

Jurnal Riset Ilmiah

<https://manggalajournal.org/index.php/SINERGI>
E-ISSN 3031-3947

HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN NYERI HAID DENGAN KESIAPAN REMAJA PUTRI MENGHADAPI MENARCHE PADA SISWI KELAS VII dan VIII DI SMP SEMINARI SAUMLAKI.

Arvicha Fauziah¹, Kasmiati², Jacob L. Jambormias³

^{1,2,3}Prodi DIII Kebidanan Saumlaki, Poltekkes Kemenkes Maluku

Email: vichachachavicha@gmail.com

INFO ARTIKEL

Riwayat Artikel:

Received :30-05-2024

Revised : 15-06-2024

Accepted :27-06-2024

Key Words: Knowledge,
Menstrual Pain, Readiness,
Menarche

DOI:10.62335

ABSTRAK

Menarche's first menstruation requires careful planning and information assistance. Knowledge about menstrual pain will make young women ready to face menarche. The research aimed to determine the relationship between the level of pain knowledge and the readiness of young women to face menarche in class VII, and VIII students at Saumlaki Seminary Middle School. The research used a cross-sectional design with purposive sampling totaling 30 respondents. Questionnaires were used to collect data on knowledge of menstrual pain, readiness to face menstruation, and the Chi-Square statistical test for data analysis. The results of the research were that there was a relationship between the level of knowledge of menstrual pain and the readiness of young women to face menarche in class VII, and VIII students at Saumlaki Seminary Middle School (P -value = 0.001). The contingency coefficient value of -0.554 is interpreted as sufficient correlation strength. The conclusion is that the lower the level of knowledge about menstrual pain, the higher the adolescent's unpreparedness for facing menarche. The hope is that schools can increase understanding of menstrual pain in young women so they are better prepared to face menarche..

.

PENDAHULUAN

Menarche merupakan menstruasi pertama yang terjadi pada remaja putri dan menjadi pertanda kematangan seksual. Menarche merupakan salah satu tanda bahwa remaja putri telah mengalami perubahan didalam dirinya seperti perubahan fisik, biologi, psikologik maupun sosial yang harus dihadapi oleh remaja putri karena pada

masa ini merupakan masa yang sangat penting karena merupakan masa peralihan kemasia dewasa. (Hardjito, Suwoyo, And Yani, 2021)

Tren usia rata-rata menarche antar waktu di dalam dan antar negara menunjukkan jalur yang menurun atau terhenti. Hasil pemodelan determinan menunjukkan adanya hubungan dengan perubahan kekayaan seiring berjalannya waktu meskipun tidak konsisten antar negara. Kami melihat adanya pergeseran dari perempuan miskin yang mengalami menarche lebih awal pada survei sebelumnya menjadi perempuan kaya yang mengalami menarche lebih awal pada survei selanjutnya di Indonesia, Filipina, dan Yaman, sedangkan di Mesir, pola sebaliknya terlihat jelas. Terdapat kesenjangan yang besar baik dalam literature maupun data mengenai menarche. Kami melihat tren yang menurun dengan cepat (masing-masing dari 14,66 tahun menjadi 12,86 tahun untuk kelompok tahun 1932 dan 2002, mungkin lebih cepat dibandingkan negara-negara berpendapatan tinggi dan memiliki kaitan yang kuat dengan status sosial ekonomi. (Leone and Brown, 2020)

Remaja (*adolescence*) menurut organisasi kesehatan dunia (WHO) adalah periode usia antara 10 sampai 19 tahun, sedangkan perserikatan bangsa bangsa (PBB) menyebut kaum muda (*youth*) untuk usia antara 15 sampai 24 tahun. Sementara itu, menurut *The Health Resources and Services Administrations Guidelines Amerika Serikat*, rentang usia remaja adalah 11-21 tahun dan terbagi menjadi tiga tahap, yaitu remaja awal (11-14 tahun) remaja menengah (15-17 tahun) dan remaja akhir (18-21 tahun). Menstruasi adalah aliran jaringan vagina siklik yang melapisi rahim, terjadi setiap 28 hari selama tahun-tahun reproduksi, meskipun siklus normal dapat bervariasi dari 21 hingga 42 hari. Aliran biasanya berlangsung 4 hingga 5 hari, selama waktu itu 50 hingga 60 ml darah hilang.(Nair 2009) Proporsi Remaja Putri Umur 10-19 Tahun yang sudah mendapat haid/ menstruasi menurut Provinsi Maluku menurut Riskesdas, 2018 bahwa sebesar 61% sudah mendapatkan haid/menstruasi dan 39% tidak mendapatkan haid/menstruasi. (Bright, 2006)

Menurut data World Health Organization (WHO) pada 2016, prevalensi kejadian nyeri menstruasi cukup tinggi di berbagai negara dengan rata-rata insiden terjadinya nyeri menstruasi pada remaja putri antara 17% hingga 81%. (Guimarães and Póvoa 2020) (Gumarães & Póvoa, 2020). Sedangkan di Indonesia, prevalensi nyeri menstruasi sebesar 64,25%, terdapat 60% hingga 75% remaja putri mengalami nyeri menstruasi primer, di mana tiga perempat mengalami nyeri ringan hingga berat dan sisanya mengalami nyeri menstruasi tingkat berat (Hamdiyah, 2020). Kurangnya pengetahuan menjadi salah satu faktor kejadian dismenorea di dunia sangat besar. Rata-rata dari 50% dari 100 perempuan disetiap negara mengalaminya. Prevalensi kejadian nyeri haid di Amerika Serikat di perkiraikan sekitar 45-90%. (Risya Aulia Oktaviani, Nur Asiah, and Ana Utami Zainal, 2023)

Perubahan fisik pada anak perempuan yang paling banyak diketahui oleh remaja wanita adalah mulai haid (89%), payudara membesar (78%), serta tumbuh rambut disekitar alat kelamin atau ketiak (39%). remaja wanita ditanya apakah mereka mendiskusikan dengan orang lain tentang haid sebelum mereka mengalami haid yang pertama. remaja wanita mendiskusikan tentang haid dengan teman sebesar 58 persen,

diskusi bersama ibunya sebesar 45 persen. Satu dari lima remaja wanita tidak mendiskusikan tentang haid dengan orang lain sebelum mengalami haid yang pertama. (BKKBN et al. 2017)

Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara usia menarche dengan kejadian disminore pada siswi MA Nurul Hikma Cintamanis Baru Tahun 2023 (p value 0,032). Kemudian didapatkan nilai OR hubungan usia menarche dengan kejadian disminore 8,125 ini berarti bahwa responden yang usia menarche tidak normal berpeluang 8,125 kali akan mengalami disminore di banding dengan responden yang usia menarche nya normal. (Fera Tri Kurniawan, Chairuna, Hazairin Effendi, 2023)

Berdasarkan hasil penelitian (Sinaga, 2021) menunjukkan bahwa sebagian besar siswi memiliki perilaku buruk dalam menghadapi menarche karena kurangnya pengetahuan sebanyak 20 orang (37,7%), memiliki sikap yang negatif sebanyak 27 orang (50,9%) dan tidak adanya dukungan dari orang tua maupun teman sebaya sebanyak 29 orang (54,7%). (Sinaga and Lubis, 2021)

Menarche atau menstruasi pertama pada remaja putri dapat menimbulkan tanggapan baik dan buruk. Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi kesiapan mereka menghadapi menarche yaitu pengetahuan. Pentingnya memberikan pendidikan kepada remaja putri tentang menstruasi sebelum menstruasi pertama (*menarche*) karena pengetahuan merupakan faktor terpenting dalam kesiapan.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini adalah penelitian *Cross Sectional* yaitu variabel independen dan variabel dependen yang dilakukan pada waktu yang sama. Populasi yang digunakan pada penelitian ini adalah siswi kelas VII dan VIII yang belum mengalami menarche di SMP Seminari Saumlaki. Sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah 30 siswi yang diambil dengan metode *Purposive Sampling*. Penelitian dilakukan di SMP Seminari Saumlaki pada tanggal 07 September 2023 s.d 07 Oktober 2023.

Variabel dependen adalah kesiapan siswi dalam menghadapi menarche yang diklasifikasikan dengan kategori siap jika responden mendapatkan skor ≥ 31 dan kategori tidak siap jika responden mendapatkan skor <31 . Variabel independen adalah tingkat pengetahuan tentang nyeri haid yang diklasifikasikan kategori baik jika jawaban benar 76%-100%, kategori cukup jika jawaban benar 56%-75%, kategori kurang jika jawaban benar <56%.

Instrumen yang digunakan adalah lembar kuesioner tingkat pengetahuan tentang nyeri, terdiri dari 15 soal pertanyaan menggunakan skala Guttman. Sedangkan kesiapan menghadapi manarche terdiri dari 5 pernyataan positif (*favorable*) dan 5 pernyataan negative (*unfavorable*) menggunakan skla likert. Peneliti telah melakukan uji validitas dan reliabilitas sebelum menggunakan lembar kuesioner. Kriteria inklusi pada penelitian ini adalah siswi SMP Seminari Saumlaki kelas VII dan VIII yang belum mengalami menarche, siswi yang berusia 10-12 tahun, siswi yang bersedia dan hadir menjadi responden.

Pelaksanaan pengambilan data dilakukan 2 hari yaitu hari pertama survey pendahuluan dan yang kedua pengambilan data menggunakan lembar kuesioner. Peneliti menggunakan teknik univariat untuk meliputi gambaran tentang umur dan pekerjaan orang tua responden. Analisis bivariate dilakukan untuk mengetahui hubungan tingkat pengetahuan tentang nyeri haid dengan kesiapan remaja menghadapi menarche pada siswi SMP Seminari.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Karakteristik Responden

a. Karakteristik Responden berdasarkan Usia

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden berdasarkan Usia

Umur	f	%
11 Tahun	7	23,3
12 Tahun	23	76,7
Total	30	100

Sumber: Data Primer 2024

Tabel 1. menjelaskan bahwa karakteristik responden berjumlah 30 siswi, sebagian besar responden berusia 12 tahun sebanyak 23 orang (76,7%).

b. Karakteristik Responden berdasarkan Pekerjaan Orang Tua

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden berdasarkan Pekerjaan Orang Tua

Pekerjaan Orang Tua	f	%
Dokter	1	3,3
Ibu Rumah Tangga	2	6,7
Petani	7	23,3
PNS	11	36,7
Wiraswasta	9	30
Total	30	100

Sumber: Data Primer 2024

Tabel 2. menjelaskan bahwa karakteristik responden berjumlah 30 siswi, sebagian besar pekerjaan orang tua PNS 11 orang (36,7%), wiraswasta 9 orang (30%), petani 7 orang (23,3%), ibu rumah tangga 2 orang (6,7%), dokter 1 orang (3,3%).

2. Analisis Univariat

Karakteristik Responden berdasarkan Tingkat Kesiapan menghadapi Menarche

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan nyeri haid

Tingkat Pengetahuan Nyeri Haid	f	%
Baik	3	10
Cukup	7	23
Kurang	20	67
Total	30	100

Sumber: Data Primer 2023

Tabel 3. menjelaskan bahwa mayoritas tingkat pengetahuan tentang nyeri haid kurang sebesar 67%, cukup 23% dan baik 10%.

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Tingkat Kesiapan Menghadapi Menarche

Tingkat Kesiapan Menarche	f	%
Siap	9	30
Tidak Siap	21	70
Total	30	100

Sumber : Data Primer, 2024

Tabel 4. Tingkat kesiapan menghadapi menarche mayoritas tidak siap sebesar 70% sedangkan yang siap sebesar 30%.

3. Analisis Bivariat

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Nyeri Haid dengan Tingkat Kesiapan menghadapi Menarche

Tingkat Pengetahuan Nyeri Haid	Kesiapan Menarche				Total	P-Value	r	
	Siap		Tidak Siap					
	f	%	f	%	f	%		
Baik	3	10	0	0	3	10	0,001	- 0,554
Cukup	4	13	3	10	7	23		
Kurang	2	7	18	60	20	67		
Total	9	30	21	70	30	100		

Sumber : Data Primer, 2024

Tabel 4 menunjukkan bahwa distribusi silang tingkat pengetahuan nyeri haid dengan kesiapan remaja menghadapi menarche diketahui dari 30 siswi terdapat 20 siswi dengan pengetahuan kurang dan 7 siswi dengan pengetahuan cukup mengalami ketidaksiapan dalam menghadapi menarche serta 3 siswi dengan pengetahuan baik siap menghadapi menarche.

Hasil penelitian yang didapat dari kuesioner terdapat 3 kategori pada tingkat pengetahuan nyeri haid yaitu baik, cukup, kurang. Kemudian terdapat 2 kategori pada

tingkat kesiapan dalam menghadapi menarche yaitu siap dan tidak siap. Hasil uji statistik Chi Square dengan tingkat signifikan 5% ($\alpha = 0,05$). Hasil uji statistic didapatkan nilai $p = 0,001 < \alpha = 0,05$ sehingga H_0 ditolak H_a diterima yang menunjukkan bahwa ada hubungan tingkat pengetahuan nyeri haid dengan kesiapan remaja menghadapi menarche di SMP Seminari Saumlaki. Nilai korelasi yang didapatkan sebesar -0,554 maka dapat diartikan bahwa kekuatan hubungan antara tingkat pengetahuan nyeri haid dengan kesiapan menghadapi menarche adalah cukup dan arah korelasi negatif. Hal ini dapat diinterpretasikan bahwa semakin tinggi tingkat pengetahuan nyeri haid maka semakin rendah ketidaksiapan remaja dalam menghadapi menarche, begitu sebaliknya apabila semakin rendah tingkat pengetahuan nyeri haid maka semakin tinggi ketidaksiapan remaja menghadapi menarche.

Berdasarkan karakteristik responden didapatkan bahwa mayoritas usia responden berusia 12 tahun sebesar 76,7% yang mengalami menarche. Variasi saat mengalami haid pertama yang dialami seorang wanita dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti hormonal, genetic, bentuk badan, status gizi, lingkungan, aktifitas fisik dan rangsangan psikis. Usia rata-rata responden mengalami menarche pada usia 14 atau 15 tahun, usia menarche terendah 11 tahun, usia menarche tertinggi 18 tahun, dan usia terbanyak responden mengalami menarche pada usia 14 tahun.(Senolingga, Mewengkang, and Wantania, 2015) Faktor resiko terjadinya dismenore antara lain, faktor psikis, Indeks massa tubuh (IMT), riwayat keluarga, olahraga, usia menarche, siklus menstruasi, mengkonsumsi alkohol, dan pengaruh hormon prostaglandin yang dapat dilihat dengan kadar malondialdehida dalam tubuh. (Risya Aulia Oktaviani, Nur Asiah, and Ana Utami Zainal, 2023)

Sedangkan karakteristik responden pekerjaan orang tua mayoritas orang tua bekerja sebagai PNS sebesar 36,7% yang mengalami menarche. Hal ini sesuai dengan tren usia rata-rata menarche antar waktu di dalam dan antar negara menunjukkan jalur yang menurun atau terhenti. Hasil pemodelan determinan menunjukkan adanya hubungan dengan perubahan kekayaan seiring berjalannya waktu meskipun tidak konsisten antar negara. Kami melihat adanya pergeseran dari perempuan miskin yang mengalami menarche lebih awal pada survei sebelumnya menjadi perempuan kaya yang mengalami menarche lebih awal pada survei selanjutnya di Indonesia, Filipina, dan Yaman, sedangkan di Mesir, pola sebaliknya terlihat jelas. (Leone and Brown, 2020)

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas tingkat pengetahuan tentang nyeri haid kurang sebesar 67%. Pengetahuan yang adekuat tentang nyeri haid sangat penting untuk dimiliki oleh remaja putri. Hal ini karena dapat menstimulus terbentuknya kesiapan menghadapi menarche. Pengetahuan (*knowledge*) adalah suatu proses yang menggunakan pancaindra yang dilakukan seseorang terhadap objek tertentu dan dapat menghasilkan pengetahuan dan keterampilan. (Hamdiyah, 2020) Menurut Notoatmojo (2007) pengetahuan merupakan hasil tahu yang terjadi setelah seseorang melakukan pengindraan melalui panca indra. Pengetahuan merupakan indikator yang penting untuk terbentuknya tindakan seseorang. (Notoatmodjo, 2007)

Hasil penelitian tingkat kesiapan menghadapi menarche mayoritas tidak siap sebesar 70%. Hal ini dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan yang kurang. Pendidikan

kesehatan berfokus kepada masalah reproduksi penting diberikan kepada remaja putri yang akan memasuki pubertas. Pendidikan kesehatan reproduksi terutama tentang menstruasi akan menambah pengetahuan dan informasi sehingga akan lebih siap dalam menghadapi menarche atau menstruasi hari pertama. Setelah dilakukan uji statistic didapatkan nilai $p = 0,001 < \alpha = 0,05$ sehingga menunjukkan bahwa ada hubungan tingkat pengetahuan nyeri haid dengan kesiapan remaja menghadapi menarche di SMP Seminari Saumlaki.

Berdasarkan hasil penelitian Andayani (2022) bahwa pengetahuan mestruasi sebagian besar responden memiliki pengetahuan baik yaitu sebanyak 135 orang (64,0%), dan sisanya sebagian kecil memiliki pengetahuan cukup yaitu sebanyak 34 orang (16,1%). Kesiapan menarche sebagian besar responden berada dalam kategori siap yaitu sebanyak 173 orang (82,0%), dan sisanya sebagian kecil memiliki kategori tidak siap yaitu sebanyak 38 orang (18,0%). Kesimpulannya adalah ada hubungan antara pengetahuan menstruasi dengan kesiapan menarche pada remaja kelas 7 di SMP Negeri 5 Mengwi. (Andayani, 2022)

Hasil penelitian lebih dari separuh (72%) siswi di MTs Ar-Rahmah Jakarta Timur mempunyai pengetahuan rendah. Dan Lebih dari separuh (68%) siswi di MTs Ar-Rahmah Jakarta Timur mempunyai sikap negatif. Lebih dari separuh (62%) siswi di MTs Ar-Rahmah Jakarta Timur tidak terpapar informasi. Lebih dari separuh (56%) siswi di MTs Ar-Rahmah Jakarta Timur tidak dapat menangani nyeri haid dengan baik. Berdasarkan hasil penelitian faktor yang paling berperan dalam penanganan nyeri haid yaitu faktor pengetahuan. Rendahnya pengetahuan siswi tentang penanganan nyeri haid disebabkan karena kurangnya informasi tentang kesehatan reproduksi siswi khususnya mengenai nyeri haid. Siswi beranggapan bahwa nyeri haid bukanlah hal yang berbahaya melainkan hal yang normal dialami oleh wanita saat menstruasi sehingga responden banyak yang tidak melakukan penanganan pada saat terjadi nyeri haid. (Rosmayanti, 2021)

Hasil pretest menunjukkan remaja yang memiliki kesiapan tinggi dalam menghadapi menarche sebanyak 2 orang atau 5.7% dari 35 remaja. Setelah mengikuti kegiatan penyuluhan, remaja yang memiliki tingkat kesiapan tinggi dalam menghadapi menarche sebanyak 17 remaja atau 48.6% dari 35 remaja. Pendidikan Kesehatan menarche dapat meningkatkan kesiapan remaja dalam menghadapi menarche. (Putri, Hayatullah, and Rahayu, 2024)

Hal ini diperkuat dengan hasil pengkajian data menunjukkan 62,5% siswi berusia 11 tahun, 64,3% siswi berpengetahuan kurang, 75,0% siswi tidak siap menghadapi menarche. Analisa *Chi-Square* diperoleh p value (0,001), maka kesimpulannya yaitu ada hubungan pengetahuan dengan kesiapan menghadapi menarche. (Pitaloka et al. 2024)

KESIMPULAN

Hasil uji statistic *Chi Square* didapatkan nilai $p = 0,001$ (p value $< 0,05$) sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan nyeri haid dengan kesiapan remaja putri menghadapi menarche pada siswi kelas VII, VIII di SMP Seminari Saumlaki (p -value = 0,001). Nilai koefisiensi kontingensi -0,554

diinterpretasikan kekuatan korelasi cukup dan arah negatif. Kesimpulannya adalah semakin rendah tingkat pengetahuan nyeri haid maka semakin tinggi ketidaksiapan remaja menghadapi menarche.

PENGAKUAN/ACKNOWLEDGEMENTS

Ucapan terima kasih kepada kepala sekolah SMP Seminari Saumlaki yang memberikan kesempatan kepada kami tim peneliti untuk melaksanakan penelitian. Terima kasih pula kepada ibu Prodi Kebidanan Saumlaki yang telah memberikan semangat dan support sehingga penelitian ini dapat terselesaikan.

DAFTAR PUSTAKA

- Hardjito K, Suwoyo S, Yani Er. Sekolah Berwawasan Generasi Muda Peduli Kesehatan Reproduksi (Gempi Kespro) Membangun Kepedulian Remaja Terhadap Kesehatan Reproduksi. Community J Pengabdi Kpd Masy 2021; 1: 100–106.
- Leone T, Brown Lj. Timing And Determinants Of Age At Menarche In Low-Income And Middle-Income Countries. Bmj Glob Heal; 5. Epub Ahead Of Print 2020. Doi: 10.1136/Bmjgh-2020-003689.
- Nair U. Textbook Of Medical And Surgical Nursing. 2009. Epub Ahead Of Print 2009. Doi: 10.5005/Jp/Books/10916.
- Bright Rm. Riset Kesehatan Dasar. Saunders Manual Of Small Animal Practice 2006; 845–852.
- Guimarães I, Póvoa Am. Primary Dysmenorrhea: Assessment And Treatment. Rev Bras Ginecol E Obstet 2020; 42: 501–507.
- Risya Aulia Oktaviani, Nur Asiah, Ana Utami Zainal. Hubungan Status Gizi, Tingkat Stres Dan Aktifitas Fisik Dengan Siklus Menstruasi Tidak Normal Remaja Putri Di Mts Negeri 13 Jakarta. Sehat Rakyat J Kesehat Masy 2023; 2: 510–517.
- Bkkbn, Bps, Ri K, Et Al. Survei Demografi Dan Kesehatan Indonesia 2017: Kesehatan Reproduksi Remaja. Badan Kependud Dan Kel Berencana Nas 2017; 1–23.
- Fera Tri Kurniawan1, Chairuna2, Hazairin Effendi3 1,2,3. Hubungan Usia Menarche , Lama Menstruasi , Dan Status Gizi Dengan Kejadian Disminore Pada Siswi Ma Nurul Hikmah Cinta Manis Baru Kebidanan , Fakultas Kebidanan Dan Keperawatan , Universitas Kader Bangsa ., Ubungan Usia Menarche , Lama Menstruasi , Dan Status Gizi Dengan Kejadian Disminore Pada Siswi Ma Nurul Hikmah Cinta Manis Baru Kebidanan , Fak Kebidanan Dan Keperawatan , Univ Kader Bangsa , 2023; 81–87.
- Sinaga Es, Lubis A. Faktor Yang Berhubungan Dengan Siswi Kelas Vii Dalam Menghadapi Menarche. Getle Birth 2021; 4: 17–29.
- Notoatmodjo S. Promosi Kesehatan Dan Ilmu Perilaku. Jakarta: Rineka Cipta, 2007.
- Fajri A, Khairani M. Hubungan Antara Komunikasi Ibu-Anak Dengan Kesiapan Menghadapi Menstruasi Pertama (Menarche) Pada Siswi Smp Muhammadiyah Banda Aceh. Skripsi. Program Studi Psikologi, Fakultas Kedokteran Universitas Syiah Kuala Banda Aceh. J Psikol 2016; 132–143.
- Slameto. Belajar Dan Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi. Jakarta: Rineka Cipta, 2010.

- Manuaba. Pengantar Kuliah Obstetri. Jakarta: Buku Kedokteran Egc, 2012.
- Marmi. Gizi Dalam Kesehatan Reproduksi. Yokyakarta: Pustaka Belajar, 2013.
- Senolingga Ma, Mewengkang M, Wantania J. Hubungan Antara Usia Menarche Dengan Usia Menopause Pada Wanita Di Kecamatan Kakas Sulawesi Utara Tahun 2014. E-Clinic; 3. Epub Ahead Of Print 2015. Doi: 10.35790/Ecl.3.1.2015.6754.
- Hamdiyah H. Hubungan Anemia Terhadap Dysmenorrhea (Nyeri Haid) Pada Remaja Putri Di Panti Asuhan Sejahtera Aisyiyah Sidrap. Madu J Kesehat 2020; 9: 8.
- Andayani Nw. Hubungan Pengetahuan Menstruasi Dengan Kesiapan Menarche Pada Remaja Putri Kelas Vii Di Smp Negeri 5 Mengwi. Inst Teknol Dan Kesehat Bali Denpasar 2022; 110.
- Rosmayanti Lm. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Penanganan Nyeri Haid (Dysmenorrhea) Pada Siswi Kelas Vii Di Mts. Ar-Rahmah Jakarta Timur. Kesehat Rajawali 2021; 11: 59–67.
- Putri R, Hayatullah Mm, Rahayu Na. Menghadapi Menarche Melalui Pendidikan Kesehatan. 2024; 2: 712–719.
- Pitaloka Rd, Keswara Nw, Purwanti As, Et Al. Hubungan Pengetahuan tentang Menstruasi Dengan The Relationship Of Knowledge About Menstruation And Readiness For Menarche In Grade 4-6 Students. 2024; 6: 36–41.