengharapkan kepada pembaca agar dapat memberikan kritik dan saran yang bersifat membangun demi kesempurnaan penulisan tugas akhir ini. Akhir kata peneliti mengharapkan agar tugas akhir ini sangat berguna baik bagi peneliti sendiri maupun bagi pembaca sekalian.

Pekanbaru, April 2025
peneliti

Rizka Annisa



DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING	Error! Bookmark not defined.]
HALAMAN PENGESAHAN	iii
HALAMAN ORIGINILITAS KARYA ILMIAH	iii
ABSTRAK	iii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI	x
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan Penelitian	6
D. Manfaat Penelitian	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	9
A. Tinjauan Teoritis	9
B. Penelitian Terkait	24
C. Kerangka Konseptual	25
D. Hipotesis	26
BAB III METODE PENELITIAN.....	27
A. Jenis dan Desain Penelitian	27
B. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	27
C. Populasi dan Sampel	28
D. Instrumen Penelitian.....	29
E. Definisi operasional	30
G. Proses pengumpulan data	32
J. Uji <i>Validitas</i> dan <i>Reliabilitas</i>	36
BAB IV HASIL PELAKSANAAN.....	38
A. Analisis Univariat.....	38
B. Analisis <i>Bivariat</i>	40
BAB V PEMBAHASAN	41
A. Interpretasi dan Diskusi Hasil.....	41
B. Keterbatasan Penelitian	50

BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN	49
A. Kesimpulan	49
B. Saran	50
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	



DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Jadwal Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
Tabel 3.2 Kisi-kisi Kuesioner.....	29
Tabel 3.3 Definisi Operasional.....	Error! Bookmark not defined.
Tabel 4.1 Distribusi Karakteristik Responden	38
Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Pengetahuan.....	39
Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Kesiapan	39
Tabel 4.4 Hubungan Pengetahuan dan Kesiapan	40



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Konseptual	26
--------------------------------------	----



DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Surat Pengambilan Data Awal (Studi Pendahuluan)
- Lampiran 2. Surat Permohonan Menjadi Responden/Partisipan
- Lampiran 3. Surat Persetujuan Menjadi Responden/Partisipan
- Lampiran 4. Instrumen Penelitian & Kunci Jawaban Kuesioner Penelitian
- Lampiran 5. Leaflet
- Lampiran 6. Surat dari Penelitian Sekolah
- Lampiran 7. Rekapitulasi Pengumpulan Data
- Lampiran 8. Lembar Konsul
- Lampiran 9. Dokumentasi Peneliti
- Lampiran 10. Uji Valid
- Lampiran 11. Daftar Riwayat Hidup



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menarche, atau menstruasi pertama merupakan tahap penting dalam kehidupan seorang anak perempuan. Peristiwa ini menandai awal dari masa pubertas serta kemampuan reproduksi seorang individu. Usia terjadinya menarche bervariasi di berbagai belahan dunia, dengan rata-rata di Indonesia berada pada rentang usia 12–13 tahun, tetapi beberapa anak mengalami menstruasi pertama lebih awal akibat berbagai faktor, seperti genetika, nutrisi, dan gaya hidup. Walaupun merupakan proses biologis yang alami, banyak anak perempuan yang tidak memiliki kesiapan dalam menghadapinya, baik dari segi pemahaman maupun dukungan psikologis. Ketidaksiapan ini sering kali berujung pada munculnya kecemasan, ketakutan, bahkan stigma sosial yang masih berkembang di banyak masyarakat (*World Health Organization WHO*, 2024).

Secara fisiologis, menstruasi terjadi sebagai bagian dari siklus reproduksi di mana lapisan endometrium rahim luruh akibat tidak terjadinya pembuahan. Siklus ini berlangsung dalam rentang waktu 21–35 hari, dengan durasi menstruasi sekitar 3–7 hari Munthe, (2024). Menarche merupakan transisi biologis yang mengawali fase pubertas. Namun, masih banyak anak perempuan yang mengalami menstruasi pertama tanpa pemahaman yang memadai tentang proses tersebut. Namun, masih banyak anak perempuan yang mengalami menstruasi pertama tanpa pemahaman yang memadai tentang proses tersebut. Kurangnya informasi sering kali menyebabkan rasa cemas, takut, dan malu saat menghadapi perubahan (Wasistiono & Simangunsong, 2019).

Menurut penelitian Andriani (2022), Di Indonesia usia menarche bervariasi mulai dari usia 9 sampai 18 tahun. Minimnya pemahaman mengenai menarche di kalangan siswi sekolah dasar menjadi perhatian serius dalam kesehatan reproduksi. Ismail dan Putri (2024), menyatakan bahwa anak-anak yang tidak memperoleh pengetahuan yang cukup mengenai menstruasi

cenderung mengalami tingkat kecemasan yang lebih tinggi dan merasa tidak siap menghadapinya. Menurut Penelitian Prasastia, Dewi, dan Wahyuni (2024) menemukan bahwa sebagian besar siswi SD memiliki tingkat pemahaman yang rendah mengenai menarche dan kebersihan selama menstruasi. Kurangnya pengetahuan kesehatan reproduksi di sekolah menjadi faktor utama yang menyebabkan mereka sering kali memperoleh informasi yang tidak akurat dari teman sebaya atau sumber yang tidak kredibel.

Kesiapan menghadapi menarche berkaitan erat dengan pengetahuan yang dimiliki anak perempuan. Menurut Penelitian Nabilah & Amalia, (2022) mengemukakan bahwa pengetahuan yang baik dapat membentuk kesiapan mental sehingga anak mampu mengelola stres dan kecemasan yang muncul selama pubertasa. Selain itu menurut penelitian Andini dan Mahmudah (2024) menemukan bahwa intervensi pendidikan kesehatan yang dilakukan secara langsung dapat meningkatkan pemahaman siswa tentang menarche secara signifikan. Program penyuluhan yang melibatkan peran guru dan orang tua terbukti efektif dalam mengurangi kecemasan serta meningkatkan kesiapan anak perempuan dalam menghadapi menarche.

Sebelum mengalami menstruasi pertama, remaja putri perlu memperoleh informasi yang cukup agar mereka lebih siap menghadapi perubahan yang akan terjadi. Menstruasi merupakan peristiwa penting dalam kehidupan seorang remaja, sehingga mereka harus memahami proses biologis yang terjadi dalam tubuhnya. Pemahaman yang baik akan membantu mengurangi rasa terkejut atau ketakutan ketika haid pertama datang. Oleh karena itu, informasi yang diberikan harus disesuaikan dengan tahapan perkembangan dan tingkat kedewasaan mereka agar lebih menenangkan serta dapat diterima dengan baik (Ernawati Sinaga, 2019).

Menurut penelitian Ni Komang Sulyastiniet *al.*, (2024) menunjukkan bahwa anak-anak yang mendapatkan pengetahuan mengenai menarche sebelum mengalaminya memiliki kesiapan yang lebih baik, baik dari segi fisik maupun mental. Pemahaman yang cukup memungkinkan mereka untuk lebih sadar dalam menjaga kebersihan selama menstruasi, memahami perubahan

emosional yang terjadi, serta menghindari kesalahpahaman atau mitos yang beredar di masyarakat.

Seiring dengan berjalannya waktu, seseorang akan mengalami transisi dari masa anak-anak ke masa remaja, yang dikenal sebagai fase pubertas. Salah satu perubahan fisiologis yang terjadi dalam fase ini adalah menstruasi pada remaja perempuan. Namun, hingga kini, pembicaraan mengenai menstruasi masih dianggap tabu di beberapa lingkungan. Selain itu, keterbatasan akses informasi mengenai menarche, khususnya bagi anak-anak yang bersekolah di lingkungan pesantren, masih menjadi kendala. Oleh sebab itu, diperlukan upaya promosi kesehatan yang lebih intensif untuk meningkatkan pemahaman serta sikap remaja dalam menghadapi menstruasi (Nabila Amelia Hanisyah Putri, 2022).

Menurut Penelitian Tamba, Maulani dan Purba (2023), mengungkapkan bahwa 65% siswi SD di Provinsi Riau mengalami kecemasan tinggi saat menghadapi menarche. Hal ini disebabkan oleh kurangnya edukasi dan minimnya dukungan dari lingkungan sekitar. Tingkat pemahaman yang rendah tentang menstruasi menyebabkan kecemasan berlebih ketika mengalaminya. Mitos serta stigma sosial yang berkembang mengenai menstruasi juga memperburuk kesiapan mental anak perempuan. Mereka yang mengalami menstruasi pertama tanpa pemahaman yang cukup sering kali merasa malu dan enggan berbicara dengan orang tua atau guru, yang pada akhirnya berisiko mengalami stres dan tekanan psikologis. Oleh karena itu, keterbukaan dalam komunikasi serta dukungan sosial dari lingkungan sekitar sangat dibutuhkan untuk membantu anak perempuan melalui fase ini dengan lebih baik. Selain pengetahuan, kesehatan mental juga berperan penting dalam kesiapan menghadapi menarche.

Anak perempuan yang mengalami kecemasan tinggi sebelum menarche berisiko mengalami gangguan psikologis, seperti rendahnya rasa percaya diri dan stres berkepanjangan. Kurangnya dukungan dari orang tua, kurangnya akses terhadap pendidikan kesehatan reproduksi, serta lingkungan sosial yang tidak mendukung dapat memperparah keadaan ini. Oleh sebab itu, diperlukan pendekatan psikologis dan pendidikan kesehatan yang tepat untuk membangun

kesiapan mental anak perempuan dalam menghadapi perubahan ini. Anak-anak yang mendapatkan dukungan emosional dari keluarga dan sekolah cenderung lebih siap dalam menghadapi menarche, sementara mereka yang tidak mendapatkan edukasi atau bimbingan cenderung mengalami kecemasan, ketakutan, bahkan kesulitan beradaptasi dengan perubahan yang terjadi, mengungkapkan bahwa pendidikan kesehatan reproduksi sejak dini sangat penting agar anak perempuan tidak hanya memahami proses biologis yang terjadi pada tubuh mereka, tetapi juga memiliki kesiapan mental yang cukup untuk menghadapinya. (Sobaria dan Lestari 2024).

Sebuah artikel Kasus (Bbc 2019) menggambarkan dampak buruk dari stigma sosial terhadap menstruasi. Seorang siswi di India dilaporkan melakukan bunuh diri setelah dipermalukan oleh gurunya akibat noda darah menstruasi yang terlihat di pakaiannya. Peristiwa tragis ini menunjukkan bagaimana kurangnya pemahaman dan penerimaan masyarakat terhadap menstruasi dapat berdampak besar pada kondisi psikologis anak perempuan. Menstruasi harus dipandang sebagai bagian alami dari siklus biologis perempuan, bukan sesuatu yang memalukan atau tabu untuk dibicarakan.

Tidak jauh berbeda dengan artikel (Pallavi Suyog Uttekar & Dr. Jasmine Shaikh, 2024) mengangkat kisah seorang ibu yang menceritakan pengalaman anaknya saat pertama kali mengalami menstruasi. Anak tersebut mengalami kepanikan yang luar biasa dan menangis berjam-jam karena mengira ada yang salah dengan tubuhnya. Ibunya kemudian menjelaskan bahwa menstruasi adalah proses alami. Kasus lain terjadi di Jakarta, di mana seorang siswi SD mengalami menstruasi pertama saat berada di sekolah tanpa persiapan. Karena tidak membawa pembalut dan merasa malu untuk meminta bantuan, ia terpaksa menggunakan tisu sebagai alternatif. Sayangnya, hal ini justru membuatnya ditertawakan oleh teman-temannya, yang menyebabkan trauma dan ketakutan untuk kembali ke sekolah dalam beberapa hari berikutnya. Kejadian ini menunjukkan betapa pentingnya dukungan dari lingkungan sekitar dalam membantu anak perempuan menghadapi menarche dengan lebih percaya diri.

Seiring dengan meningkatnya penggunaan media sosial di kalangan anak-anak dan remaja, perhatian terhadap dampaknya semakin meningkat. Saat ini, anak-anak, termasuk siswa SD, aktif dalam berbagai interaksi di jejaring sosial. Paparan terhadap konten digital yang tidak sesuai, seperti informasi yang salah tentang kesehatan reproduksi, dapat memengaruhi perkembangan sosial, emosional, dan kognitif anak, dan mengungkapkan bahwa penggunaan media sosial yang berlebihan dapat menyebabkan gangguan tidur, peningkatan stres, serta masalah kesehatan mental lainnya. Azzahra et al., (2024). Selain itu, gaya hidup modern yang mencakup konsumsi makanan cepat saji dan pola makan tinggi lemak juga dikaitkan dengan usia menarche yang semakin dini. menunjukkan bahwa asupan kalori yang tinggi dapat mempercepat pertumbuhan tubuh, sehingga menarche terjadi lebih awal.

Pemahaman yang cukup tentang menstruasi cenderung mengalami kecemasan berlebihan. Selain itu, ketidaksiapan dalam menghadapi menstruasi juga dapat menimbulkan stres berkepanjangan serta rasa malu, terutama bagi mereka yang berada dalam lingkungan yang masih menganggap menstruasi sebagai sesuatu yang tabu. Pratiwi dan Handayani (2022) menyatakan bahwa stigma sosial terkait menstruasi dapat memperburuk kondisi mental remaja putri dan menyebabkan mereka menarik diri dari aktivitas sosial. Selain itu, faktor lingkungan juga berperan dalam membentuk kesiapan anak perempuan menghadapi menarche. Dukungan dari orang tua, teman sebaya, serta lingkungan sekolah memiliki peran yang signifikan dalam membantu mereka menyesuaikan diri dengan perubahan ini. Namun, dalam beberapa kasus, stigma sosial dan mitos yang berkembang di masyarakat justru memperburuk kondisi mental anak perempuan yang sedang mengalami menarche.

Menarche merupakan fase penting dalam perkembangan anak perempuan yang menandai awal pubertas dan kesiapan reproduksi. Meskipun proses ini bersifat alami, banyak anak perempuan yang mengalami kecemasan dan ketidaksiapan saat menghadapinya. Kurangnya pemahaman mengenai menarche, baik dari aspek fisik maupun psikologis, sering kali menyebabkan ketakutan dan stres yang berlebihan.

Kemajuan teknologi dan pengaruh media sosial turut memengaruhi pemahaman anak perempuan tentang menarche. Akses informasi yang tidak selalu akurat dapat menimbulkan kesalahpahaman yang semakin memperburuk kesiapan mental mereka. Selain itu, pola makan dan gaya hidup modern juga berdampak pada usia menarche yang semakin dini, sehingga kesiapan anak perempuan dalam menghadapinya menjadi semakin penting. Disimpulkan bahwa pemahaman yang baik mengenai menarche dan kesiapan mental yang cukup dapat membantu anak perempuan menghadapi proses ini dengan lebih percaya diri. Lingkungan yang mendukung serta keterbukaan komunikasi dalam keluarga dan sekolah sangat diperlukan untuk memastikan bahwa anak perempuan dapat melalui fase ini dengan baik, tanpa mengalami stres yang berlebihan atau dampak psikologis yang negatif.

Oleh karena itu penelitian akan fokus pada "Hubungan Pengetahuan menstruasi dengan kesiapan Menarche di SD IT Darel Hikmah Pekanbaru 2025". Harapannya, penelitian ini dapat memberikan kontribusi dalam meningkatkan pemahaman, kesiapan mental, serta dukungan sosial bagi anak perempuan dalam menghadapi menarche.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka yang jadi permasalahan dalam penelitian adalah “Bagaimanakah hubungan pengetahuan menstruasi dengan kesiapan menarche pada Siswi SD IT Darel Hikmah Pekanbaru 2025”

C. Tujuan Penelitian

a. Tujuan Umum

1. Untuk mengetahui apakah ada hubungan pengetahuan menstruasi dengan kesiapan dalam menghadapi menarche pada Siswi SD IT Darel Hikmah Pekanbaru 2025

b. Tujuan Khusus

1. Untuk mengetahui distribusi frekuensi pengetahuan menstruasi dalam menghadapi menarche pada Siswi kelas IV dan V di SD IT Darel Hikmah Pekanbaru 2025.

2. Untuk mengetahui distribusi frekuensi kesiapan dalam menghadapi menarche pada siswi SD IT Darel Hikmah Pekanbaru 2025.
3. Untuk mengetahui korelasi (keeratan hubungan) pengetahuan menstruasi dengan kesiapan dalam menghadapi menarche pada siswi SD IT Darel Hikmah Pekanbaru 2025.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi tambahan teori untuk memperkaya wawasan ilmu pengetahuan dalam bidang pendidikan kesehatan, Penelitian ini juga memberikan dasar bagi pengembangan penelitian lebih lanjut serta menjadi referensi dalam merancang program edukasi kesehatan dan menarche di masa mendatang.

2. Manfaat Praktisi

1. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber referensi bagi peneliti lain yang ingin meneliti lebih lanjut tentang Hubungan pengetahuan menstruasi dengan kesiapan dalam menghadapi menarche pada siswi SD IT Darel Hikmah Pekanbaru 2025 .

2. Bagi Mahasiswa

Hasil penelitian ini dapat dijadikan untuk menambah wawasan dan pengetahuan peneliti sebagai aplikasi ilmu mata kuliah maternitas dalam kebidanan dan metodologi penelitian serta perbandingan selama duduk di bangku kuliah dalam bentuk penelitian dan peneliti mampu bekerjasama dengan institusi.

3. Bagi Institusi

Menjadi acuan bagi Institut Kesehatan Payung Negeri Pekanbaru tentang. Hasil penelitian ini dapat mendorong lembaga untuk melakukan penelitian lanjutan atau penelitian terkait untuk mendalami lebih dalam mengenai Hubungan pengetahuan menstruasi dengan kesiapan dalam menghadapi menarche pada siswi SD IT Darel Hikmah Pekanbaru 2025.

4. Bagi Peneliti Lain

Hasil penelitian ini dapat menjadi dasar dan masukan ntuk penelitian selanjutnya Hubungan pengetahuan menstruasi dengan kesiapan dalam menghadapi menarche pada siswi SD IT Darel Hikmah Pekanbaru dengan metode baru maupun memperdalam pemahaman. Hasil ini dapat memotivasi peneliti selanjutnya untuk mengembangkan studi yang lebih luas termasuk melibatkan sampel yang lebih besar atau variasi metode penlitian selanjutnya.



BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Tinjauan Teoritis

1. Konsep Menarche

a. Definisi Menarche

Menarche adalah pengalaman pertama kali seorang remaja putri mengalami menstruasi sebelum memasuki masa reproduksi yang signifikan, ditandai dengan adanya biomarker dalam siklus kehidupan. Menstruasi pada tahap ini menunjukkan kematangan organ reproduksi utama setelah perkembangan ciri-ciri seksual sekunder, seperti pertumbuhan payudara dan rambut di area pubis. Menarche menjadi indikator penting bagi remaja putri bahwa sistem reproduksinya telah berkembang dan siap untuk tahap reproduksi. Usia saat mengalami menarche bervariasi, bergantung pada berbagai faktor, namun umumnya terjadi pada rentang usia 12 hingga 16 tahun (Turisna *et al.*, 2023).

Menurut Jamir *et al.*, (2022) menarche adalah haid yang pertama terjadi, yang merupakan ciri khas kedewasaan seorang wanita yang sehat dan tidak hamil. Status gizi remaja wanita sangat memengaruhi terjadinya menarche baik faktor usia terjadinya menarche, adanya keluhan-keluhan selama menarche maupun lamanya hari menarche. Secara psikologis wanita remaja yang pertama sekali mengalami haid akan mengeluh rasa nyeri, kurang nyaman, dan mengeluh perutnya terasa begah.

b. Gejala Menarche

Gejala yang sering menyertai menarche adalah rasa tidak nyaman disebabkan karena selama menstruasi volume air di dalam tubuh berkurang. Gejala lain yang dirasakan yaitu sakit kepala, pegal-pegal di kaki dan dipinggang untuk beberapa jam, kram perut dan sakit perut. Sebelum periode ini terjadi biasanya ada beberapa perubahan emosional. Perasaan suntuk, marah dan sedih yang disebabkan oleh adanya

pelepasan beberapa hormon. Gejala menjelang menarche terjadi hampir di seluruh bagian tubuh dan berbagai sistem yang ada dalam tubuh, antara lain adanya rasa nyeri di payudara, sakit pinggang, pegal linu, perasaan seperti kembung, muncul jerawat, lebih sensitif, mudah marah (emosional) dan kadang timbul perasaan malas (Turisna *et al.*, 2023).

c. Mekanisme Terjadinya Menarche

Siklus menstruasi normal terdiri dari fase folikular dan luteal, dengan ovulasi terjadi di antara keduanya. Fase folikular dimulai dengan perdarahan menstruasi dan berakhir sebelum lonjakan hormon LH, sedangkan fase luteal berlangsung dari lonjakan LH hingga menstruasi. Siklus ini umumnya berdurasi 28 hari, dengan fase luteal tetap 14 hari, sementara fase folikular lebih bervariasi. Menarche adalah menstruasi pertama yang terjadi pada masa pubertas, didahului oleh perkembangan payudara, pertumbuhan rambut di ketiak dan kemaluan, serta percepatan pertumbuhan. Pada awal siklus, beberapa folikel primordial di ovarium berkembang, tetapi hanya satu yang menjadi dominan dan terus tumbuh menjadi folikel Graafian. Setelah ovulasi, folikel ini melepaskan ovum dan berubah menjadi korpus luteum. Jika pembuahan tidak terjadi, ovum dan lapisan endometrium dikeluarkan akibat penurunan progesteron, tampak sebagai perdarahan menstruasi. Sebaliknya, jika pembuahan terjadi, sel telur yang telah dibuahi berimplantasi di endometrium, yang dipertahankan oleh progesteron dari korpus luteum hingga plasenta mengambil alih (Herwati & Murniati, 2022).

d. Usia menarche

Usia menarche yang dialami seorang wanita merupakan tanda matangnya fisik alat reproduksi wanita. Rata-rata usia menarche umumnya berkisar antara 12-14 tahun. Berdasarkan survei nasional di Indonesia, rata-rata usia menarche pada remaja putri adalah 12,96 tahun, dengan prevalensi menarche dini sekitar 10,3% dan menarche terlambat sekitar 8,8%. Namun di sebagian besar negara maju, terdapat tren

penurunan usia menarche dengan variasi sekitar 0,5 tahun (Pratiwi *et al.*, 2024).

e. Klasifikasi Menarche

Menarche memiliki beberapa klasifikasi menurut Islami & Farida, (2019) yaitu :

1) Menarche normal

Menarche yang dialami oleh remaja putri pada usia 12-16 tahun.

2) Menarche terlalu awal

Menarche yang terjadi terlalu awal yaitu bila seorang remaja putri mengalami menarche sebelum usia 12 tahun kategori menarche dini masuk pada pubertas. Jika menarche atau memasuki pubertas terjadi sebelum remaja putri berusia 10 tahun. Tanda seks sekunder timbul mulai usia sekitar 8 tahun berupa pertumbuhan jaringan di sekitar payudara dan rambut pubis.

3) Menarche terlalu lambat

Menarche terlalu lambat adalah peristiwa menarche yang dialami oleh remaja putri setelah usia lebih dari 16 tahun. Kategori ini masuk dalam kriteria pubertas. Berbagai penyebab yang mungkin memicu diantaranya adalah atresia hymenalis.

2. Pengetahuan menstruasi

a. Definisi menstruasi

Menstruasi pertama kali dialami oleh seorang perempuan saat menginjak masa pubertas. Terjadinya menstruasi merupakan salah satu tanda kematangan secara fisiologis pada seorang perempuan. Proses menstruasi yang paling awal dialami oleh seorang perempuan kita kenal dengan Menarche , Hampir sebagian besar perempuan pasti mengalami menstruasi. Kondisi yang dialami seorang perempuan tersebut sebagai tanda bahwa perempuan memiliki fungsi organ reproduksi yang sehat bahkan hal tersebut erat kaitannya dengan kesuburan. Meskipun demikian setiap perempuan memiliki proses yang berbeda-beda dalam menjalaninya (Hayya, Wulandari, & Sugesti, 2023).

Menstruasi sering disebut dengan “haid” yang memiliki pemahaman bahwa jika seorang perempuan mengalami perdarahan dari vagina atau jalan lahir, Pada setiap bulannya sistem reproduksi perempuan akan mempersiapkan sebuah proses penting dalam kehidupan manusia yaitu kehamilan, dimana hal tersebut ditandai dengan ovarium akan menghasilkan sel telur atau yang kita kenal dengan ovum dan pada bagian endometrium (dinding rahim) mengalami penebalan sebagai persiapan tempat perkembangan janin. Penebalan dinding rahim tersebut berisi pembuluh darah. Jika proses kehamilan tidak berlangsung, maka dinding rahim akan luruh dan keluar bersamaan dengan darah melewati vagina yang kita kenal dengan “Menstruasi” (Nainar, Amalia, & Komariyah, 2023).

Pada saat menjelang menstruasi, dimana kelenjar endokrin pada perempuan akan menghasilkan suatu hormon yang kita kenal dengan prostaglandin. Hormon tersebut memiliki fungsi yaitu membuat dinding rahim menjadi berkontraksi dan pembuluh darah di sekitarnya mengalami penyempitan yang kita kenal dengan kontriksi. Suatu kondisi pembuluh darah yang mengalami kontriksi akan menimbulkan iskemik pada jaringan. Intensitas terjadinya kontraksi berbeda-beda pada setiap perempuan dan jika kondisi tersebut terjadi secara berlebihan akan menimbulkan nyeri atau perasaan yang tidak nyaman pada perut bagian bawah menjalar sampai ke pinggang. Hal tersebut dirasakan saat menstruasi. Perasaan yang tidak nyaman yang dialami perempuan tersebut ditambah dengan kondisi dimana hormon prostaglandin akan merangsang saraf nyeri di rahim sehingga meningkatkan intensitas nyeri (Prayuni, Imandiri, & Adianti, 2019)

b. Usia menstruasi

Seorang perempuan, ketika menstruasi datang pertama kali berada pada rentang usia yang bervariasi, sebagian besar ketika mereka menginjak usia remaja yakni pada rentang usia 10 sampai 18 tahun. Tetapi ada pula yang mengalami menstruasi pertama lebih awal atau

berada kurang dari rentang usia tersebut. Pada masa ini terdapat kecenderungan bahwa seorang perempuan mengalami menstruasi pertama kali pada usia yang lebih belia (Hayya *et al.*, 2023).

Perempuan yang belum sama sekali mengalami menstruasi pada rentang tersebut sering kita kenal dengan istilah amenorrhea primer, sedangkan seorang perempuan yang mengalami menstruasi sebelum usia 8 tahun kita kenal dengan istilah menstruasi precok (Nainar *et al.*, 2023)

Usia terjadinya menstruasi pertama kali menurut Prayuni *et al.*, (2019) dapat dikategorikan sebagai berikut:

1. Menarche cepat: usia kurang dari 11 tahun
2. Menarche normal: usia 11 sampai 13 tahun
3. Menarche lambat: usia lebih dari 13 tahun

c. Gejala menstruasi

Seorang perempuan yang sudah menginjak fase pubertas akan mengalami proses menstruasi yang diikuti oleh pertumbuhan fisik, seperti pertumbuhan payudara, pertumbuhan rambut pada daerah kemaluan dan aksila, serta melebarnya area pinggul. Manifestasi klinis menjelang menstruasi datang biasanya berupa rasa nyeri di payudara, sakit pinggang, perasaan tidak nyaman seperti pegal linu, serta perasaan kembung. Selain itu, mulai timbul jerawat di wajah akibat peningkatan produksi minyak, perasaan lebih sensitif, dan perubahan emosional yang tidak menentu yang disebabkan oleh fluktuasi hormon (Fatmawati, Dewi, Sari, Dharma, & Metro, 2023).

Gejala-gejala gangguan menstruasi yang dikenal sebagai Premenstrual Syndrome (PMS) meliputi ketidaknyamanan fisik seperti kram perut, nyeri payudara, perut kembung, serta perubahan suasana hati seperti mudah marah, gelisah, dan depresi. PMS terjadi sebelum menstruasi dan hilang saat darah menstruasi keluar. Keparahan gejala dapat berbeda antar individu dan biasanya memburuk menjelang menopause. Prevalensi PMS di Indonesia cukup tinggi, mencapai

sekitar 85% pada wanita usia reproduksi (Nabila Amelia Hanisyah Putri, 2022).

Tanda dan gejala menstruasi juga meliputi rasa mual, mulas, kram perut bagian bawah, anemia, sakit kepala, pusing, keputihan, dan gatal-gatal pada vagina. Dismenorea atau nyeri haid merupakan keluhan umum yang meliputi nyeri panggul, kram, mual, muntah, sakit punggung, dan diare. Gejala ini dipengaruhi oleh ketidakseimbangan hormon estrogen dan progesteron selama siklus menstruasi. Fisiologi menstruasi melibatkan peningkatan hormon FSH dan LH yang merangsang ovarium menghasilkan estrogen dan progesteron. Perubahan hormon ini menyebabkan kontraksi dinding rahim yang dapat menimbulkan rasa nyeri. Gejala lain yang sering muncul adalah rasa penuh atau kembung di perut bagian bawah, nyeri otot terutama di punggung bawah, muka berminyak, jerawat, serta gangguan emosi seperti mudah tersinggung dan sulit tidur (Villasari, 2021).

Pengetahuan tentang PMS sangat penting karena gejala yang dialami dapat menurunkan kualitas hidup remaja putri. Studi menunjukkan bahwa sekitar 65,7% remaja putri di Sri Lanka dan 98,2% perempuan usia 18-27 tahun di Iran mengalami setidaknya satu gejala PMS ringan hingga sedang. Gejala umum meliputi pembengkakan perut, nyeri payudara, sakit pinggang, kelelahan, dan perubahan mood (Yunita & Yuneta, 2021).

d Fisiologi menstruasi

Peningkatan Follicle Stimulating Hormone (FSH) dan Luteinizing Hormone (LH) akan merangsang sel target yang terdapat pada bagian ovarium sehingga mengakibatkan terjadinya proses menstruasi. FSH dan LH berikatan dengan reseptor pada ovarium dan berperan dalam produksi hormon seks steroid serta pematangan folikel. Kedua hormon ini bekerja sama untuk meningkatkan laju sekresi, pertumbuhan, dan proliferasi sel folikel. Proses stimulasi tersebut dihasilkan oleh pengaktifan sistem second messenger adenosine-monophosphate cyclic

(cAMP) yang berada di dalam sitoplasma sel ovarium, yang kemudian merangsang ovarium memproduksi hormon estrogen dan progesteron. (Villasari, 2021).

Estrogen dan progesteron berfungsi merangsang rahim dan kelenjar payudara agar bersiap menerima ovum yang dihasilkan selama proses ovulasi. Jika ovum tidak dibuahi, lapisan endometrium yang telah menebal akan luruh dan keluar sebagai darah menstruasi. Menstruasi pertama kali ini dikenal sebagai menarche. Pada tiap siklus menstruasi, kadar FSH dan LH mengalami fluktuasi yang teratur. FSH meningkat pada fase folikular untuk merangsang pertumbuhan folikel, kemudian estrogen yang dihasilkan folikel menekan produksi FSH melalui mekanisme umpan balik negatif. Pada akhir fase folikular, terjadi lonjakan LH yang memicu ovulasi, yaitu pelepasan ovum dari folikel dominan. Setelah ovulasi, korpus luteum terbentuk dan menghasilkan progesteron yang mempersiapkan endometrium untuk kemungkinan kehamilan. Jika tidak terjadi fertilisasi, kadar progesteron menurun dan menstruasi pun terjadi (Ilham, Islamy, Hamidi, & Sari, 2022).

Siklus menstruasi dibagi menjadi siklus ovarium dan siklus endometrium. Di ovarium terdapat tiga fase utama yaitu fase folikuler, fase ovulasi, dan fase luteal. Di endometrium juga terbagi menjadi tiga fase yaitu fase menstruasi, fase proliferasi, dan fase sekresi. Menstruasi terjadi akibat penurunan mendadak hormon estrogen dan progesteron yang menyebabkan lapisan endometrium yang telah menebal mengalami nekrosis iskemik dan terlepas dari dinding rahim, kemudian dikeluarkan melalui vagina sebagai darah menstruasi (Kurniawan, 2021).

e Siklus menstruasi

Seorang perempuan, sebagian besar akan mengalami proses menstruasi sebulan sekali. Jarak menstruasi yang terjadi saat ini dengan menstruasi yang terjadi akan datang memiliki siklus dengan rentang

rata-rata berkisar 28 hari, sedangkan lama menstruasi pada seorang perempuan memiliki masa yang berbeda-beda, sebagian besar biasanya terjadi dalam rentang selama 3-7 hari (Masthura, 2025).

Siklus menstruasi adalah periode waktu dari hari pertama menstruasi hingga menstruasi berikutnya. Siklus ini berlangsung sekitar 28 hari, meski durasi normal bisa berada di antara 21 hingga 35 hari. Masalah siklus menstruasi bisa berupa polimenorrhea (siklus lebih pendek dari 20 hari), oligomenorrhea (lebih dari 35 hari), dan amenorrhea (tidak menstruasi lebih dari 3 bulan). Data Riset Kesehatan Dasar menunjukkan 11,7% remaja di Indonesia mengalami menstruasi tidak teratur (Fauziah, Herliana, & Gunardi, 2025).

Ketidakteraturan siklus menstruasi dapat berdampak serius pada kesehatan wanita, memengaruhi sistem metabolisme, kesuburan, dan kesehatan seksual. Mengetahui siklus menstruasi penting sebagai penanda kesehatan reproduksi dan masa subur, terutama bagi wanita yang sedang program hamil. Siklus menstruasi normal berkisar 21-35 hari dengan rata-rata 28 hari (Ganisia, Rara, & Pramista, 2025).

Hubungan signifikan antara tingkat stres dengan gangguan siklus menstruasi pada mahasiswi. Semakin tinggi tingkat stres, semakin besar kemungkinan mengalami siklus menstruasi tidak teratur. Mayoritas mahasiswi dengan siklus menstruasi tidak teratur mengalami stres ringan hingga berat (Adolph, 2016).

Siklus menstruasi normal terdiri dari siklus ovarium dan siklus endometrium. Siklus ovarium dibagi menjadi fase folikuler, ovulasi, dan fase luteal. Siklus endometrium terdiri dari fase menstruasi, proliferasi, dan sekresi. Selama siklus, hormon estrogen dan progesteron berfluktuasi untuk mempersiapkan tubuh bagi kemungkinan kehamilan (Darul, & Minin, 2025).

f. Faktor yang Mempengaruhi Menstruasi

1. Status Gizi

Tingkat kematangan seksual pada seorang perempuan dipengaruhi oleh status gizi yang berpengaruh pada usia menarche. Indeks Massa Tubuh (IMT) yang lebih tinggi cenderung mempercepat kematangan seksual, sedangkan IMT rendah menyebabkan kematangan lebih lambat. Hal ini dikarenakan paparan hormon estrogen dan progesteron yang tinggi akibat pola konsumsi makanan berlemak tinggi

2. Berat Badan Lahir

Korelasi antara usia menarche dan berat badan lahir disebabkan oleh status gizi ibu selama kehamilan yang tercermin dari berat badan lahir anak. Berat badan lahir berpengaruh pada pertumbuhan dan perkembangan anak sehingga memengaruhi usia menarche (Masthura, 2025).

3. Sosial Ekonomi

Status sosial ekonomi keluarga memengaruhi usia menarche. Keluarga dengan status sosial ekonomi tinggi cenderung menyediakan pangan bergizi yang cukup sehingga usia menarche lebih cepat (Hayya *et al.*, 2023).

4. Aktivitas Fisik

Aktivitas fisik berlebihan seperti latihan berat menyebabkan kehilangan massa tubuh dan nafsu makan sehingga memperlambat menstruasi. Sebaliknya, kurang aktivitas fisik seperti banyak tidur dan malas bergerak dapat mempercepat menarche (Masthura, 2025).

5. Rangsangan Audio Visual

Stimulasi dari rangsangan audio visual seperti tontonan film dewasa atau percakapan seksual dapat mempercepat kematangan organ reproduksi dan menarche. Indra penglihatan dan pendengaran menerima rangsangan yang memengaruhi fungsi organ reproduksi sehingga mempercepat pubertas dan menstruasi (Hayya *et al.*, 2023).

3. Kesiapan dalam menghadapi menarche

a. Mengenal Gejala Menarche

Mengenali gejala awal menstruasi sangat penting agar remaja putri tidak panik saat mengalaminya. Gejala yang umum dialami meliputi perasaan tidak nyaman, kehilangan cairan tubuh, sakit kepala, pegal di kaki dan pinggang, kram perut, sakit perut, serta perubahan emosional seperti mudah sedih, suntuk, dan marah akibat perubahan hormon. Pengetahuan tentang gejala ini akan membantu remaja lebih siap secara psikologis dan fisik dalam menghadapi menarche maupun siklus menstruasi berikutnya (Fauziah *et al.*, 2025).

Penelitian Chairunisa, Sriyanti, & Widayani, (2025) menunjukkan bahwa remaja putri yang kurang pengetahuan tentang menstruasi cenderung mengalami perasaan negatif seperti cemas, takut, malu, dan bingung ketika menghadapi menstruasi pertama. Kurangnya edukasi dan komunikasi terbuka dalam keluarga menjadi faktor utama ketidaksiapan ini.

Penelitian Delivery & Kunci, (2025) menyebutkan bahwa lebih dari 50% wanita usia reproduksi mengalami dismenore yang dapat memperburuk kecemasan saat menarche. Oleh karena itu, pendidikan kesehatan reproduksi yang memadai sangat penting untuk mengurangi rasa takut dan meningkatkan kesiapan remaja putri.

Dukungan keluarga juga sangat berperan dalam kesiapan menghadapi menarche. Remaja yang mendapatkan dukungan emosional dari keluarga cenderung memiliki sikap positif dan kesiapan yang lebih baik dalam menghadapi menstruasi pertama (Hapsari *et al.*, 2025).

b. Pemenuhan Asupan Nutrisi

Kesiapan menghadapi menstruasi juga ditentukan oleh kecukupan nutrisi. Asupan zat besi penting untuk mencegah anemia akibat kehilangan darah selama menstruasi. Magnesium dapat mencegah Pre Menstrual Syndrome (PMS), sedangkan kalsium

membantu mengurangi kram dan kejang. Remaja disarankan mengonsumsi makanan rendah garam dan lemak, serta menghindari makanan cepat saji dan minuman berkafein. Nutrisi yang baik akan membantu tubuh beradaptasi dengan perubahan selama menstruasi dan mencegah keluhan yang tidak diinginkan (Masthura, 2025).

Pemenuhan asupan nutrisi yang cukup sangat penting dalam kesiapan menghadapi menstruasi. Gizi yang baik membantu mengganti komponen tubuh yang hilang selama menstruasi dan mendukung proliferasi jaringan endometrium. Kekurangan zat besi, misalnya, dapat menyebabkan anemia yang umum terjadi pada remaja putri akibat kehilangan darah menstruasi. Oleh karena itu, konsumsi makanan kaya zat besi seperti daging, ikan, dan sayuran hijau sangat dianjurkan. Selain zat besi, asupan nutrisi mikro seperti zinc juga berperan dalam mengurangi gejala dismenorea primer pada remaja putri. Penelitian menunjukkan bahwa asupan zinc yang cukup dapat membantu menurunkan intensitas nyeri haid, meskipun hubungan ini masih memerlukan penelitian lebih lanjut (Fitantri, Anggoro, & Lestari, 2025).

Kebiasaan makan yang baik, termasuk konsumsi sayur dan buah yang cukup, juga berhubungan signifikan dengan siklus menstruasi yang teratur. Remaja yang sering mengonsumsi sayur dan buah cenderung memiliki siklus menstruasi yang normal dibandingkan yang jarang mengonsumsinya. Hal ini dikarenakan kandungan vitamin dan mineral dalam sayur dan buah membantu fungsi reproduksi dan produksi hormon estrogen serta progesteron (Maulinda & Rakhma, 2025).

Status gizi yang buruk, baik kekurangan maupun kelebihan, dapat mengganggu siklus menstruasi. Penelitian di Pondok Pesantren Al-Amien Putri menunjukkan bahwa hampir setengah responden dengan status gizi normal mengalami siklus menstruasi tidak teratur, dan gangguan ini berkorelasi dengan pola makan yang

tidak sehat. Oleh karena itu, menjaga status gizi ideal dengan pola makan seimbang sangat penting untuk kesehatan reproduksi remaja putri (Hikma, 2020).

c. Perawatan Diri Saat Menstruasi

Menjaga kebersihan organ intim sangat penting selama menstruasi. Remaja putri dianjurkan mengganti pembalut minimal dua kali sehari, memilih pembalut yang lembut dan menyerap baik, serta menghindari produk yang mengandung parfum atau gel yang bisa menyebabkan iritasi. Kebersihan vagina harus diperhatikan untuk mencegah infeksi bakteri atau jamur yang bisa menyebabkan gangguan kesehatan reproduksi (Kesehatan, 2025).

Adapun Menstrual Hygiene Management sebagai berikut:

1. Penggunaan Pembalut atau Tampon

Penggunaan pembalut yang tepat dan higienis sangat penting untuk mencegah iritasi dan infeksi pada organ reproduksi. Pembalut harus diganti minimal dua kali sehari atau setiap 3-4 jam agar tidak menimbulkan bau tidak sedap dan risiko infeksi meningkat. Selama menstruasi berlangsung, remaja putri wajib menggunakan pembalut untuk mempermudah penyerapan darah yang keluar dari vagina. Pembalut yang digunakan sebaiknya berbahan halus dan lembut agar tidak menimbulkan iritasi pada area genital. Jika pembalut tidak tersedia, tampon yang terbuat dari kain dapat digunakan dengan catatan harus dibersihkan dan dikeringkan secara menyeluruh sebelum digunakan kembali. Hal ini berbeda dengan pembalut sekali pakai yang tidak bisa digunakan ulang sehingga lebih higienis dan praktis (Jung, Lee, Kim, & Lee, 2020).

2. Pemilihan dan Penggantian Pembalut

Pembalut yang digunakan harus berbahan halus dan lembut agar tidak menimbulkan iritasi pada area genital. Pembalut harus diganti minimal dua kali sehari atau setiap 3-4 jam agar tidak

lengket dan menimbulkan infeksi. Pembalut bekas pakai harus dicuci bersih, dibungkus plastik/kertas, dan dibuang ke tempat sampah dengan benar (Nainar *et al.*, 2023).

3. Pencatatan Siklus Menstruasi dan Pemantauan Kesehatan

Remaja dianjurkan mencatat siklus menstruasi secara rutin untuk mendeteksi gangguan kesehatan yang mungkin terjadi selama menstruasi. Pemantauan ini membantu dalam mengenali pola menstruasi dan tanda-tanda kelainan yang perlu penanganan lebih lanjut (Jung *et al.*, 2020).

4. Pengaturan Jadwal Tidur

Istirahat yang cukup dan pengaturan jadwal tidur yang baik dapat meminimalisir gejala PMS dan menjaga keseimbangan hormonal selama menstruasi (Tabata *et al.*, 2022).

5. Asupan Nutrisi

Konsumsi makanan kaya zat besi dan susu berkalsium tinggi dianjurkan untuk mencegah anemia dan mengurangi kram saat menstruasi.

6. Aktivitas Fisik dan Olahraga Ringan

Melakukan aktivitas fisik ringan dan olahraga secara teratur membantu mengurangi nyeri haid dan memperlancar sirkulasi darah (Snijders, Bogicevic, Verhoeven, & van Baar, 2020).

7. Penggantian Celana Dalam

Celana dalam harus diganti 2-3 kali sehari agar tetap kering dan terhindar dari bakteri yang dapat menyebabkan infeksi genital

8. Kebersihan Vagina

Membilas organewanitaan dengan air bersih mengalir dari depan ke belakang, serta mencuci tangan sebelum dan sesudah cebok sangat dianjurkan untuk mencegah infeksi. Pastikan kuku tidak panjang agar tidak melukai area genital.

9.Mengeringkan Area Kewanitaan

Mengeringkan area kewanitaan dengan tisu setelah cebok dan mengganti celana dalam secara berkala mencegah kelembaban yang dapat memicu pertumbuhan bakteri dan jamur.

10.Pemilihan Celana Dalam yang Tepat

Celana dalam sebaiknya tidak terlalu ketat dan menggunakan bahan yang mudah menyerap keringat untuk menjaga kenyamanan dan kesehatan genital.

11. Pemilihan Celana Dalam yang Tepat

Celana dalam sebaiknya tidak terlalu ketat dan menggunakan bahan yang mudah menyerap keringat untuk menjaga kenyamanan dan kesehatan genital.

12. Pembuangan Sampah Pembalut

Pembalut bekas pakai harus dibungkus plastik gelap sebelum dibuang ke tempat sampah agar tidak mencemari lingkungan dan mencegah penyumbatan saluran pembuangan.

d. Mengurangi Nyeri Saat Menstruasi

Nyeri menstruasi atau dismenore merupakan keluhan yang umum dialami oleh remaja putri dengan tingkat intensitas yang bervariasi dari ringan hingga berat. Penelitian menunjukkan bahwa sekitar 84,4% remaja mengalami nyeri menstruasi dengan berbagai tingkat keparahan. Salah satu metode efektif untuk mengurangi nyeri dismenore adalah melalui senam dismenore yang dilakukan secara rutin. Senam ini dapat meningkatkan pelepasan hormon endorfin, memperlancar peredaran darah, dan menekan rasa nyeri yang dirasakan (Retni, Modjo, & Muksin, 2025).

Selain senam, terapi nonfarmakologis lain yang efektif meliputi kompres air panas, mandi air hangat, yoga, pijat, tidur atau istirahat, serta olahraga ringan. Terapi ini dapat membantu mengurangi ketegangan otot dan meningkatkan relaksasi sehingga menurunkan

intensitas nyeri menstruasi (Tingkat, Remaja, Tentang, Secara, & Farmakologi, 2025).

Penggunaan obat farmakologis seperti analgesik dan obat antiinflamasi nonsteroid (NSAID) juga umum digunakan untuk meredakan nyeri haid. Namun, penggunaan obat ini dalam jangka panjang dapat menimbulkan efek samping seperti gangguan lambung dan ginjal. Oleh karena itu, terapi nonfarmakologis menjadi pilihan yang lebih aman dan efektif untuk jangka panjang (Irma, Ayu, & Meliyanti, 2025).

Teknik relaksasi seperti pijat, distraksi, pengaturan posisi tubuh, dan pernapasan dalam juga dapat membantu mengurangi nyeri menstruasi. Penelitian menunjukkan bahwa stres berperan dalam memperberat dismenore, sehingga pengelolaan stres melalui teknik ini dapat menurunkan intensitas nyeri (Relica & Mariyati, 2024).

e. Mekanisme koping saat menstruasi

Mekanisme koping saat menstruasi sangat penting dalam kesiapan psikologis remaja putri menghadapi perubahan emosional dan fisik selama siklus haid. Studi menunjukkan bahwa remaja yang menggunakan mekanisme koping adaptif cenderung mengalami tingkat stres dan nyeri haid yang lebih rendah dibandingkan yang menggunakan koping maladaptif. Mekanisme koping adaptif meliputi strategi seperti berpikir positif, mencari dukungan sosial, dan pengelolaan stres yang efektif, yang membantu menjaga keseimbangan emosional selama menstruasi (Study, Khabibah, & Noor, n.d.).

Selain itu, intensitas penggunaan media sosial juga berpengaruh pada mekanisme koping remaja. Penggunaan media sosial yang tinggi dapat berhubungan dengan mekanisme koping maladaptif, sehingga penting bagi remaja untuk mengembangkan koping yang sehat agar dapat menghadapi tekanan psikologis selama menstruasi dengan baik (Warti Ningsih 2025).

Mekanisme koping saat menstruasi sangat penting untuk kesiapan psikologis remaja putri dalam menghadapi perubahan fisik dan emosional selama siklus haid menurut Study (*et al.*, n.d.) bahwa mayoritas mahasiswa menggunakan mekanisme koping adaptif yang berhubungan dengan derajat keparahan dismenore yang lebih rendah. Mekanisme koping adaptif ini membantu mengurangi intensitas nyeri haid dan menjaga keseimbangan emosional selama menstruasi

Penelitian Harahap, Haslinah, & Pasaribu, (2023) menunjukkan adanya hubungan signifikan antara mekanisme koping dan intensitas nyeri haid. Remaja yang menerapkan strategi koping adaptif cenderung mengalami nyeri ringan dan mampu menjalankan aktivitas sehari-hari dengan baik, sedangkan mekanisme koping maladaptif berhubungan dengan nyeri yang lebih berat dan gangguan aktivitas. perilaku koping adaptif dapat mengurangi dampak negatif Premenstrual Syndrome (PMS) pada remaja putri faktor lain seperti dukungan sosial dan kondisi ekonomi juga memengaruhi kemampuan koping remaja Secara keseluruhan, pengembangan mekanisme koping adaptif melalui edukasi, dukungan sosial, dan pengelolaan stres sangat penting untuk kesiapan psikologis remaja putri dalam menghadapi menstruasi dan mengurangi dampak negatifnya terhadap kualitas hidup.

B. Penelitian Terkait

1. Berdasarkan penelitian oleh Penelitian yang dilakukan oleh Nopia *et al.*, (2020) berjudul Pengaruh Pendidikan Kesehatan terhadap Pengetahuan dan Kesiapan Menghadapi Menarche pada Siswi SD Negeri 06 Ipuh Desa Semundam Kecamatan Ipuh Kabupaten Mukomuko. Penelitian ini menggunakan metode pre-eksperimental dengan desain one group pretest-posttest. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata pengetahuan tentang menarche sebelum diberikan pendidikan kesehatan adalah 7,27, meningkat menjadi 10,47 setelah

intervensi. Selain itu, rata-rata kesiapan menghadapi menarche juga meningkat dari 4,13 menjadi 7,00. Penelitian ini menyimpulkan bahwa pendidikan kesehatan memiliki pengaruh signifikan terhadap peningkatan pengetahuan dan kesiapan siswi dalam menghadapi menarche.

2. Berdasarkan penelitian oleh Penelitian yang dilakukan oleh Simon & Hutomo (2021) berjudul Hubungan Pengetahuan dan Sikap dengan Kesiapan Siswi dalam Menghadapi Menarche di SD Islam Guppi Kota Sorong. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain cross-sectional dan melibatkan 20 siswi kelas V dan VI sebagai responden. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengetahuan dan sikap memiliki hubungan signifikan dengan kesiapan siswi dalam menghadapi menarche, dengan nilai $p\text{-value} = 0,002$ yang lebih kecil dari $\alpha = 0,05$.

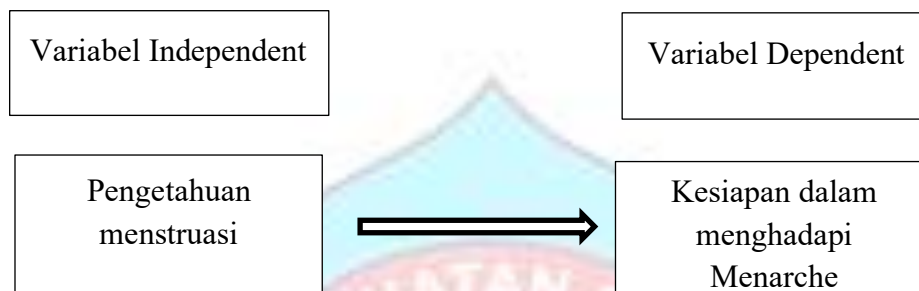
3. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Nainar *et al.*, (2023) berjudul pengaruh Pengetahuan tentang Menstruasi dan Kesiapan Menghadapi Menarche pada Siswi Sekolah Dasar di Kota Tangerang Selatan, penelitian ini menggunakan metode survei analitik dengan desain cross-sectional. Hasil penelitian menunjukkan pengetahuan baik lebih siap menghadapi menarche (82,2%) dibandingkan yang memiliki pengetahuan tidak baik (31,7%). Analisis statistik uji Chi-Square menunjukkan terdapat hubungan signifikan antara tingkat pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan menghadapi menarche ($p\text{-value} = 0,000$), yang berarti semakin baik tingkat pengetahuan siswi, semakin siap mereka dalam menghadapi menarche.

C. Kerangka Konseptual

Kerangka konsep, yang juga dikenal sebagai kerangka konseptual, merupakan landasan berpikir yang berfungsi untuk menjelaskan keterkaitan antara berbagai konsep yang saling berhubungan. Kerangka ini memberikan

ilustrasi atau gambaran mengenai asumsi-asumsi yang mendasari hubungan antarvariabel yang akan diteliti. Dengan kata lain, kerangka konsep membantu dalam merumuskan alur logis penelitian, menjelaskan bagaimana setiap konsep berinteraksi, dan memperlihatkan arah atau fokus penelitian yang akan dilakukan (Ahmad. *et al.*, 2023).

Skema 2.1 Kerangka Konseptual



D. Hipotesis

Hipotesis merupakan pernyataan sementara yang masih lemah kebenarannya, maka perlu diuji kebenarannya. Kemudian para ahli menafsirkan arti hipotesis adalah dugaan terhadap hubungan antara dua variabel atau lebih. Atas dasar definisi tersebut dapat diartikan bahwa hipotesis adalah jawaban atau dugaan sementara yang harus diuji kebenarannya (Siregar, 2023).

Ha: Ada hubungan pengetahuan menstruasi dengan kesiapan dalam menghadapi menarche pada siswi SD IT Darel Hikmah Pekanbaru.

H0: Tidak ada hubungan pengetahuan menstruasi dengan kesiapan dalam menghadapi menarche pada siswi SD IT Darel Hikmah Pekanbaru.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Desain Penelitian

Dalam penelitian ini metode yang digunakan adalah metode penelitian *deskriptif kuantitatif*. Penelitian *kuantitatif* menekankan pada hasil yang objektif serta menggunakan pengolahan data secara statistik, guna menghasilkan informasi berupa angka (Sahir, 2022).

Desain penelitian yang digunakan adalah desain kuantitatif *deskriptif* dengan pendekatan *cross-sectional*, yaitu pengumpulan data dilakukan pada satu waktu tertentu tanpa perlakuan khusus (intervensi) terhadap subjek.

B. Lokasi dan Waktu Penelitian

1. Lokasi

Lokasi Penelitian ini dilakukan di SD IT Darel Hikmah Pekanbaru di Jl. Manyar Sakti sehingga memudahkan penulis dalam melakukan observasi dan pengumpulan data.

2. Waktu Penelitian

Pelaksanaan penelitian dilakukan mulai dari pengajuan judul sampai dengan presentasi seminar hasil dari Bulan Februari 2025 sampai dengan Bulan Juli 2025

Tabel 3.1
Jadwal Kegiatan Penelitian

No	Uraian Kegiatan	Bulan/2025						Agustus
		Feb	Maret	April	Mei	Juni	Juli	
1	Pengajuan Judul Tugas Akhir	✓						
2	Pembuatan Proposal	✓	✓	✓				
3	Seminar Proposal				✓			
4	Pelaksanaan, Pengumpulan					✓		

	dan Pengelolaan Data							
5	Penyusunan Laporan Tugas Akhir					✓	✓	
6	Seminar Hasil Laporan Akhir						✓	✓

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi adalah seluruh penduduk yang dimaksudkan untuk diteliti Dahlan Dalam Puspa Sari, (2024). atau sesuatu bentuk penelitian yang memiliki sifat subjektif dengan persamaan yang sama dan memiliki sifat obyektif sebagai salah satu kumpulan individu dalam sebuah penelitian sehingga dapat mudah untuk dimengerti dan dipahami dalam penelitian. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa perempuan kelas IV dan V di SD IT Darel Hikmah Pekanbaru 2025 , yang berjumlah 60 siswa yang berada dalam rentang usia awal pubertas (10–13 tahun), yang merupakan fase paling umum terjadinya menarche.

2. Sampel Penelitian

Sampel penelitian adalah sebagai keseluruhan objek yang diteliti dan dianggap mewakili seluruh populasi Setiadi dalam Suhesty, (2021). Sampel dalam penelitian ini adalah 60 siswi dimana semua populasi dijadikan sampel. Sampling yang digunakan yaitu *Non-probability* sampling

Teknik ini digunakan karena jumlah populasi yang terbatas dan masih memungkinkan untuk diteliti secara keseluruhan, yaitu sebanyak 60 siswi kelas V dan VI di SD IT Darel Hikmah Pekanbaru, Adapun responden yang digunakan sebagai sampel pada penelitian ini adalah yang memenuhi kriteria :

- a. Kriteria inklusi
 - 1) Bersedia menjadi responden

- 2) Berada pada tingkatan kelas IV dan V
- 3) Mengikuti proses penelitian sampai selesai yaitu dari pemberian penyuluhan media leaflet sampai dengan pembagian kuissoner.
- b. Kriteria eksklusi
 - 1) Mengundurkan diri saat proses pengumpulan data
 - 2) Sakit pada hari penelitian
 - 3) Tidak mau menjadi responden

D. Instrumen Penelitian

Instrumen pengumpulan data adalah alat bantu yang dipilih dan digunakan oleh peneliti dalam kegiatannya mengumpulkan data agar kegiatan tersebut menjadi sistematis dan dipermudah olehnya.

1. Identitas Responden

Berisi tentang data nama siswa, kelas, umur anak yang membantu peneliti untuk mengetahui dan memudahkan peneliti untuk mengetahui identitas responden.

2. Pengetahuan Responden

Berisi 24 pertanyaan tentang pengetahuan responden tentang pengetahuan tentang menstruasi dan 10 pertanyaan tentang kesiapan dalam menghadapi menarche, Jika jawaban salah maka skornya 0 dan jika jawaban benar skornya 1 semakin banyak skor yang di peroleh maka pengetahuan responden semakin baik. Penelitian dilakukan dengan cara yang pertama dengan menjelaskan pada wawancara atau interview terstruktur dimana peneliti akan berhadapan langsung dengan responden dengan bantuan kuesioner yang sudah disusun terperinci menyerupai ceklis, yang dibagikan kepada responden untuk diselesaikan dengan petunjuk yang telah diberikan dan dikumpulkan kembali sesuai dengan waktu yang ditentukan.

Tabel 3.2 Kisi-kisi Kuesioner
Kuesioner pengetahuan menstruasi

Pertanyaan positif	Nomor (1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14,15,16,17,18,20,21,22,23)
Pertanyaan negatif	Nomor (19,24)

Kuesioner kesiapan dalam menghadapi menarche

Pertanyaan positif	Nomor (1,2,3,4,5,7,9,)
Pertanyaan negatif	Nomor (6,8,10)

E. Definisi operasional

Definisi operasional adalah definisi variabel-variabel yang akan diteliti secara operasional di lapangan. Definisi operasional pada penelitian ini yaitu:

Tabel 3.3 Definisi Operasional

No	Variabel penelitian	Definisi Operasional	Alat Ukur	Hasil Skor	Skala ukur
1	Pengetahuan Tentang menstruasi	Tingkat pemahaman seorang anak perempuan mengenai menstruasi pertama, termasuk definisi, proses fisiologis, tanda-tanda awal pubertas, kebersihan menstruasi, serta cara menghadapinya.	Kuesioner	Pengetahuan baik bila skor atau nilai (76-100%), tingkat pengetahuan cukup bila skor atau nilai (56-75%), dan tingkat pengetahuan kurang bila skor atau nilai ($\leq 56\%$)	Ordinal
2	Kesiapan dalam menghadapi menarche	Keadaan yang menunjukkan bahwa remaja siap untuk mencapai salah satu kematangan fisik yaitu datangnya menstruasi pertama (menarche).	Kuesioner	Siap : 61% - 100% Tidak Siap : 0% - 60%	Ordinal

F. Etika penelitian

Menurut Nursalam dalam Saputera (2019), prinsip dalam penelitian dibedakan menjadi 3 (tiga) bagian, yaitu :

1. Prinsip Manfaat

- 1) Bebas dari penderitaan. Penelitian harus dilakukan tanpa mengakibatkan penderitaan kepada subyek, khususnya jika menggunakan metode khusus.
- 2) Bebas dari eksploitasi. Responden dalam penelitian harus terhindar dari keadaan yang tidak menguntungkan.
- 3) Bebas dari resiko (*benefit ratio*). Peneliti harus secara berhati-hati mempertimbangkan resiko dan keuntungan yang berakibat kepada subjek pada setiap tindakan.

2. Prinsip Menghargai Hak Asasi Manusia

- a) Hak untuk ikut atau tidak menjadi responden (*right to self determination*). Subjek mempunyai hak memutuskan apakah mereka bersedia menjadi subjek ataupun tidak, tanpa adanya sangsi apapun atau akan berakibat terhadap kesembuhannya jika mereka menjadi seorang pasien.
- b) Hak untuk mendapatkan jaminan dari perlakuan yang diberikan (*right to full disclosure*). Seorang peneliti harus memberikan kejelasan secara bertanggung jawab jika ada sesuatu yang terjadi kepada subjek.
- c) *Informed consent*. Subjek harus mendapatkan informasi secara lengkap tentang tujuan penelitian dilakukan, mempunyai hak untuk bebas berpartisipasi atau menolak menjadi responden.

3. Prinsip Keadilan

- a) Hak untuk mendapatkan pengobatan yang adil (*right in fair treadment*). Subjek harus diperlakukan secara adil baik sebelum, selama dan sesudah keikutsertaannya dalam penelitian tanpa adanya deskriminasi.

- b) Hak dijaga kerahasiaanya (*right to privacy*). Subjek mempunyai hak untuk meminta bahwa data yang diberikan harus dirahasiakan, untuk itu perlu diperhatikan tanpa nama (*anonymity*) dan rahasia (*confidentiality*).
- 4. Peneliti akan melakukan uji etik, jika sudah dilakukan uji etik maka penelitian akan dilakukan.

G Proses pengumpulan data

Langkah-langkah dalam penelitian berguna untuk mempermudah menyelesaikan penelitian hubungan pengetahuan menstruasi dengan kesiapan dalam menghadapi menarche pada siswi sd it darel hikmah pekanbaru Adapun langkah-langkah penelitian yang dilakukan adalah sebagai berikut:

a. Tahap Persiapan

- 1) Peneliti meminta izin dan surat pengantar pra riset dan Fakultas Kesehatan dan Informatika Institut Kesehatan Payung Negeri Pekanbaru.
- 2) Surat izin diberikan KESBANGPOL dan selanjutnya kepada Dinas Pendidikan Kota Pekanbaru untuk melihat data, menentukan lokasi penelitian dan pengurusan surat izin.

b. Tahap Pelaksanaan

Pelaksanaan penelitian dilaksanakan di Sekolah SD IT Darel Hikmah Pekanbaru 2025. Tahap pelaksanaan meliputi:

- 1) Setelah peneliti mendapatkan izin Dinas pendidikan pekanbaru dan dari kepala sekolah SD IT Darel Hikmah Pekanbaru.
- 2) Peneliti akan berkoordinasi dengan guru guru di sekolah sd it darel hikmah Pekanbaru untuk mencari responden.
- 3) Peneliti membagikan kuesioner yang telah peneliti buat sebelumnya, yang berisi lembar persetujuan (*informed consent*) pada siswi yang selanjutnya dianggap sudah menjadi responden. Kemudian responden mengisi lembar persetujuan tersebut, peneliti juga sudah menjelaskan bahwa data dari masing-masing responden dirahasiakan. Mengumpulkan responden siswi SD IT Darel Hikmah Pekanbaru

- 4) Setelah responden menyetujui, peneliti menjelaskan bagaimana cara mengisi kuesioner yang telah dibagikan kepada responden.
 - 5) Responden menjawab pertanyaan yang telah peneliti buat.
 - 6) Proses pengisian kuesioner diijinkan untuk bertanya kepada peneliti tentang pertanyaan yang kurang jelas atau kurang dimengerti, sehingga responden bisa menjawab pertanyaan yang ada pada kuesioner.
 - 7). Setelah responden selesai mengisi kuesioner yang dibagikan, peneliti memeriksa Kembali kelengkapan data.
 - 8). Peneliti mengucapkan terima kasih kepada responden atas partisipasinya dalam penelitian.
- c. Tahap Akhir
- a. Data yang terkumpul selanjutnya dilakukan pengolahan
 - b. Peneliti menginput, mengolah, dan menganalisa data yang telah terkumpul dengan menggunakan SPSS 27.

H. Pengolahan Data

Setelah melakukan penyuluhan dan penyebaran kuesioner peneliti selanjutnya melakukan pengolahan data dan diproses menggunakan SPSS dengan cara :

1. Pengeditan data (*editing*)

Editing adalah upaya untuk memeriksa kembali kebenaran data yang diperoleh atau dikumpulkan. *Editing* dapat dilakukan pada tahap pengumpulan data atau sebagai data terkumpul. sebelum menyebarkan kuisoner sudah saya uji validitas terhadap instrumen agar pertanyaan benar-benar mengukur variabel yang dituju sehingga kuisoner layak digunakan responden. Selain itu, peneliti memeriksa jawaban responden secara teliti agar tidak ada data yang kosong atau terduplikasi saat proses pengumpulan.

2. Pengkodean data (*coding*)

Coding merupakan kegiatan pemberian kode numeric (angka) terhadap data yang terdiri atas beberapa kategori. Pemberian kode terhadap data ini sangat penting bila pengolahan dan analisis data menggunakan

komputer. Saya memberikan kode pada setiap jawaban kuesioner agar bisa diinput ke dalam software SPSS, contohnya: jawaban benar diberi kode "1" dan salah diberi "0" untuk item pengetahuan, serta kesiapan dikodekan berdasarkan kategori skor yang telah ditentukan. Dan untuk tabel master untuk kolom responden diberi kode "R", Untuk usia diberi kode "U", Untuk kelas diberi kode "K", Untuk Total diberi kode "T", Untuk persen diberi kode "N" dan untuk coding diberi kode "C".

3. Pemindahan data ke komputer (*entering data*)

Entering data adalah kegiatan memasukkan data yang telah di kumpulkan kedalam master tabel atau database komputer, kemudian membuat distribusi frekuensi. Saya melakukan input data ke dalam SPSS secara manual namun cermat, memastikan bahwa setiap nilai dari kuesioner sesuai dengan hasil asli yang diisi responden agar tidak terjadi kesalahan ketik (typo) yang memengaruhi analisis.

4. Pembersih data (*cleaning*)

Data yang sudah ada di cek lagi kelengkapannya, sehingga data siap untuk di analisa. *Cleaning* bertujuan untuk memastikan semua data yang di masukkan ke komputer sudah benar dan sesuai sehingga hasil analisa data akurat. Saya memeriksa ulang seluruh data responden, terutama data demografi dan total skor kuesioner, untuk memastikan tidak ada nilai yang hilang, ganda, atau janggal. Dari hasil pemeriksaan, tidak ditemukan data bermasalah sehingga seluruh data layak untuk dianalisis.

5. Pengolahan Data (*processing*)

Data di proses dengan mengelompokkan ke dalam variabel yang sesuai dengan menggunakan program komputer. Saya mengelompokkan data ke dalam variabel independen (pengetahuan) dan dependen (kesiapan menghadapi menarche), kemudian menghitung frekuensi dan distribusinya agar bisa dilakukan uji bivariat menggunakan uji *Chi-Square*.

6. Penilaian (*analyzing*)

Dalam penelitian ini digunakan analisa univariat dan analisa bivariat menggunakan program computer. Saya menggunakan analisis univariat untuk mengetahui distribusi pengetahuan dan kesiapan. Untuk melihat hubungan antara pengetahuan dan kesiapan dalam menghadapi menarche, saya melakukan analisis bivariat dengan uji *Chi-Square*. diperoleh bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan menstruasi dengan kesiapan menghadapi menarche. Saya mengasumsikan bahwa hal ini mungkin disebabkan oleh beberapa faktor, seperti:

1. Pengaruh faktor eksternal lainnya seperti dukungan emosional dari orang tua, guru, atau lingkungan sosial yang bisa mempengaruhi kesiapan secara langsung tanpa harus melalui pengetahuan.
2. Pengetahuan yang dimiliki responden belum sepenuhnya dipahami secara mendalam atau belum diterapkan dalam perilaku nyata, sehingga tidak berkontribusi langsung terhadap kesiapan.

I. Analisis Data

Data yang didapatkan dan sudah diolah akan bermakna apabila sudah dilakukan analisis. Tujuan dilakukan analisis data adalah memperoleh gambaran dari penelitian yang telah dirumuskan dalam tujuan penelitian, membuktikan hipotesis-hipotesis penelitian yang telah dirumuskan, memperoleh kesimpulan secara umum dari penelitian Notoatmodjo (2018). Pada penelitian ini, analisis yang digunakan adalah analisa univariat dan analisa bivariat.

1. Analisa Univariat

Tujuan dari analisa *univariat* adalah untuk mengetahui karakteristik responden atau mendeskripsikan karakteristik masing-masing variabel yang diteliti Nursalam dalam Saputera, (2019). Analisis ini digunakan untuk melihat distribusi frekuensi dari variabel independen dan dependen. Setiap variabel yang ditemukan dalam penelitian diuji menggunakan tabel distribusi frekuensi, yang menghasilkan distribusi dan persentase untuk mengetahui gambaran umum karakteristik responden serta variabel

penelitian seperti tingkat pengetahuan, kesehatan mental, dan kesiapan menghadapi menarche. Analisa dilakukan menggunakan program *spss 27*

2. Analisis Bivariat

Analisis bivariat digunakan untuk mengetahui hubungan antara dua variabel, yaitu variabel independen (pengetahuan) dan variabel dependen (kesiapan dalam menghadapi menarche). Uji *statistik* yang digunakan dalam analisis ini adalah uji *Chi-Square*, karena data yang digunakan bersifat kategorik. Uji *Chi-Square* bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan yang signifikan antara dua variabel kategorik. Uji ini dilakukan dengan tingkat kepercayaan 95% ($\alpha = 0,05$). Apabila nilai $p < 0,05$, maka H_0 ditolak, yang berarti ada hubungan signifikan antara variabel independen dan dependen. Sebaliknya, apabila nilai $p > 0,05$, maka H_0 diterima, yang berarti tidak ada hubungan signifikan antara kedua variabel tersebut. Hasil analisis ini ditampilkan dalam bentuk tabel kontingensi (crosstab) yang menunjukkan frekuensi pengamatan untuk setiap kategori, serta nilai χ^2 dan p-value yang diperoleh dari hasil uji statistik (Setyawan, 2022).

J. Uji Validitas dan Reliabilitas

a. Uji Validitas

Menurut Oktarina, Kristiawan, & Martha, (2021), uji *validitas* digunakan untuk mengukur sah atau valid tidaknya suatu kuesioner. Suatu kuesioner dikatakan valid jika pertanyaan pada kuesioner mampu untuk mengungkapkan suatu yang diukur oleh kuesioner tersebut. Tujuan uji validitas adalah untuk mengetahui sejauh mana ketepatan antara data yang sesungguhnya terjadi pada objek dengan data yang dilaporkan oleh peneliti. Dalam penelitian ini, saya melakukan uji validitas terhadap 34 butir soal yang terdiri dari 24 soal pengetahuan menstruasi dan 10 soal kesiapan menghadapi menarche. Uji validitas dilakukan menggunakan program SPSS dengan teknik korelasi Pearson. Hasil uji menunjukkan bahwa

sebagian besar item memiliki nilai korelasi yang signifikan (r hitung $> r$ tabel), sehingga dapat disimpulkan bahwa item-item dalam kuesioner ini valid dan layak digunakan untuk penelitian lebih lanjut.

b. Uji *Reliabilitas*

Reliabilitas adalah ukuran yang menunjukkan sejauh mana suatu instrumen dapat dipercaya atau diandalkan dalam mengukur suatu konstruk. Salah satu metode yang umum digunakan untuk menguji *reliabilitas* adalah dengan menghitung nilai *Cronbach's Alpha*. Instrumen dikatakan reliabel apabila nilai *Cronbach's Alpha* lebih besar dari 0,60. Hal ini menunjukkan bahwa instrumen tersebut konsisten dalam mengukur variabel yang dimaksud (Dunakhri, 2019).

Dalam penelitian ini, peneliti tidak melakukan uji reliabilitas secara mandiri karena kuesioner yang digunakan merupakan adopsi dari penelitian sebelumnya yang telah terbukti valid dan reliabel. Sebagai contoh, dalam penelitian yang dilakukan oleh (Sisy Rizkia, 2020) menggunakan kuesioner yang sama, yaitu 24 soal pengetahuan dan 10 soal kesiapan menghadapi menarche. Dalam penelitian tersebut, nilai *Cronbach's Alpha* untuk pengetahuan adalah 0,782 dan untuk kesiapan 0,801. Nilai ini menunjukkan bahwa kuesioner tersebut sudah sangat layak digunakan untuk mengukur kedua variabel tersebut. Jadi, karena kuesioner sudah terbukti valid dan reliabel dari penelitian sebelumnya, maka saya hanya melakukan uji validitas ulang agar tetap sesuai dengan kondisi responden di SD IT Darel Hikmah Pekanbaru 2025 .

BAB IV

HASIL PELAKSANAAN

Pada bab ini menyajikan hasil penelitian tentang Hubungan pengetahuan menstruasi dengan kesiapan dalam menghadapi menarche pada Siswi SD IT Darel Hikmah Pekanbaru. Pengambilan data pada bulan Juni 2025. Penelitian ini menggunakan kuesioner yang melibatkan 60 responden. Hasil penelitian ini dapat diuraikan sebagai berikut:

A. Analisis Univariat

1. Data Umum

Tabel 4.1
Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

Karakteristik	Frekuensi (f)	(%)
Umur		
10	10	16,7 %
11	21	35,0 %
12	29	48,0 %
Total	60	100 %
Kelas		
4	30	50,0 %
5	30	50,0 %
Total	60	100 %

Sumber: Analisis Data Primer 2025

Tabel 4.1 menunjukkan bahwa dari 60 responden, mayoritas berusia 12 tahun sebanyak 29 responden (48,0%), kemudian usia 11 tahun sebanyak 21 responden (35,0%) dan usia 10 tahun sebanyak 10 responden (16,7%). Berdasarkan tingkat kelas 4 dan 5, masing-masing dengan jumlah yang sama yaitu 30 responden (50,0%).

2. Data Khusus

a. Pengetahuan Menstruasi

Tabel 4.2
Distribusi Frekuensi Pengetahuan Menstruasi pada siswi SD IT Darel Hikmah Pekanbaru 2025

Karakteristik	Frekuensi (f)	Persen (%)
Baik	25	41,7 %
Cukup	33	55,0 %
Kurang	2	3,3 %
Total	60	100 %

Sumber: Analisis Data Primer 2025

Tabel 4.2 menunjukkan bahwa dari 60 responden, sebagian besar memiliki tingkat pengetahuan mengenai menstruasi dalam kategori cukup, yaitu sebanyak 33 responden (55,0%). Responden yang memiliki pengetahuan dalam kategori baik berjumlah 25 responden (41,7%), sementara yang berada dalam kategori kurang hanya sebanyak 2 responden (3,3%).

b. Kesiapan dalam Menghadapi Menarche

Tabel 4.3
Distribusi Frekuensi Kesiapan dalam Menghadapi Menarche pada siswi SD IT Darel Hikmah Pekanbaru 2025

Karakteristik	Frekuensi (f)	Persen (%)
Kesiapan dalam Menghadapi Menarche		
Siap	40	66,7 %
Tidak Siap	20	33,3 %
Total	60	100 %

Sumber: Analisis Data Primer 2025

Tabel 4.3 menunjukkan bahwa dari 60 responden, mayoritas berada dalam kategori siap dalam menghadapi menarche, yaitu sebanyak 40 responden (66,7%). Sementara itu, responden yang berada dalam kategori tidak siap menghadapi menarche berjumlah 20 responden (33,3%).

B. Analisis Bivariat

Tabel 4.4

Hubungan pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan dalam menghadapi menarche pada siswi SD IT Darel Hikmah Pekanbaru 2025

Pengetahuan Menstruasi	Kesiapan dalam Menghadapi Menarche						P Value
	Tidak Siap		Siap		Total		
	N	%	N	%	N	%	
Baik	6	10,0%	19	31,7%	25	41,0%	0,201
Cukup dan kurang	14	23,3%	22	35,0%	35	58,3%	
Total	20	33,3%	40	66,7%	60	100%	

Sumber: Analisis Data Primer 2025

Tabel 4.4 menunjukkan distribusi hubungan antara pengetahuan menstruasi dengan kesiapan dalam menghadapi menarche pada siswi SD IT Darel Hikmah. Sebagian besar responden memiliki pengetahuan dalam kategori cukup dan siap menghadapi menarche, yaitu sebanyak 19 responden (31,7%). Begitu juga pada kategori pengetahuan baik, sebanyak 19 responden (31,7%) menunjukkan kesiapan. Sementara pada kategori pengetahuan kurang, hanya 2 responden (3,3%) yang siap, dan tidak ada yang tidak siap. Namun demikian, hasil uji *Chi-Square* menunjukkan bahwa nilai *p-value* adalah 0,201 ($p > 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan menstruasi dengan kesiapan dalam menghadapi menarche pada siswi SD IT Darel Hikmah Pekanbaru 2025.

BAB V

PEMBAHASAN

A. Interpretasi dan Diskusi Hasil

Pada bab ini akan diuraikan pembahasan dari bab IV yaitu hasil penelitian “Hubungan pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan dalam menghadapi menarche pada Siswi SD IT Darel Hikmah Pekanbaru 2025”. Data tersebut dapat dijadikan acuan dan tolak ukur dalam melakukan pembahasan dan sebagai hasil akhir, dapat dilihat hasilnya sebagai berikut :

1. Analisis *Univariat*

Analisis univariat digunakan untuk menjabarkan secara deskriptif mengenai masing-masing variabel yang diteliti, maka diperoleh data umum (Umur dan kelas). Adapun hasil analisis univariat pada penelitian ini dapat dilihat pada uraian berikut:

a. Data Umum

1) Umur

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 60 responden siswi SD IT Darel Hikmah Pekanbaru, mayoritas berusia 12 tahun sebanyak 29 responden (48,0%), diikuti oleh usia 11 tahun sebanyak 21 responden (35,0%), dan usia 10 tahun sebanyak 10 responden (16,7%). Usia 12 tahun termasuk dalam masa pubertas awal, di mana terjadi perubahan biologis dan hormonal signifikan pada anak perempuan, termasuk munculnya tanda-tanda kematangan sistem reproduksi.

Temuan ini selaras dengan pernyataan Turisna. *et al.*, (2023) yang mengemukakan bahwa usia menarche secara umum terjadi pada rentang usia 12 hingga 16 tahun, yang menandai dimulainya fase pubertas. Selain itu, menurut hasil survei nasional yang dikutip oleh Pratiwi dan Handayani (2022), rata-rata usia menarche di Indonesia adalah sekitar 12,96 tahun. Hal ini memperkuat bahwa responden dalam penelitian ini berada pada kelompok usia yang relevan untuk dievaluasi terkait pengetahuan dan kesiapan dalam menghadapi

menarche. Usia merupakan faktor penting dalam kesiapan menghadapi menarche karena berkaitan dengan kematangan biologis, emosional, dan psikososial. Oleh karena itu, penting bagi siswi pada kelompok usia ini untuk mendapatkan edukasi yang tepat agar mampu menghadapi menarche dengan lebih siap, baik secara pengetahuan maupun mental. tentang psikologis yaitu pematangan pola pikir

b. Data Khusus

1) Pengetahuan Menstruasi

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 60 responden, sebagian besar memiliki tingkat pengetahuan mengenai menstruasi dalam kategori cukup, yaitu sebanyak 33 responden (55,0%). Responden yang memiliki pengetahuan dalam kategori baik berjumlah 25 responden (41,7%), sementara yang berada dalam kategori kurang hanya sebanyak 2 responden (3,3%). Temuan ini menunjukkan bahwa mayoritas siswi telah memiliki pemahaman dasar yang cukup memadai mengenai menstruasi, meskipun sebagian kecil masih belum sepenuhnya memahami informasi tersebut secara utuh.

Tingkat pengetahuan yang cukup dan baik ini dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, seperti adanya informasi yang diperoleh dari guru, orang tua, teman sebaya, serta paparan dari media atau internet. Meskipun begitu, keberadaan responden dengan pengetahuan kurang menunjukkan masih adanya celah dalam penyampaian edukasi tentang menstruasi di lingkungan sekolah maupun keluarga. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Pratiwi dan Handayani (2022), dengan judul Analisis Pengaruh Pola Hidup terhadap Perbedaan Siklus Menstruasi yang menyatakan bahwa meskipun pemahaman tentang menstruasi pada anak usia sekolah dasar mulai meningkat, namun pendekatan edukatif yang sistematis masih diperlukan agar seluruh siswa memperoleh informasi secara menyeluruh dan akurat.

Selain itu, penelitian oleh Ernawati Sinaga, (2019) yang berjudul Manajemen kesehatan menstruasi ,juga mengungkapkan bahwa peran

komunikasi terbuka dari orang tua sangat berpengaruh terhadap kesiapan anak dalam memahami pubertas, termasuk menstruasi. Bila komunikasi masih bersifat tabu atau dianggap memalukan, maka pemahaman anak pun cenderung terbatas.

Beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan remaja putri mengenai menstruasi dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti status gizi, pendidikan orang tua, dan komunikasi dalam keluarga. Peneliti Makmun, Amilia, & Utami, (2022), dengan judul Hubungan Media Informasi dan Peran Orang Tua terhadap Kebersihan Genital Siswa, menegaskan bahwa penggunaan media informasi dan peran orang tua keduanya berpengaruh signifikan terhadap praktik kebersihan menstruasi siswi ($p=0,004$ dan $p=0,000$). Edukasi melalui media (sekolah, sosialisasi) dan komunikasi terbuka dalam keluarga berkontribusi pada pengetahuan dan kebiasaan yang lebih baik. Selain itu Begitu juga dengan penelitian yang dilakukan Wardhani, Purnamasari, & Navelia, (2024) dengan judul Pengaruh Pendidikan Media Video terhadap Pengetahuan Remaja Putri dalam Mengonsumsi Tablet Suplemen Besi membuktikan bahwa edukasi menggunakan media audio-visual (animasi/ video) secara signifikan meningkatkan pengetahuan siswi tentang gangguan menstruasi ($p=0,000$). Sebelum edukasi, pemahaman masih terbatas; setelah intervensi, sebagian besar responden menunjukkan peningkatan pengetahuan menjadi kategori baik

Peneliti berasumsi bahwa pengetahuan siswi yang tergolong cukup hingga baik dipengaruhi oleh informasi yang mereka dapatkan dari sekolah, orang tua, teman sebaya, dan media seperti video edukasi. Antusiasme siswi saat membahas topik menstruasi menunjukkan bahwa mereka punya minat untuk belajar. Namun, meskipun pengetahuan mereka cukup baik, hasil penelitian tidak menunjukkan adanya hubungan dengan kesiapan menghadapi menarche. Peneliti

menyimpulkan bahwa pengetahuan saja belum cukup, karena kesiapan juga dipengaruhi oleh faktor emosional, psikologis, dan dukungan dari lingkungan.

2) Kesiapan dalam Menghadapi Menarche

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 60 responden, mayoritas siswi berada dalam kategori siap dalam menghadapi menarche, yaitu sebanyak 40 responden (66,7%). Sementara itu, sebanyak 20 responden (33,3%) berada dalam kategori tidak siap menghadapi menarche. Temuan ini menggambarkan bahwa sebagian besar siswi telah memiliki kesiapan yang cukup baik dalam menyambut fase awal menstruasi pertama, baik dari segi pengetahuan, kesiapan mental, maupun keterampilan praktis dalam menangani menstruasi.

Tingginya kesiapan siswi ini menunjukkan bahwa mereka kemungkinan telah mendapatkan informasi yang memadai dari berbagai sumber, seperti guru, orang tua, media, maupun teman sebaya. Hasil ini sejalan dengan pendapat Fatmawati *et al.*, (2023) dengan judul Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Penurunan Usia Menarche yang menyatakan bahwa kesiapan menghadapi menarche tidak hanya ditentukan oleh usia biologis, tetapi juga sangat dipengaruhi oleh pemahaman anak, keterlibatan orang tua, dukungan lingkungan sekolah, serta keterbukaan dalam komunikasi terkait kesehatan reproduksi. Sementara itu, Villasari, (2021) dengan judul fisiologi menstruasi, menekankan bahwa edukasi yang diberikan sejak dini akan membantu anak perempuan menghadapi menarche dengan tenang, percaya diri, dan tanpa rasa takut atau bingung.

Dari penelitian yang saya peneliti lakukan sebanding dengan penelitian Hastuti, Lukita, Jiu, & Yani, (2016) dengan judul Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kesiapan Remaja Awal Dalam Menghadapi Menarche Di Sd Pontianak Tenggara Dari 51 siswi, mayoritas berpengetahuan baik (~65%) dan sebagian besar usia >13

tahun menunjukkan kesiapan. Namun tidak ditemukan hubungan signifikan antara kesiapan dan variabel seperti pengetahuan, dukungan sosial ibu, sikap, dan usia ($p=0,285-0,493$).

Begitu juga dengan peneliti sebanding dengan penelitian Meinarisa, Anita Sari, & Mardiantika, (2021) dengan judul Hubungan Pengetahuan, Kedekatan Ibu dan Pola Asuh Terhadap Kesiapan Remaja Menghadapi Menstruasi Pertama (Menarche) di SMP Negeri 04, 06, dan 17 Kota Jambi, Dari 51 siswi, mayoritas berpengetahuan baik (~65%) dan sebagian besar usia >13 tahun menunjukkan kesiapan. Namun tidak ditemukan hubungan signifikan antara kesiapan dan variabel seperti pengetahuan, dukungan sosial ibu, sikap, dan usia ($p=0,285-0,493$)

Menurut Penelitian Lestari, Hartinah, Rahmawati, & Pusparatri, (2025) dengan judul Dukungan Ibu dan Kesiapan Remaja Perempuan untuk Menarche, Studi korelatif ini melaporkan adanya hubungan signifikan dan positif antara dukungan ibu dan kesiapan remaja putri menghadapi menarche ($p=0,044$).

Peneliti berasumsi bahwa kesiapan sebagian besar siswi dalam menghadapi menarche dipengaruhi oleh informasi yang mereka dapatkan dari sekolah, orang tua, dan teman sebaya. Dukungan orang tua, terutama ibu, serta lingkungan sekolah yang terbuka juga membantu siswi merasa lebih siap. Siswi yang belum siap kemungkinan belum mendapat cukup informasi atau masih merasa malu dan bingung karena kurangnya komunikasi di rumah. Jadi, kesiapan tidak hanya dipengaruhi oleh pengetahuan, tapi juga oleh dukungan emosional dan suasana yang mendukung.

2. Analisis *Bivariat*

Analisis ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara pengetahuan menstruasi dengan kesiapan dalam menghadapi menarche pada siswi kelas 4 dan 5 SD IT Darel Hikmah Pekanbaru. Uji *bivariat* dilakukan

menggunakan uji *Chi-Square* dengan tingkat signifikansi 5% ($p < 0,05$), guna melihat apakah terdapat hubungan yang bermakna antara variabel pengetahuan menstruasi (independen) dan kesiapan menghadapi menarche (dependen).

Berdasarkan Tabel 4.4, diketahui bahwa sebagian besar siswi dengan pengetahuan cukup tergolong siap menghadapi menarche, yaitu sebanyak 19 responden (31,7%). Siswi dengan pengetahuan baik juga menunjukkan tingkat kesiapan yang sama besar, yaitu 19 responden (31,7%). Sementara itu, pada kelompok dengan pengetahuan kurang, sebanyak 2 responden (3,3%) juga berada dalam kategori siap, dan tidak terdapat siswi yang tidak siap. Hasil uji *Chi-Square* menunjukkan nilai $p = 0,201$, yang berarti $p > 0,05$. Dengan demikian, tidak terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan menstruasi dengan kesiapan menghadapi menarche pada siswi SD IT Darel Hikmah Pekanbaru.

Temuan ini tidak sejalan dengan penelitian sebelumnya oleh Hayya, Wulandari, & Sugesti, (2023) dengan judul penelitian Hubungan Tingkat Stress, Makanan Cepat Saji Dan Aktivitas Fisik Terhadap Siklus Menstruasi Pada Remaja Di Pmb N Jagakarsa, yang menunjukkan bahwa pengetahuan menstruasi yang lebih baik berhubungan erat dengan kesiapan menghadapi menarche, baik dari aspek mental maupun praktik kebersihan diri. Begitu pula menurut Nainar, Amalia, & Komariyah, (2023) dengan judul penelitian Hubungan antara Pengetahuan tentang Menstruasi dan Kesiapan Menghadapi menarche pada Siswi Sekolah Dasar di Kota Tangerang Selatan, edukasi menstruasi yang memadai dapat membantu membentuk sikap positif dan kesiapan emosional dalam menyambut menarche.

Menurut asumsi peneliti, ketidaksesuaian hasil ini dapat disebabkan oleh beberapa faktor, seperti adanya dukungan informasi dari luar selain pengetahuan formal (misalnya peran orang tua atau media sosial) yang membantu siswi menjadi lebih siap, meskipun tingkat pengetahuannya tergolong sedang. Selain itu, data menunjukkan bahwa tidak semua siswi dengan pengetahuan cukup atau baik secara otomatis memiliki kesiapan

yang tinggi, yang mengindikasikan bahwa kesiapan menghadapi menarche tidak hanya bergantung pada pengetahuan, tetapi juga pada pengalaman personal, tingkat kepercayaan diri, serta lingkungan sosial dan budaya yang mendukung.

Pengamatan selama proses pengisian kuesioner juga menunjukkan bahwa sebagian besar responden terlihat nyaman dan percaya diri saat menjawab pertanyaan, termasuk mereka yang tergolong dalam kelompok pengetahuan cukup. Hal ini mengindikasikan bahwa meskipun secara teori pengetahuannya tidak maksimal, terdapat faktor pendukung lain yang memengaruhi kesiapan mereka dalam menghadapi menarche.

Dengan demikian, meskipun mayoritas siswi dengan pengetahuan cukup dan baik tampak siap menghadapi menarche, hasil statistik menunjukkan bahwa hubungan antara kedua variabel tidak signifikan. Oleh karena itu, intervensi edukatif tetap diperlukan, namun perlu dipadukan dengan pendekatan holistik yang mencakup dukungan psikososial dan komunikasi terbuka di lingkungan sekolah dan keluarga. Edukasi yang hanya fokus pada pemberian informasi tanpa memperhatikan kesiapan mental dan kontekstual anak mungkin belum cukup efektif untuk membangun kesiapan yang utuh dalam menghadapi menarche.

B. Keterbatasan Penelitian

Sulit mengumpulkan responden kedalam satu ruangan dikarenakan responden banyak dan tidak mencukupi untuk ruangan aula sekolah. Sehingga peneliti melakukan penelitian didalam ruangan kelas secara bergantian. dan Populasi yang diteliti terbatas pada siswa/i kelas IV dan V di satu Sekolah Dasar, sehingga hasil penelitian ini tidak dapat digeneralisasikan secara luas ke seluruh siswa Sekolah Dasar dengan latar belakang yang berbeda.

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan dengan judul "Hubungan Pengetahuan Tentang Menstruasi dengan Kesiapan dalam Menghadapi Menarche pada Siswi SD IT Darel Hikmah Pekanbaru 2025", maka diperoleh kesimpulan sebagai berikut:

1. Distribusi frekuensi pengetahuan menstruasi pada siswi kelas IV dan V di SD IT Darel Hikmah Pekanbaru menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki pengetahuan mengenai menstruasi dalam kategori cukup, yaitu sebanyak 33 responden (55,0%). Responden yang memiliki pengetahuan dalam kategori baik berjumlah 25 responden (41,7%), sementara yang berada dalam kategori kurang hanya sebanyak 2 responden (3,3%).
2. Distribusi frekuensi kesiapan menghadapi menarche menunjukkan bahwa sebagian besar siswi berada pada kategori siap dalam menghadapi menarche, yaitu sebanyak 40 responden (66,7%). Sementara itu, sebanyak 20 responden (33,3%) berada dalam kategori tidak siap menghadapi menarche.
3. Diketahui bahwa sebagian besar siswi dengan pengetahuan cukup tergolong siap menghadapi menarche, yaitu sebanyak 19 responden (31,7%). Siswi dengan pengetahuan baik juga menunjukkan tingkat kesiapan yang sama besar, yaitu 19 responden (31,7%). Sementara itu, pada kelompok dengan pengetahuan kurang, sebanyak 2 responden (3,3%) juga berada dalam kategori siap, dan tidak terdapat siswi yang tidak siap. Hasil uji *Chi-Square* menunjukkan nilai $p = 0,201$, yang berarti $p > 0,05$. Dengan demikian, tidak terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan menstruasi dengan kesiapan menghadapi menarche pada siswi SD IT Darel Hikmah Pekanbaru 2025.

B. Saran

1. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar dan referensi untuk penelitian lebih lanjut mengenai hubungan pengetahuan menstruasi dengan kesiapan menghadapi menarche. Peneliti selanjutnya disarankan untuk menggunakan metode penelitian yang berbeda atau melibatkan jumlah sampel yang lebih besar agar hasilnya lebih generalizable.

2. Bagi Institusi Pendidikan (Sekolah dan Kampus)

Hasil penelitian ini diharapkan menjadi acuan untuk meningkatkan peran sekolah dalam memberikan edukasi mengenai kesehatan reproduksi, khususnya tentang menstruasi dan menarche, melalui integrasi ke dalam kurikulum atau kegiatan penyuluhan rutin yang melibatkan guru dan petugas kesehatan.

3. Bagi Mahasiswa dan Tenaga Kesehatan

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai media pembelajaran dan aplikasi ilmu dalam pendidikan kesehatan, khususnya dalam mata kuliah maternitas dan kesehatan remaja. Mahasiswa juga diharapkan dapat lebih aktif dalam kegiatan edukatif untuk meningkatkan pengetahuan remaja putri mengenai menarche.

4. Bagi Orang Tua dan Keluarga

Dukungan dari keluarga, terutama orang tua, sangat penting dalam menyiapkan anak perempuan menghadapi menarche. Oleh karena itu, diharapkan orang tua lebih terbuka dan proaktif dalam memberikan informasi tentang menstruasi, sehingga anak tidak mengalami kebingungan atau ketakutan saat menarche terjadi.

5. Bagi Siswi SD

Diharapkan siswi dapat lebih termotivasi untuk mencari informasi dari sumber terpercaya mengenai menarche dan menstruasi, agar memiliki kesiapan mental, emosional, dan fisik yang cukup dalam menyambut masa pubertas dengan positif dan percaya diri.

DAFTAR PUSTAKA

- (GHDx), 1) Institute of Health Metrics and Evaluation. Global Health Data Exchange, 2000-2021, (2) WHO Global Health Estimates, 2024, (3) Global status report on alcohol and health and treatment of substance use disorder, & 2024, (4) World Drug Report. Geneva: UNODC; (2024). Adolescent Mental Health. Retrieved from Mental health of adolescents
- 1417-Article Text-5737-1-10-20250430. (n.d.).
- Adolph, R. (2016). No Title No Title No Title, *10*(November), 1–23.
- Ahmad., E. H., Makkasau, Fitriani, Latifah, A., Eppang, M., Buraerah, S., ... Lidia Widia. (2023). *METODOLOGI PENELITIAN KESEHATAN*. RIZMEDIA PUSTAKA INDONESIA.
- Andini, Z. T., & Mahmudah, N. (2024). The Effect of Health Counseling on Knowledge About Menarche in Kauman State Elementary School Pleret Bantul Yogyakarta Pengaruh Penyuluhan Kesehatan terhadap Pengetahuan tentang Menarche di SD Negeri Kauman Pleret Bantul Yogyakarta, 465–477.
- Andriani, A. (2022). Penyebab Menarche Dini Ditinjau Dari Status Gizi Dan Riwayat Keluarga Pada Siswi SDN 169 Pekanbaru. *Jurnal Kesehatan Medika Udayana*, 8(01), 1–9. <https://doi.org/10.47859/jmu.v8i01.208>
- Ayu Merna Eka Sari, N., Komang Ayu Resiyanthi, N., Gusti Ayu Putu Satya Laksmi, I., Luh Gede Intan Saraswati, N., Ayu Parwati, P., Studi Keperawatan Program Sarjana, P., & Wira Medika, S. (2024). JAI: Jurnal Abdimas ITEKES Bali Institut Teknologi dan Kesehatan (ITEKES) Bali. *JAI: Jurnal Abdimas ITEKES Bali Institut Teknologi Dan Kesehatan (ITEKES) Bali*, 4(1), 32–39. Retrieved from <https://ejournal.itekes-bali.ac.id/jai>
- Azzahra, A., Figiasari, D., Amelia Vega, R., & Faiz, A. (2024). Pengaruh Media Sosial Terhadap Siswa Sekolah Dasar Negeri 1 Watubelah. *Khazanah Pendidikan*, 18(1), 134. <https://doi.org/10.30595/jkp.v18i1.21244>
- Chairunisa, N., Sriyanti, C., & Widayani, W. (2025). Pengaruh Pendidikan Kesehatan dengan Flipbook terhadap Kecemasan Menghadapi Menarche pada Remaja Putri The Effect of Health Education with Flipbook on Anxiety Facing Menarche in Adolescent Girls, 7(56), 53–58.
- Delivery, C. O., & Kunci, K. (2025). 3 1,2,3, 4(3), 173–178.
- Dunakhri, S. (2019). Uji Reliabilitas dan Normalitas Instrumen Kajian Literasi Keuangan. *Prosding Seminar Nasional Lembaga Penelitian Universitas Negeri Makassar*, 1–4.

- Ernawati Sinaga, Nonon Saribanon, S., Nailus Sa'adah, Ummu Salamah, Y. A. M., & Agusniar Trisnamiati, S. L. (2019). *Menstruasi, manajemen kesehatan*. Jakarta: Universitas Nasional IWWASH Global One.
- Fatmawati, R., Dewi, N. R., Sari, S. A., Dharma, A. K., & Metro, W. (2023). Penerapan Pendidikan Kesehatan Tentang Premenstrual Syndrome Untuk Meningkatkan Pengetahuan Wanita Usia 40 Tahun Keatas Di Wilayah Kerja Uptd Puskesmas Purwosari Kec. Metro Utara. *Jurnal Cendikia Muda*, 3(4), 2023.
- Fauziah, S. M., Herliana, I., & Gunardi, S. (2025). Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Siklus Menstruasi Pada Remaja di SMPN 3 Cianjur Tahun 2024 Program Studi Ilmu Keperawatan, Universitas Indonesia Maju, Indonesia.
- Fitantri, T. D., Anggoro, A. D., & Lestari, C. R. (2025). Hubungan Antara Zat Gizi Mikro Zinc Dengan Dismenorea Primer Pada Remaja Putri Abstrak, 4(1), 21–27.
- Ganisia, A., Rara, T., & Pramista, A. (2025). Dampak Stres Terhadap Kesuburan dan Siklus Menstruasi Wanita.
- Hapsari, P., Fadilah, L. N., Resmana, R., Cahyaningsih, H., Sarjana, P., Kebidanan, T., ... Bandung, K. (2025). Family Support Improves Attitudes of Adolescents in Facing Menarche, 17(1).
- Harahap, Y. W., Haslinah, & Pasaribu, A. R. (2023). Mekanisme Koping dan Intensitas Nyeri Haid pada Remaja Putri di SMKN 1 Lumut. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 6(5), 938–942. <https://doi.org/10.56338/mppki.v6i5.3161>
- Hastuti, L., Lukita, Y., Jiu, C. K., & Yani, D. F. (2016). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kesiapan Remaja Awal Dalam Menghadapi Menarche Di Sd Pontianak Tenggara Tahun. *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan*, 5(2), 77–84.
- Hayya, R. F., Wulandari, R., & Sugesti, R. (2023). Hubungan Tingkat Stress, Makanan Cepat Saji Dan Aktivitas Fisik Terhadap Siklus Menstruasi Pada Remaja Di Pmb N Jagakarsa. *SENTRI: Jurnal Riset Ilmiah*, 2(4), 1338–1355. <https://doi.org/10.55681/sentri.v2i4.751>
- Herwati, & Murniati. (2022). *Monograf Menghadapi Menarche pada Anak Sekolah Dasar*. Penerbit NEM.
- Hikma, N. (2020). *Hubungan status gizi dengan gangguan siklus menstruasi pada remaja putri* (Vol. 1). Retrieved from <http://repository.unair.ac.id/>
- Ilham, M. A., Islamy, N., Hamidi, S., & Sari, R. D. P. (2022). Gangguan Siklus Menstruasi Pada Remaja : Literature Review. *Jurnal Penelitian Perawat*

Profesional, 5(1), 185–192.

Irma, A., Ayu, S., & Meliyanti, M. (2025). HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN DERAJAT NYERI DISMENORE PRIMER PADA REMAJA PUTRI KELAS 10 SMAN 1 BANJARAN KABUPATEN BANDUNG, *XIX*, 22–32.

Islami, & Farida. (2019). FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI SIKLUS MENSTRUASI PADA REMAJA PUTRI TINGKAT III. *Keperawatan Jiwa*.

Ismail, R., & Putri, T. P. (2024). Reproductive Health Information Application Using E-Mobile in Readiness to Face Menarche in Teenage Girls in East Jakarta, *9*(2), 159–171.

Jamir, F., Andi, R. A., Sanghati, Arniyanti, A., Latifah, A., & Iskandar, I. (2022). *KESEHATAN REPRODUKSI*. Erye Art.

Joni Yansyah, E., Marita, Y., Studi, P. S., & Masyarakat STIKes Al-Ma, K. (2024). Babul Ilmi_Jurnal Ilmiah Multi Science Kesehatan FAKTOR RISIKO KEJADIAN ASAM URAT PADA LANSIA, *16*(1), 126.

Jung, G., Lee, H., Kim, A., & Lee, U. (2020). Too Much Information: Assessing Privacy Risks of Contact Trace Data Disclosure on People With COVID-19 in South Korea. *Frontiers in Public Health*, *8*(June).
<https://doi.org/10.3389/fpubh.2020.00305>

Kelas, P., Di, V. I. I., Darul, S., & Minin, M. U. (2025). 1* , 2 1-2, 5, 363–370.

Kesehatan, P. (2025). Penyuluhan kesehatan: gangguan menstruasi pada remaja, *5*(1), 85–91.

Kurniawan. (2021). Fisiologi Siklus Menstruasi. *Kesehatan*, *1*, 9–29.

Lestari, E. D., Hartinah, D., Rahmawati, A. M., & Pusparatri, E. (2025). MOTHER ' S S UPPORT A ND FEMALE ADOLESCENT ' S R EADINESS F OR M ENARCHE : A C ORRELATIVE S TUDY, *9*(2024), 46–54.

Makmun, I., Amilia, R., & Utami, S. (2022). Relationship of Information Media and The Role of Parents on Genital Hygiene of Students. *Midwifery and Nursing Research*, *4*(1), 1–5. <https://doi.org/10.31983/manr.v4i1.7964>

Masthura, S. (2025). Pengaruh Stres , Pola Makan dan Aktivitas Fisik terhadap Perubahan Siklus Menstruasi pada Remaja Putri, *6*(1), 20–29.

Maulinda, T. E., & Rakhma, L. R. (2025). Hubungan kebiasaan makan sayur buah dan kualitas tidur terhadap siklus menstruasi pada remaja putri di smp

pondok modern selamat kendal, 9, 1849–1858.

Meinarisa, M., Anita Sari, L., & Mardiantika, B. (2021). Hubungan Pengetahuan, Kedekatan Ibu dan Pola Asuh Terhadap Kesiapan Remaja Menghadapi Menstruasi Pertama (Menarche) di SMP Negeri 04, 06, dan 17 Kota Jambi. *Jurnal Ilmiah Ners Indonesia*, 2(2), 99–107. <https://doi.org/10.22437/jini.v2i2.15572>

Menstruasi, Siswi bunuh diri setelah diolok soal. (2019). Retrieved from <https://www.bbc.com/indonesia/dunia-41122002>

Munthe, D. P. (2024). *Buku Ajar Kesehatan Reproduksi dan Keluarga*. JAWA TENGAH NO. 225/JTE/2021: EUREKA MEDIA AKSARA, ANGGOTA IKAPI. Retrieved from <https://repository.penerbiteureka.com/publications/569160/buku-ajar-kesehatan-reproduksi-dan-keluarga>

Nabila Amelia Hanisyah Putri. (2022). Efektifitas Modul Manajemen Kebersihan Menstruasi Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Remaja Di Pesantren Kota Makassar. *Jurnal Sipakalebbi*, 6(2), 140–152. <https://doi.org/10.24252/sipakallebbi.v6i2.34550>

Nabilah, S. A., & Amalia, A. A. (2022). Hubungan Dukungan Sosial Orang Tua Dengan Kesiapan Menghadapi Menarche Pada Anak Usia Sekolah Di Sdn Baginda 2 Tahun 2022. *Jurnal Ilmu Keperawatan Sebelas April*, 4(2), 1–5.

Nainar, A. al ashri, Amalia, N. D., & Komariyah, L. (2023). Hubungan antara Pengetahuan tentang Menstruasi dan Kesiapan Menghadapi menarche pada Siswi Sekolah Dasar di Kota Tangerang Selatan. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Indonesia*, 7(1), 64–77. Retrieved from <https://jurnal.umt.ac.id/index.php/jik/index>

Nopia, E., Lina, L. F., & Angraini, W. (2020). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Dan Kesiapan Menghadapi Menarche Pada Siswi SD Negeri 06 Ipuh Desa Semundam Kecamatan Ipuh Kabupaten Mukomuko. *Jurnal Ilmu Kesehatan Indonesia (JIKSI)*, 1(1), 1–10. <https://doi.org/10.57084/jiksi.v1i1.331>

Oktarina, H., Kristiawan, M., & Martha, A. (2021). Teacher Competency Development In The Digital Era. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 5, 5149–5155.

Pallavi Suyog Uttekar, M., & Dr. Jasmine Shaikh, M. (2024). What Should I Do When My Daughter Starts Her Period? Pallavi Suyog Uttekar, MD. Retrieved from https://www.medicinenet.com/what_to_do_when_my_daughter_starts_her_period/article.htm

- Prasastia, C., Dewi, L., & Wahyuni, L. (2024). THE NEED FOR REPRODUCTIVE HEALTH EDUCATION ABOUT MENARCHE IN PRIMARY SCHOOL STUDENTS IN MOJOKERTO CITY, 8(2).
- Pratiwi, L., Agnes, I. H., Mudy, O., & Kristina, M. (2024). *Mengenal Menstruasi dan Gangguannya*. CV Jejak (Jejak Publisher).
- Pratiwi, N., & Handayani, E. S. (2022). Analisis Pengaruh Pola Hidup terhadap Perbedaan Siklus Menstruasi pada Mahasiswa Biologi Universitas Negeri Padang. *Prosiding*, 969–976. Retrieved from <https://semnas.biologi.fmipa.unp.ac.id/index.php/prosiding/article/view/254%0Ahttps://semnas.biologi.fmipa.unp.ac.id/index.php/prosiding/article/download/254/245>
- Prayuni, E. D., Imandiri, A., & Adianti, M. (2019). Therapy for Irregular Menstruation With Acupunture and Herbal Pegagan (Centella Asiatica (L.)). *Journal Of Vocational Health Studies*, 2(2), 86. <https://doi.org/10.20473/jvhs.v2.i2.2018.86-91>
- Relica, C., & Mariyati. (2024). Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal. *Peran Mikronutrisi Sebagai Upaya Pencegahan Covid-19*, 14(3), 75–82. Retrieved from <https://journal2.stikeskendal.ac.id/index.php/PSKM/article/view/1979/1260>
- Retni, A., Modjo, D., & Muksin, M. (2025). Jurnal Keperawatan Muhammadiyah Pengaruh Senam Dismenore Terhadap Tingkat Nyeri Haid Pada Remaja Putri Di SMK Negeri 1 Kota Gorontalo, 10(1), 54–59.
- Sahir. (2022). *Buku ini di tulis oleh Dosen Universitas Medan Area Hak Cipta di Lindungi oleh Undang-Undang Telah di Deposit ke Repository UMA pada tanggal 27 Januari 2022*.
- Setyawan, D. A. (2022). *Buku Ajar Statistika Kesehatan Analisis Bivariat Pada Hipotesis Penelitian. Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952. (Vol. 2).
- Simon, M., & Hutomo, W. M. P. (2021). Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Dengan Kesiapan Siswi Dalam Menghadapi Menarche Di SD Islam Guppi Kota Sorong. *Nursing Inside Community*, 3(2), 38–44.
- Siregar, S. (2023). *Statistik Parametrik untuk Penelitian Kuantitatif: Dilengkapi dengan Perhitungan Manual dan Aplikasi SPSS Versi 17*. Bumi Aksara.
- Sisy Rizkia, P. (2020). Analisis Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Tentang Menstruasi Dengan Kesiapan Menghadapi Menarche Pada Siswa Sekolah Dasar. *British Medical Journal*, 2(5474), 1333–1336.
- Snijders, V. E., Bogicevic, L., Verhoeven, M., & van Baar, A. L. (2020).

Toddlers' language development: The gradual effect of gestational age, attention capacities, and maternal sensitivity. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(21), 1–18.
<https://doi.org/10.3390/ijerph17217926>

Sobaria, W., & Lestari, N. E. (2024). Hubungan Tingkat Pengetahuan dan Dukungan Sosial dengan Kesiapan Menghadapi Menarche pada Anak Sekolah di Madrasah Ibtidaiyah Sirojul Athfal. *Open Access Jakarta Journal Of Health Sciences*, 03(02), 1107–1114.
<https://doi.org/10.53801/oajjhs.v3i2.234>

Study, A. O., Khabibah, I. U., & Noor, Z. (n.d.). Menstrual Cycle Patterns and the Role of Coping Mechanisms in Medical Students with Dysmenorrhea :

Tabata, N., Tsukada, M., Kubo, K., Inoue, Y., Miroku, R., Odashima, F., ... Kimura, H. (2022). Living Lab for Citizens' Wellness: A Case of Maintaining and Improving a Healthy Diet under the COVID-19 Pandemic. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(3).
<https://doi.org/10.3390/ijerph19031254>

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(3), 700–707. <https://doi.org/10.55681/nusra.v4i3.1426>

Tingkat, G., Remaja, P., Tentang, P., Secara, D., & Farmakologi, N. (2025). JURNAL, 8(1), 185–192.

Turisna, Y. O., Astyandini, B., Fitria, N. E., Kusumawardani, D. E., Caraka, Alfiansyah, ... Dafi. (2023). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Pada Remaja*. Mahakarya Citra Utama Group.

Villasari, A. (2021). *Fisiologi Menstruasi*. Strada Press (Vol. 1).

Wardhani, D. F., Purnamasari, I., & Navelia, Z. I. (2024). The Influence of Video Media Education on the Knowledge of Adolescent Girls in Consuming Iron Supplement Tablets. *Jurnal Kesmas (Kesehatan Masyarakat) Khatulistiwa*, 11(4), 187. <https://doi.org/10.29406/jkkm.v11i4.7126>

Wasistiono, S., & Simangunsong, F. (2014). Modul 1: Ilmu dan Pengetahuan. *Metodologi Ilmu Pemerintahan*, 1–41. Retrieved from <http://repository.ut.ac.id/4244/1/IPEM4407-M1.pdf>

Yunita, F. A., -, H., & Yuneta, A. E. N. (2021). Counseling on Pre-Menstrual Syndrome (PMS) In Adolescents. *PLACENTUM: Jurnal Ilmiah Kesehatan Dan Aplikasinya*, 9(2), 55. <https://doi.org/10.20961/placentum.v9i2.52694>

LAMPIRAN

Lampiran 1: a.Surat Pengambilan Data Awal (Studi Pendahuluan)

	YAYASAN PENDIDIKAN PAYUNG NEGERI PEKANBARU INSTITUT KESEHATAN PAYUNG NEGERI PEKANBARU FAKULTAS KESEHATAN DAN INFORMATIKA PROGRAM STUDI: 1. PROFESI BIDAN, 2. S1 KEBIDANAN, 3. S1 KESEHATAN MASYARAKAT, 4. S1 INFORMATIKA KESEHATAN 5. D3 KEBIDANAN Jalan Tamtama No. 06 Kelurahan Labuh Baru Timur Kecamatan Payung Sekaki Kota Pekanbaru, Riau Telepon. (0761) 885214; Homepage: http://ikes.payungnegeri.ac.id; Email: info@payungnegeri.ac.id
Nomor	: 03.148/FKI/S1-KEB/II/2025
Lamp	: -
Hal	: Izin Pra Riset/ Pengambilan Data
Kepada Yth:	
Kepala SD Darul Hikmah	
Di	_____
Tempat	_____
Dengan hormat,	
Bersama ini kami kirimkan Mahasiswa Fakultas Kesehatan Dan Informatika Institut Kesehatan Payung Negeri Pekanbaru untuk melakukan Studi Pendahuluan sebagai berikut :	
Nama	: RIZKA ANNISA
NIM	: 21601073
Fakultas	: Kesehatan Dan Informatika
Program Studi	: S1 Kebidanan
Judul Tugas Akhir:	PENGARUH PENGETAHUAN DAN KESEHATAN MENTAL MENGHADAPI MENARCHE PADA ANAK SD DARUL HIKMAH.
Selanjutnya kami mohon izin dan bantuannya kepada mahasiswa tersebut diatas untuk dapat melaksanakan Studi Pendahuluan di Instansi yang Bapak/ Ibu pimpin serta memberikan informasi atau data-data yang berkaitan dengan judul penelitian yang bersangkutan.	
Demikianlah surat permohonan ini kami sampaikan, atas izin dan bantuannya kami ucapkan terimakasih.	
Pekanbaru, 20 Februari 2025	
Fakultas Kesehatan Dan Informatika	
	
Dr. Dwi Sapti Arvantiningsih, M.Kes	
NIDN. 1016098201	

b. Surat Kesbangpol

	PEMERINTAH KOTA PEKANBARU BADAN KESATUAN BANGSA DAN POLITIK GEDUNG LIMAS KAJANG LANTAI III KOMP. PERKANTORAN PEMKO. PEKANBARU JL. ABDUL RAHMAN HAMID KOTA PEKANBARU	
<u>SURAT KETERANGAN PENELITIAN</u> Nomor : 000.9.2/Kesbangpol/610/2025		
a. Dasar	1. Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 14 Tahun 2008 Tentang Keterbukaan Informasi Publik. 2. Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 25 Tahun 2009 Tentang Pelayanan Publik. 3. Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 18 Tahun 2016 Tentang Perangkat Daerah. 4. Peraturan Menteri Dalam Negeri Nomor 3 Tahun 2018 Tentang Penerbitan Surat Keterangan Penelitian. 5. Peraturan Daerah Kota Pekanbaru Nomor 9 Tahun 2016 Tentang Pembentukan dan Susunan Perangkat Daerah Kota Pekanbaru.	
b. Menimbang	: Surat dari Dekan Fakultas Kesehatan dan Informatika Institut Kesehatan Payung Negeri Pekanbaru, nomor 03.148/FKI/S1-KEB/II/2025 tanggal 20 Februari 2025, perihal pelaksanaan kegiatan Penelitian Riset/Pra Riset dan pengumpulan data untuk bahan Skripsi.	
MEMBERITAHUKAN BAHWA :		
1. Nama	: RIZKA ANNISA	
2. NIM	: 21601073	
3. Fakultas	: KESEHATAN DAN INFORMATIKA INSTITUT KESEHATAN PAYUNG NEGERI PEKANBARU	
4. Jurusan	: KEBIDANAN	
5. Jenjang	: S1	
6. Alamat	: JL. RINTIS KEL. BAGAN PUNAK PESISIR KEC. BANGKO-ROKAN HILIR	
7. Judul Penelitian	: PENGARUH PENGETAHUAN DAN KESEHATAN MENTAL MENGHADAPI MENARCHE PADA ANAK SDIT DARUL HIKMAH	
8. Lokasi Penelitian	: DINAS PENDIDIKAN KOTA PEKANBARU	
Untuk Melakukan Penelitian, dengan ketentuan sebagai berikut : 1. Tidak melakukan kegiatan yang menyimpang dari ketentuan yang telah ditetapkan yang tidak ada hubungan dengan kegiatan Riset/Pra Riset/ Penelitian dan pengumpulan data ini. 2. Pelaksanaan kegiatan Riset ini berlangsung selama 6 (enam) bulan terhitung mulai tanggal Surat Keterangan Penelitian ini diterbitkan. 3. Berpakaian sopan, mematuhi etika Kantor/Lokasi Penelitian, bersedia meninggalkan photo copy Kartu Tanda Pengenal. 4. Melaporkan hasil Penelitian kepada Walikota Pekanbaru c.q Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Kota Pekanbaru, paling lambat 1 (satu) minggu setelah selesai. Demikian Rekomendasi ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.		
Pekanbaru, 24 Februari 2025  PIK KEPALA BADAN KESATUAN BANGSA DAN POLITIK KOTA PEKANBARU HADI SANJOYO, AP. M.Si PEMBINA TINGKAT I NIP. 19740410 199311 1 001		
Tembusan Yth : 1. Dekan Fakultas Kesehatan dan Informatika Institut Kesehatan Payung Negeri Pekanbaru di Pekanbaru. 2. Yang Bersangkutan.		

c Surat Dinas Pendidikan

		PEMERINTAH KOTA PEKANBARU	
		DINAS PENDIDIKAN	
		Jl. H. Syamsul Bahri No. 8 Kelurahan Sungaisibam Kecamatan Bina Widya Kode Pos. 28293 Telp. (0761) 42788, 855287 Fax. (0761) 47204 PEKANBARU website : www.disdikpkpu.org email : _disdikpkpu@yahoo.com	
Nomor : 800/Disdik.Sekretaris.1/028/2025		Pekanbaru, 25 Februari 2025	
Lampiran : -		Kepada Yth,	
Perihal : Izin Melaksanakan Riset / Penelitian		SD IT DAREL HIKMAH	
		di - Pekanbaru	
Berdasarkan surat dari Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Kota Pekanbaru nomor : 000.9.2/Kesbangpol/610/2025 tanggal 24 Februari 2025 perihal Izin Riset / Penelitian, atas nama : Nama : RIZKA ANNISA NIM : 21601073 Mahasiswa : S1 KEBIDANAN INSTITUT KESEHATAN PAYUNG NEGERI Judul Penelitian : PENGARUH PENGETAHUAN DAN KESEHATAN MENTAL MENGHADAPI MANARCHE PADA ANAK SD Pada prinsipnya kami dapat menyetujui yang bersangkutan melaksanakan riset pada SD IT DAREL HIKMAH, sehubungan dengan itu diharapkan agar saudara dapat membantu kelancaran tugas yang bersangkutan. Demikian disampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya diucapkan terima kasih.			
		an. KEPALA DINAS PENDIDIKAN KOTA PEKANBARU Sekretaris	
			
		VEMI HERLIZA, S.STP.,M.H Pembina Tingkat I/IVb NIP. 19821017 200112 2 001	

d.Surat layak Etik



YAYASAN PENDIDIKAN PAYUNG NEGERI PEKANBARU
INSTITUT KESEHATAN PAYUNG NEGERI PEKANBARU
KEPUTUSAN MENDIKBUDRISTEK NOMOR: 604/E/O/2023
Terakreditasi "B/BAIK SEKALI" Keputusan BAN-PT No: 1379/SK/BAN-PT/Ak-PNB/PT/VII/2024
Jalan Tamtama No. 06 Kelurahan Labuh Baru Timur Kecamatan Payung Sekaki Kota Pekanbaru, Riau
Telepon. (0761) 885214; Homepage: <http://ikes.payungnegeri.ac.id>; Email: info@payungnegeri.ac.id

KETERANGAN LAYAK ETIK
DESCRIPTION OF ETHICAL APPROVAL
"ETHICAL APPROVAL"

No.056/IKES PN/KEPK/VII/2025

Protokol penelitian versi 2 yang diusulkan oleh :
The research protocol proposed by

Peneliti utama : RIZKA ANNISA
Principal In Investigator

Nama Institusi : INSTITUT KESEHATAN PAYUNG
NEGERI
Name of the Institution

Dengan judul:
Title

**"Hubungan pengetahuan menstruasi dengan kesiapan dalam menghadapi menarche pada Siswi SD IT DAREL
HIKMAH"**

*"The relationship between menstruation knowledge and preparedness in facing menarche among students of SD IT DAREL
HIKMAH."*

Dinyatakan layak etik sesuai 7 (tujuh) Standar WHO 2011, yaitu 1) Nilai Sosial, 2) Nilai Ilmiah, 3) Pemerataan Beban dan Manfaat, 4) Risiko, 5) Bujukan/Eksploitasi, 6) Kerahasiaan dan Privacy, dan 7) Persetujuan Setelah Penjelasan, yang merujuk pada Pedoman CIOMS 2016. Hal ini seperti yang ditunjukkan oleh terpenuhinya indikator setiap standar.

Declared to be ethically appropriate in accordance to 7 (seven) WHO 2011 Standards, 1) Social Values, 2) Scientific Values, 3) Equitable Assessment and Benefits, 4) Risks, 5) Persuasion/Exploitation, 6) Confidentiality and Privacy, and 7) Informed Consent, referring to the 2016 CIOMS Guidelines. This is as indicated by the fulfillment of the indicators of each standard.

Pernyataan Laik Etik ini berlaku selama kurun waktu tanggal 06 Juli 2025 sampai dengan tanggal 06 Juli 2026.

This declaration of ethics applies during the period July 06, 2025 until July 06, 2026. July 06, 2025
Chairperson,



Dr. Ezalina, Skep, Ns, Mkes

Lampiran 2: Surat Permohonan Menjadi Responden/ Partisipan



**LEMBAR PERMOHONAN RESPONDEN PENELITIAN
PROGRAM STUDI S1 KEBIDANAN
INSTITUT KESEHATAN PAYUNG NEGERI
PEKANBARU**

Kepada Yth,

Calon Responden Penelitian Di-Tempat

Dengan Hormat,

Saya yang bertanda tangan dibawah ini adalah mahasiswa Program Studi S1 Kebidanan, Fakultas Kesehatan dan Informatika, Institut Kesehatan Payung Negeri Pekanbaru.

Nama : Rizka Annisa

NIM : 21601073

Alamat : JL.Manyar Sakti gg cengkeh,Panam,Simpangbaru

Dengan ini menyampaikan bahwa saya akan melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Pengetahuan Tentang menstruasi dengan kesiapan dalam Menghadapi Menarche Pada Siswi SD IT Darel Hikmah Pekanbaru 2025 ”. Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui pengaruh tingkat pengetahuan dan kesiapan mental anak perempuan dalam menghadapi menarche serta dampaknya terhadap kesehatan mental mereka. Penelitian ini tidak menimbulkan kerugian bagi responden. Kerahasiaan identitas diri responden akan dijaga dan hanya digunakan untuk penelitian saja. Jika anda bersedia menjadi responden mohon untuk menandatangani lembar persetujuan responden yang telah disediakan oleh peneliti. Atas perhatian dan kesediaan anda untuk menjadi responden dalam penelitian ini, saya ucapkan terimakasih.

Pekanbaru, April 2025

Peneliti

RIZKA ANNISA

Lampiran 3: Surat Persetujuan Menjadi Responden / Partisipan



**LEMBAR PERSETUJUAN RESPONDEN PENELITIAN
PROGRAM STUDI S1 KEBIDANAN
INSTITUT KESEHATAN PAYUNG NEGERI
PEKANBARU**

Judul Peneliti : Hubungan Pengetahuan Tentang menstruasi dengan kesiapan dalam Menghadapi Menarche Pada Siswi Sd It Darel Hikmah Pekanbaru 2025

Peneliti : Rizka Annisa

NIM : 21601073

Alamat : JL. Manyar Sakti gg cengkeh, Panam, Simpangbaru

Setelah mendengarkan penjelasan yang disampaikan oleh peneliti dan telah mendapatkan jawaban dari pertanyaan saya terkait penelitian ini, saya memahami tujuan penelitian ini adalah untuk mendapatkan data mengenai pengaruh tingkat pengetahuan dan kesiapan mental anak perempuan dalam menghadapi menarche serta dampaknya terhadap kesehatan mental mereka. Saya memahami bahwa partisipasi saya tidak akan menimbulkan resiko dan saya berhak menghentikan keikutsertaan dalam penelitian ini.

Saya juga memahami bahwa penelitian ini menjunjung tinggi hak-hak saya sebagai responden. Oleh karena itu, dengan menanda tangani surat persetujuan ini saya secara sukarela dan tidak ada unsur paksaan menyatakan bersedia berpartisipasi dalam penelitian ini.

Pekanbaru, April 2025

Responden

()

Lampiran 4: .Instrumen Penelitian

KUESIONER HUBUNGAN PENGETAHUAN TENTANG MENSTRUASI DENGAN KESIAPAN DALAM MENGHADAPI MENARCHE PADA SISWI SD IT DAREL HIKMAH PEKANBARU 2025

Pernyataan umum

Nama :

Kelas :

Usia :

Petunjuk:

Bacalah pertanyaan-pertanyaan di bawah ini dengan teliti. Pilihlah salah satu jawaban pada kolom jawaban yang disediakan dengan memberi tanda (✓) yang menurut anda tepat. Jawablah dengan jujur sesuai dengan keadaan saudara sehari-hari dan tidak boleh ada yang dikosongkan.

KUESIONER KESIAPAN MENGHADAPI MENARCHE

Nama Responden : Kelas : Petunjuk pengisian : Berilah tanda check () pada jawaban yang anda anggap benar. Pilihan yang disediakan: Ya & Tidak

a.Kunci Jawaban

N0	Pengetahuan Tentang Menstruasi	benar	salah
1	Menarche adalah menstruasi pertama kali yang normal terjadi pada seorang wanita	✓	
2	Menarche sebagai tanda mulai memasuki usia dewasa atau puber dari segi biologis	✓	
3	Lamanya menstruasi adalah 5-7 hari	✓	
4	Wanita dengan jaringan lemak yang banyak lebih cepat mengalami menarche dibandingkan remaja putri yang kurus	✓	
5	Saat menstruasi Wanita biasanya merasakan nyeri perut	✓	
6.	Aktifitas fisik pada saat menstruasi dapat mengurangi keluhan sakit perut saat mengalami menstruasi	✓	

7	Seorang Wanita umumnya akan mengalami menstruasi	✓	
8.	Saat menstruasi pinggang dan perut bisa terasa sakit.	✓	
9	Menstruasi adalah pengeluaran darah melalui vagina (alat kelamin Wanita) setiap bulan	✓	
10.	Selama menstruasi Wanita harus memakai pembalut atau kain untuk menampung darah yang keluar dari alat kelamin	✓	
11	Darah menstruasi yang keluar berasal dari rahim (uterus) 	✓	
12	Saat menstruasi kebersihan badan harus dijaga terutama kebersihan alat kelamin	✓	
13	Tidak menjaga kebersihan saat menstruasi dapat menyebabkan seseorang mudah terkena penyakit infeksi alat kelamin	✓	
14	Menstruasi yang pertama kali dapat menyebabkan kecemasan pada wanita	✓	
15	Biasanya wanita mulai mendapat menstruasi dalam rentang usia 10 tahun	✓	
16	Pada saat menstruasi dianjurkan mengkonsumsi mengandung zat besi seperti sayuran berdaun hijau	✓	
17	Pada saat menstruasi badan lemas dan mudah lelah	✓	
18	Pada Saat menstruasi biasanya terjadi perubahan emosi pada wanita	✓	
19	Pada saat menstruasi jika makan makanan yang amis seperti ikan, maka darah yang keluar bau amis juga		✓
20	Jerawat yang muncul saat menstruasi merupakan hal wajar yang dialami wanita	✓	

21	Saat menjelang menstruasi payudara terasa sakit	✓	
22	Selama menstruasi ganti pembalut minimal 2-3 kali sehari	✓	
23	Jarak menstruasi ke menstruasi berikutnya teratur setiap 21-35 hari	✓	
24	Cepat lambatnya menstruasi pertama kali tidak dipengaruhi oleh genetic atau bawaan orang tua		✓
No	Kesiapaan menghadapi menarche	YA	TIDAK
1	Saya tidak takut menghadapi menstruasi karena biasanya anak seumuran saya sudah mendapat menstruasi	✓	
2	Saya akan menggunakan pembalut ketika mengalami menstruasi pertama (menarche)	✓	
3	Saya akan menjaga kebersihan organ reproduksi (vagina) selama menstruasi	✓	
4.	Saya akan mengganti pembalut minimal 3 – 4 kali sehari ketika menstruasi	✓	
5.	Saya khawatir akan mengalami sakit perut saat menstruasi seperti kebanyakan wanita yang sedang menstruasi	✓	
6.	Menstruasi pertama (menarche) membuat saya menjadi kotor		✓
7.	Saya bahagia saat mengalami menstruasi pertama (menarche) karena saya akan menjadi wanita dewasa	✓	
8.	Saya merasa kurang percaya diri dengan perubahan yang akan terjadi setelah menstruasi pertama		✓
9.	Menstruasi pertama adalah hal normal yang dialami perempuan	✓	
10	Saya takut menghadapi menstruasi karena saya tidak tahu cara menggunakan pembalut		✓

(Sumber: Andayani, W, 2022)

Lampiran 5: Leaflet

Kapan Menstruasi Pertama Terjadi ? Biasanya, menstruasi pertama terjadi saat usia 9–13 tahun. Tapi setiap anak bisa berbeda-beda, ya! 	APA ITU MENSTRUASI ? 	Mengapa Pengetahuan Itu Penting? Dengan pengetahuan, kamu jadi tidak takut atau malu saat menstruasi. Kamu jadi tahu cara menjaga kebersihan dan kesehatan. Kamu bisa bertanya kepada ibu, kakak, atau guru jika bingung.
Tanda-Tanda Menstruasi Akan Datang ?? 1. Payudara mulai tumbuh 2. Tumbuh rambut di ketiak dan sekitar kemaluan 3. Kadang keluar cairan putih dari vagina (keputihan) 4. Kadang merasa mudah marah atau sedih 	Menstruasi adalah keluarnya darah dari tubuh perempuan melalui vagina. Ini adalah tanda bahwa tubuhmu mulai tumbuh dewasa. Menstruasi pertama disebut menarche 	Apa yang Harus Dilakukan Saat Menstruasi? 1. Jangan takut! Ini adalah hal yang normal dan alami. 2. Gunakan pembalut untuk menampung darah menstruasi. 3. Ganti pembalut setiap 3–4 jam agar tetap bersih. 4. Cuci tangan sebelum dan sesudah mengganti pembalut. 5. Jaga kebersihan badan, terutama areaewanitaan. 
Pesan untuk Teman-Teman “Menstruasi adalah tanda kamu tumbuh sehat dan dewasa. Jangan takut dan jangan malu, ya!”	 Disusun oleh ; Rizka Annisa 21601073	Tips Agar Tidak Malu atau Takut !” Banyak bertanya dan cari tahu dari orang yang kamu percaya. Siapkan pembalut di tas sekolah.
Jaga kebersihan, tetap percaya diri, dan jangan ragu bertanya!	Dosen Pembimbing: T.Hartian SN, SKM,S.Keb,MKM NIDN:1001107801	Jangan takut bicara tentang menstruasi dengan teman atau keluarga.
	 SD IT Darel Hikmah Pekanbaru, 2025	Ingat, kamu tidak sendirian! Semua perempuan pasti mengalaminya.

Lampiran 6: Surat dari Penelitian Sekolah



YAYASAN NUR IMAN PEKANBARU
SEKOLAH DASAR ISLAM TERPADU
DARUL HIKMAH
NSS : 104096008047 NPSN : 10494597 TERAKREDITASI A (AMAT BAIK)
JI. MANYAR SAKTI KM. 12 SIMPANG BARU, KECAMATAN BINAWIDYA PEKANBARU 28923

Nomor : 696/SDIT-DH/C-1/2025
Lampiran -
Hal : Balasan surat izin Riset

Kepada Yth.
KEBIDANAN INSTITUT PAYUNG NEGERI
Pekanbaru

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Sehubungan dengan surat Kebidanan Institut Payung Negeri Riau Nomor: 800/Disdik.Sekretaris.1/0828/2025 perihal izin Riset Mahasiswa Program S 1 kebidananl Atas nama :

Nama : **RIZKA ANNISA**
NIM : 21601073
Semester : VIII(Delapan) 2025
Program studi : Kebidanan
Fakultas : Kesehatan dan Informatika

Bersama surat ini kami sampaikan bahwa mahasiswa tersebut diatas di perbolehkan melaksanakan Riset pada bulan Juni 2025 di SDIT Darul Hikmah Pekanbaru, guna mendapatkan data yang berhubungan dengan penelitian yang dilaksanakan.

Demikian surat ini disampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya diucapkan terima kasih.

Pekanbaru, 03 Juni 2025
Kepala Sekolah

JABLAWI, S.Sos

Tembusan disampaikan kpd yth :
1. Ketua Umum yayasan Nur Iman Pekanbaru
2. Pimpinan PPDH Pekanbaru
3. Ka. TU dan UP PPDH Pekanbaru
4. Arsip

Lampiran 7. Rekapitulasi Pengumpulan Data

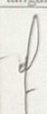
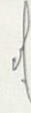
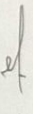
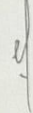
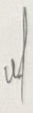
TABEL MASTER

A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z	AA	AB	AC	AD	AE	AF	AG	AH	AI	AJ	AK	AL	AM	AN	AO	AP	AQ						
R	U	K	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	T	N	C	K1	K2	K3	K4	K5	K6	K7	K8	K9	K10	T	N	C					
Responden 1	12	5	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	19	79%	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	100%	1	
Responden 2	12	5	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	20	83%	2	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9	90%	1
Responden 3	12	5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	23	95%	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	100%	1
Responden 4	12	5	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	0	0	1	0	18	75%	2	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	9	90%	1
Responden 5	12	5	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	23	95%	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9	90%	1
Responden 6	12	5	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	0	17	70%	2	1	1	1	1	0	0	1	1	0	0	1	0	0	6	60%	2		
Responden 7	12	5	1	1	0	1	1	1	0	1	0	1	1	1	0	1	1	1	0	0	1	1	0	1	0	1	1	16	66%	2	1	1	1	0	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	7	70%	1	
Responden 8	12	5	1	1	0	1	0	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	16	66%	2	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	8	80%	1		
Responden 9	12	5	1	1	1	1	0	0	1	0	1	1	1	0	1	1	1	0	0	0	1	0	0	1	0	1	14	58%	2	1	1	1	0	1	0	0	0	0	1	1	1	1	1	6	60%	2		
Responden 10	12	5	1	1	0	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	0	1	0	1	0	1	1	16	66%	2	1	1	1	0	1	0	1	0	0	0	0	0	5	50%	2				
Responden 11	12	5	1	1	0	0	1	1	0	0	0	1	0	1	1	1	0	0	0	1	1	0	0	1	1	0	12	50%	3	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	8	80%	1		
Responden 12	12	5	0	0	1	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	0	1	0	1	0	1	1	14	58%	2	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	6	60%	2				
Responden 13	12	5	1	1	0	1	1	1	0	0	1	0	1	1	1	1	0	1	1	0	1	0	0	0	1	1	14	58%	2	1	1	1	1	1	0	0	1	0	0	0	0	6	60%	2				
Responden 14	12	5	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	0	0	0	1	1	0	0	1	0	0	1	14	58%	2	1	1	1	0	1	0	0	1	1	0	1	0	6	60%	2				
Responden 15	12	5	1	0	1	1	0	0	1	0	1	0	1	1	0	1	0	0	1	1	1	0	1	1	1	0	14	58%	2	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	7	70%	1			
Responden 16	12	5	1	1	1	0	1	1	0	0	1	0	1	1	1	0	1	1	0	0	0	1	0	0	1	1	13	54%	2	1	1	1	0	0	1	1	0	1	1	1	1	1	7	70%	1			
Responden 17	12	5	1	1	1	0	1	1	1	0	0	1	1	1	0	1	1	0	0	1	0	1	0	1	1	1	16	66%	2	1	1	0	1	1	0	0	0	1	1	1	1	1	6	60%	2			
Responden 18	12	5	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	17	70%	2	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	7	70%	1				
Responden 19	12	5	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	17	70%	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	9	90%	1				
Responden 20	12	5	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	0	1	0	0	1	1	0	0	1	0	0	14	58%	2	1	0	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	6	60%	2			
Responden 21	12	5	0	0	1	1	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	0	0	1	0	1	1	1	0	0	1	13	54%	2	1	1	0	1	0	0	0	0	1	1	1	1	5	50%	2				
Responden 22	12	5	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	18	75%	2	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	1	7	70%	1				
Responden 23	12	5	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	0	1	0	0	0	1	0	14	58%	2	1	1	0	0	1	1	1	0	1	1	1	1	7	70%	1				
Responden 24	12	5	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	17	70%	2	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9	90%	1				
Responden 25	12	5	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	0	1	1	0	0	1	1	0	14	58%	2	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	0	7	70%	1					
Responden 26	12	5	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	19	79%	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	8	80%	1					
Responden 27	12	5	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	1	1	1	1	0	1	0	15	62%	2	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	6	60%	2				
Responden 28	12	5	1	0	1	1	1	1	0	1	0	1	1	0	0	1	1	0	0	1	1	0	0	1	1	1	16	66%	2	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9	90%	1				
Responden 29	12	5	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	1	1	0	1	0	1	0	17	70%	2	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	7	70%	1				
Responden 30	11	5	0	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	18	75%	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9	90%	1				
Responden 31	10	4	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	20	83%	2	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	9	90%	1					
Responden 32	10	4	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	20	83%	2	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	8	80%	1				
Responden 33	11	4	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	21	87%	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	100%	1				
Responden 34	11	4	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	20	83%	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	100%	1				
Responden 35	11	4	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	19	79%	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	9	90%	1				
Responden 36	10	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	22	91%	1	0	0	1	1	1	0	0	0	1	0	4	40%	2						
Responden 37	11	4	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	19	79%	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	9	90%	1				
Responden 38	11	4	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	19	79%	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	9	90%	1				
Responden 39	11	4	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	19	79%	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	9	90%	1				
Responden 40	11	4	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	16	66%	2	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	8	80%	1				
Responden 41	10	4	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	21	87%	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	8	80%	1				
Responden																																																

Lampiran 8. Lembar Konsul

FORMAT LEMBAR CATATAN PEMBIMBINGAN / KONSULTASI

NAMA : RIZKA ANNISA
 NIM : 21601073
 PROGRAM STUDI : S1 KEBIDANAN
 FAKULTAS : KESEHATAN DAN INFORMATIKA
 SKEMA TUGAS AKHIR : RISET/ PENELITIAN
 JUDUL TUGAS AKHIR : HUBUNGAN PENGETAHUAN MENSTRUASI DENGAN
 KESIAPAN DALAM MENGHADAPI MENARCHE PADA
 SISWI SD IT DAREL HIKMAH PEKANBARU 2025

No	Hari/ Tanggal	Materi	Komentar Pembimbing	Tanda tangan
1	Senin 14 juli 2025	Bimbingan Bab 3	-Perbaiki dan menambahkan kata" disampel penelitian & definisi operasional	
2	Kamis 17 juli 2025	Bimbingan Bab 3 & 4	-Memperbaiki penulisan dalam tabel	
3	Senin 21 juli 2025	Bimbingan Bab 4	- Memperbaiki kalimat dan tambahkan kata" pengolahan data seperti coding editing centering data cleaning -perbaiki uji rehabilitas	
4	Rabu 23 juli 2025	Bimbingan Bab 4 & 5	-Perbaiki dan rapikan tabel distribusi frekuensi karakteristik -rapikan kalimat	
5	Kamis 24 juli 2025	Bimbingan Bab 5 & 6	-Penulisan data hasil sesuai dengan yang ada di tujuan -Penulisan dari sumber kecilkan dengan ukuran 9 cm dan miringkan tulisannya	
6	Jumat 25 juli 2025	Bimbingan Bab 3 sampai 6	-Perbaiki kata kata dimendeley cth eal all menjadi miringkan eat all -rapikan margins ukuran ,font, spasi daftar isi, daftar pustaka dan lampiran	

Lampiran 9: Dokumentasi peneliti



Lampiran 10 Uji valid 13

HASIL ANALISA

Usia				
	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
11 Tahun	1	.5	.5	.5
12 Tahun	62	29.4	29.4	29.9
Valid 13 Tahun	145	68.7	68.7	98.6
14 Tahun	3	1.4	1.4	100.0
Total	211	100.0	100.0	

Pengetahuan tentang menstruasi

P1

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
.00	22	10.4	10.4	10.4
Valid 1.00	189	89.6	89.6	100.0
Total	211	100.0	100.0	

P2

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
.00	85	40.3	40.3	40.3
Valid 1.00	126	59.7	59.7	100.0
Total	211	100.0	100.0	

P3

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
--	-----------	---------	---------------	--------------------

	.00	56	26.5	26.5	26.5
Valid	1.00	155	73.5	73.5	100.0
	Total	211	100.0	100.0	

P4

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
	.00	80	37.9	37.9	37.9
Valid	1.00	131	62.1	62.1	100.0
	Total	211	100.0	100.0	

P5

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
	.00	36	17.1	17.1	17.1
Valid	1.00	175	82.9	82.9	100.0
	Total	211	100.0	100.0	

P6

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
	.00	30	14.2	14.2	14.2
Valid	1.00	181	85.8	85.8	100.0
	Total	211	100.0	100.0	

P7

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
--	--	-----------	---------	---------------	-----------------------

	.00	19	9.0	9.0	9.0
Valid	1.00	192	91.0	91.0	100.0
Total		211	100.0	100.0	

P8

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
	.00	25	11.8	11.8	11.8
Valid	1.00	186	88.2	88.2	100.0
Total		211	100.0	100.0	

P9

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
	.00	25	11.8	11.8	11.8
Valid	1.00	186	88.2	88.2	100.0
Total		211	100.0	100.0	

P10

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
	.00	29	13.7	13.7	13.7
Valid	1.00	182	86.3	86.3	100.0
Total		211	100.0	100.0	

P11

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
--	--	-----------	---------	---------------	--------------------

	.00	45	21.3	21.3	21.3
Valid	1.00	166	78.7	78.7	100.0
	Total	211	100.0	100.0	

P12

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
	.00	24	11.4	11.4	11.4
Valid	1.00	187	88.6	88.6	100.0
	Total	211	100.0	100.0	

P13

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
	.00	30	14.2	14.2	14.2
Valid	1.00	181	85.8	85.8	100.0
	Total	211	100.0	100.0	

P14

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
	.00	37	17.5	17.5	17.5
Valid	1.00	174	82.5	82.5	100.0
	Total	211	100.0	100.0	

P15

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent

	.00	54	25.6	25.6	25.6
Valid	1.00	157	74.4	74.4	100.0
Total		211	100.0	100.0	

P16

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
	.00	65	30.8	30.8	30.8
Valid	1.00	146	69.2	69.2	100.0
Total		211	100.0	100.0	

P17

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
	.00	53	25.1	25.1	25.1
Valid	1.00	158	74.9	74.9	100.0
Total		211	100.0	100.0	

P18

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
	.00	56	26.5	26.5	26.5
Valid	1.00	155	73.5	73.5	100.0
Total		211	100.0	100.0	

P19

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent

	.00	66	31.3	31.3	31.3
Valid	1.00	145	68.7	68.7	100.0
Total		211	100.0	100.0	

P20

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
	.00	86	40.8	40.8	40.8
Valid	1.00	125	59.2	59.2	100.0
Total		211	100.0	100.0	

P21

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
	.00	59	28.0	28.0	28.0
Valid	1.00	152	72.0	72.0	100.0
Total		211	100.0	100.0	

P22

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
	.00	42	19.9	19.9	19.9
Valid	1.00	169	80.1	80.1	100.0
Total		211	100.0	100.0	

P23

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent

	.00	69	32.7	32.7	32.7
Valid	1.00	142	67.3	67.3	100.0
Total		211	100.0	100.0	

P24

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
.00	152	72.0	72.0	72.0
Valid 1.00	59	28.0	28.0	100.0
Total	211	100.0	100.0	

Kategori Pengetahuan

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Baik	135	64.0	64.0	64.0
Cukup	36	17.1	17.1	81.0
Valid Kurang	40	19.0	19.0	100.0
Total	211	100.0	100.0	

Descriptive Statistics

	N	Range	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation	Variance
PTOT	211	17.00	7.00	24.00	18.0995	4.65009	21.623
Valid N (listwise)	211						

Kesiapan Menarche:

S1

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid .00	31	14.7	14.7	14.7

	1.00	180	85.3	85.3	100.0
	Total	211	100.0	100.0	

S2

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
	.00	97	46.0	46.0	46.0
Valid	1.00	114	54.0	54.0	100.0
	Total	211	100.0	100.0	

S3

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
	.00	59	28.0	28.0	28.0
Valid	1.00	152	72.0	72.0	100.0
	Total	211	100.0	100.0	

S4

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
	.00	85	40.3	40.3	40.3
Valid	1.00	126	59.7	59.7	100.0
	Total	211	100.0	100.0	

S5

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	.00	47	22.3	22.3	22.3

S6

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
.00	39	18.5	18.5	18.5
Valid 1.00	172	81.5	81.5	100.0
Total	211	100.0	100.0	

S7

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
.00	31	14.7	14.7	14.7
Valid 1.00	180	85.3	85.3	100.0
Total	211	100.0	100.0	

S8

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
.00	35	16.6	16.6	16.6
Valid 1.00	176	83.4	83.4	100.0
Total	211	100.0	100.0	

S9

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid .00	39	18.5	18.5	18.5

1.00	172	81.5	81.5	100.0
Total	211	100.0	100.0	

S10

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
.00	63	29.9	29.9	29.9
Valid 1.00	148	70.1	70.1	100.0
Total	211	100.0	100.0	

Kategori Kesiapan

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Siap	173	82.0	82.0	82.0
Valid Tidak Siap	38	18.0	18.0	100.0
Total	211	100.0	100.0	

Descriptive Statistics

	N	Range	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation	Variance
STOT	211	7.00	3.00	10.00	7.5071	2.03393	4.137
Valid N (listwise)	211						

Hasil Uji Normalitas:

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
PTOT	.183	211	.000	.849	211	.000
STOT	.188	211	.000	.889	211	.000

a. Lilliefors Significance Correction

Lampiran 11: Daftar Riwayat Hidup

A. Identitas Diri

1	Nama lengkap	Rizka Annisa
2	Jenis kelamin	Perempuan
3	Tempat,tanggal lahir	Bagansiapiapi,16 Oktober 2003
4	Pekerjaan	Mahasiswi
5	Email	Rizkaannisa037@gmail.com
6	No.Hp	0895618213072
7	Alamat Lengkap	JL.Cipta Karya Ujung Perumahan karya gading permai 1 Blok A 19 Raflesia gg Matahari Sidomulyo Barat, Tampan, Pekanbaru

B. Riwayat Pendidikan

Pendidikan	Tahun Masuk	Tahun Lulus
SDS Wahidin	2010	2015
SMP Negeri 1 Bangko	2016	2018
SMA Negeri 2 Bangko	2019	2021