

**HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN TENTANG MENSTRUASI
DENGAN KESIAPAN REMAJA PUTRI USIA PRA-PUBERTAS
MENGHADAPI MENARCHE DI SDN 6 BUKIT TUNGGAL
KOTA PALANGKA RAYA**

**THE CORRELATION BETWEEN KNOWLEDGE LEVEL ABOUT MENSTRUATION AND
PREPUBERTY ADOLESCENT GIRLS' READINESS TO FACE MENARCHE AT SDN 6
BUKIT TUNGGAL PALANGKA RAYA CITY**

Ramita¹, Ayu Puspita², Dian Mitra Desnawati Silalahi³

Jurusan Sarjana Keperawatan, Universitas Eka Harap Palangka Raya, Indonesia

Email: rmita942@gmail.com

Abstrak

Menarche atau menstruasi pertama adalah peristiwa penting dalam kehidupan remaja putri karena menandai masa awal pubertas. Namun, banyak remaja usia pra-pubertas yang belum siap secara fisik, mental, dan emosional dalam menghadapinya. Hal ini sering disebabkan oleh kurangnya pengetahuan tentang menstruasi. Kurangnya informasi, minimnya pendidikan kesehatan reproduksi di sekolah, serta anggapan tabu dalam masyarakat membuat banyak remaja merasa takut, bingung, bahkan malu saat mengalami *menarche*. Padahal, remaja yang memiliki pengetahuan yang baik akan lebih siap dalam menghadapi perubahan tersebut. Penelitian untuk mengetahui hubungan tingkat pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan remaja putri usia pra-pubertas menghadapi *menarche* di SDN 6 Bukit Tunggul Kota Palangka Raya. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain korelasional dan pendekatan *cross-sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswi kelas V dan VI SDN 6 Bukit Tunggul Kota Palangka Raya yang sudah mengalami *menarche*. Teknik pengambilan sampel menggunakan total sampling, dengan jumlah responden sebanyak 33 orang. Berdasarkan hasil uji statistik menggunakan *Pearson Chi-Square* didapatkan nilai *p value* < 0,005, maka H_a diterima yang berarti terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan *menarche* pada remaja putri. Kesimpulan terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan remaja putri usia pra-pubertas dalam menghadapi *menarche*. Diharapkan sekolah dan orang tua dapat meningkatkan edukasi tentang kesehatan reproduksi sejak dini guna meningkatkan kesiapan remaja putri dalam menghadapi *menarche*.

Kata Kunci: Kesiapan; *Menarche*; Menstruasi; Pengetahuan; Remaja Putri

Abstract

Menarche is a critical milestone in the development of adolescent girls, ideally requiring physical, emotional, and cognitive preparedness. In reality, many girls encounter *menarche* unprepared, often accompanied by fear and confusion due to limited basic knowledge about menstruation. This study aimed to examine the correlation between knowledge level about menstruation and the readiness of prepubertal adolescent girls to face *menarche* at SDN 6 Bukit Tunggul, Palangka Raya City. A quantitative, cross-sectional design was applied involving 33 fifth- and sixth-grade students selected through total sampling. Data were collected using structured questionnaires that had been tested for validity and reliability. The Chi-Square analysis revealed a significant correlation between knowledge level and readiness for *menarche* ($p = 0.001$). However, the findings also indicated that a high level of knowledge does not necessarily guarantee emotional readiness, as factors such as parental support and personal experiences play a contributing role. It is concluded that while knowledge is an important component in building readiness, comprehensive educational interventions that involve both families and schools are essential to foster holistic preparedness among prepubertal girls.

Keywords: Readiness; *Menarche*; Menstruation; Knowledge; Adolescent Girls.

1. PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan fase perkembangan yang sangat penting dalam kehidupan seseorang, ditandai dengan berbagai perubahan biologis, psikologis, dan sosial (Simon & Hutomo, 2021). Salah satu peristiwa utama pada remaja putri dalam fase ini adalah menarche atau menstruasi pertama, yang menandai dimulainya masa pubertas dan kesiapan sistem reproduksi. Idealnya, remaja putri sudah siap secara fisik, emosional, dan kognitif untuk menghadapi peristiwa ini. Namun pada kenyataannya, banyak anak perempuan yang mengalami menarche tanpa persiapan yang memadai, bahkan disertai rasa takut, bingung, dan malu (Gainau, 2021). Hal ini banyak disebabkan oleh kurangnya pengetahuan dasar mengenai proses menstruasi. Menstruasi seharusnya menjadi pengetahuan dasar bagi setiap remaja putri, mengingat pentingnya peran proses ini dalam siklus kehidupan perempuan. Sayangnya, norma sosial, anggapan tabu dalam masyarakat, kurangnya komunikasi terbuka di dalam keluarga, serta minimnya pendidikan kesehatan reproduksi di sekolah menyebabkan pengetahuan tentang menstruasi masih rendah. Akibatnya, banyak remaja menghadapi menarche dalam kondisi tidak siap, baik secara fisik maupun psikologis (Batubara, 2021). Penelitian ini memiliki kebaruan dalam fokusnya yang secara spesifik mengkaji hubungan antara tingkat pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan menghadapi menarche pada remaja usia pra-pubertas di tingkat sekolah dasar, khususnya di SDN 6 Bukit Tunggal Kota Palangka Raya. Penelitian ini menyoroti pentingnya kesiapan anak perempuan dalam menghadapi menarche sebagai bagian dari kesehatan reproduksi sejak dini, yang masih jarang diteliti secara lokal dan spesifik pada kelompok usia ini. Penelitian ini memberikan gambaran awal kesiapan anak usia SD yang akan sangat berguna untuk intervensi pendidikan kesehatan yang lebih dini. WHO (2020) menyebutkan bahwa usia menarche kini cenderung semakin dini, namun kesiapan mental dan emosional anak-anak usia SD dalam menghadapi hal ini belum banyak dikaji secara

komprehensif. Beberapa riset sebelumnya (seperti Gatot Supriyanto et al., 2022 dan Mahmudah & Daryanti, 2021) memang menunjukkan adanya hubungan antara pengetahuan dan kesiapan menghadapi menarche, tetapi umumnya dilakukan pada siswi SMP atau remaja awal, bukan pada anak usia pra-pubertas di sekolah dasar. Selain itu, penelitian-penelitian sebelumnya lebih menekankan pada aspek kognitif, sementara aspek kesiapan secara psikologis dan emosional pada usia lebih muda masih minim diteliti. Survei Riskesdas 2018 menunjukkan bahwa 5,2% anak perempuan di Indonesia mengalami menarche sebelum usia 12 tahun (Beter et al., dalam Ginting et al., 2025). Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) perwakilan Provinsi Kalimantan Tengah menyebutkan bahwa indeks pengetahuan remaja tentang kesehatan reproduksi di Kalimantan Tengah hanya 48,9%. Angka ini lebih rendah dibandingkan dengan rata-rata nasional yang mencapai 57,1%.

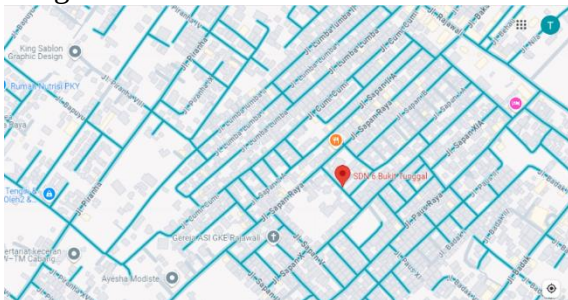
Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan pada bulan April 2025 di kelas 5 dan 6 SDN 6 Bukit Tunggal kota Palangka Raya dari 4 responden dengan usia 11-13 tahun dan sudah mengalami menarche didapatkan sebanyak 2 responden (50%) tidak mengetahui tentang menstruasi, 2 responden (50%) sedikit mengetahui tentang menstruasi, 4 responden (100%) mengatakan merasa takut, kaget, bingung dan belum siap menghadapi menarche. Secara teoritis, pengetahuan merupakan salah satu faktor penting yang membentuk kesiapan seseorang dalam menghadapi suatu perubahan. Notoatmodjo (2020) menyatakan bahwa perilaku individu, termasuk kesiapan, sangat dipengaruhi oleh tingkat pengetahuannya. Remaja yang memiliki pemahaman memadai tentang proses menstruasi cenderung lebih siap secara fisik dan emosional saat menarche. Penelitian terdahulu oleh Gatot Supriyanto et al. (2022) juga mendukung temuan yang menunjukkan adanya hubungan antara pengetahuan dan kesiapan menghadapi menstruasi pertama (menarche) pada remaja putri kelas 5 SD.

Untuk mengatasi permasalahan kurangnya pengetahuan tentang menstruasi yang berdampak pada kesiapan remaja putri menghadapi menarche, diperlukan berbagai upaya yang terstruktur dan berkesinambungan. Salah satu solusi utama adalah meningkatkan edukasi mengenai kesehatan reproduksi sejak dini, khususnya pada usia pra-pubertas. Pendidikan ini sebaiknya tidak hanya diberikan secara formal di sekolah, tetapi juga melibatkan peran aktif orang tua dan tenaga kesehatan. Dengan adanya edukasi yang tepat, lingkungan yang suportif, serta sumber informasi yang akurat, diharapkan remaja putri usia pra-pubertas dapat lebih siap secara fisik, mental, dan emosional dalam menghadapi menarche, sehingga proses ini dapat dilalui dengan lebih positif dan tanpa kecemasan berlebihan.

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka penelitian ini dilakukan untuk mengetahui “Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Kesiapan Remaja Putri Usia Pra-Pubertas Dalam Menghadapi Menarche di SDN 6 Bukit Tunggal Kota Palangka Raya.”

2. METODE

Penelitian ini dilakukan di SDN 6 Bukit Tunggal kota Palangka Raya jalan Sapan III, Bukit Tunggal, kota Palangka Raya, Kalimantan Tengah.



Gambar 1: Peta SDN 6 Bukit Tunggal Kota Palangka Raya



Gambar 2: SDN 6 Bukit Tunggal Kota Palangka Raya Tahun 2025

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional dan pendekatan potong lintang (*cross-sectional*), dilaksanakan di SDN 6 Bukit Tunggal Kota Palangka Raya. Nursalam (2016) menyatakan bahwa sampel merupakan sebagian dari populasi yang dapat dijangkau dan dimanfaatkan sebagai objek penelitian melalui proses pemilihan atau pengambilan sampel. Sampel penelitian berjumlah 33 remaja putri kelas V dan VI yang telah mengalami menarche dan memenuhi kriteria inklusi, diperoleh melalui teknik *total sampling* karena jumlah populasi relatif kecil ($n=33$), maka semua anggota populasi diikutsertakan sebagai responden. Metode ini dipakai agar data lebih representatif dan menghindari bias akibat pengambilan sebagian saja. Adapun untuk kriteria inklusi pada penelitian ini adalah remaja putri yang bersedia menjadi responden, remaja putri yang berusia 11-13 tahun, dan remaja putri yang sudah mengalami menstruasi pertama. Instrumen penelitian berupa dua kuesioner tertutup: pertama untuk mengukur tingkat pengetahuan tentang menstruasi dan kedua untuk mengukur kesiapan menghadapi menarche. Kuesioner untuk tingkat pengetahuan terdiri dari 20 pertanyaan pilihan ganda yang dibuat sendiri oleh peneliti dan telah dilakukan uji validitas menggunakan korelasi Pearson, dan dinyatakan valid (r hitung $>$ r tabel), dan reliabilitasnya menunjukkan nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,871 yang berarti sangat reliabel. Sementara itu, kuesioner kesiapan terdiri dari 15 pernyataan dalam bentuk skala Likert 2 poin yang diadopsi dari penelitian Ni Wayan Andayani dan dinyatakan valid dengan nilai reliabilitas 0,789, yang juga menunjukkan nilai yang reliabel. Menurut Nursalam (2019), penilaian variabel pengetahuan dikategorikan sebagai berikut: baik (76–100%), cukup (56–75%), dan kurang ($<56\%$). sedangkan variabel kesiapan dikategorikan menjadi "siap" jika skor $\geq 61\%$ dan "tidak siap" jika $< 60\%$ (Arikunto, 2019). Untuk memastikan kecukupan sampel secara statistik, *power analysis* menggunakan

asumsi korelasi sedang ($r = 0,4$), taraf signifikansi 0,05, dan power sebesar 80% menunjukkan bahwa jumlah minimum sampel yang diperlukan adalah 30 orang, sehingga jumlah responden dalam penelitian ini ($n=33$) telah memenuhi persyaratan analisis korelasional yang sah. Analisis data dilakukan menggunakan uji *Chi-Square* dengan signifikansi $p < 0,05$.

3. HASIL

Tabel 1 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

No	Kategori	Frekuensi	%
1	11 Tahun	5	15
2	12 Tahun	22	67
3	13 Tahun	6	18
Total		33	100

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan dari 33 responden didapatkan responden berusia 12 tahun sebanyak 22 responden (67%), responden berusia 13 tahun sebanyak 6 responden (18%), dan responden berusia 11 tahun sebanyak 5 responden (15%).

Tabel 2 Karakteristik Responden Berdasarkan Kelas

No	Kategori	Frekuensi	%
1	Kelas 5	4	12
2	Kelas 6	29	88
Total		33	100

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan dari 33 responden didapatkan responden dari kelas 6 sebanyak 29 responden (88%), dan responden dari kelas 5 sebanyak 4 responden (12%).

Tabel 3 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia Menstruasi Pertama (*Menarche*)

No	Kategori	Frekuensi	%
1	8 Tahun	1	3
2	9 Tahun	1	3
3	10 Tahun	7	21
4	11 Tahun	12	37
5	12 Tahun	12	36
Total		33	100

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan dari 33 responden didapatkan responden mengalami *menarche* pada usia 11 tahun sebanyak 12 responden (37%), responden mengalami *menarche* pada usia 12 tahun sebanyak 12 responden (36%), responden mengalami *menarche* pada usia 10 tahun sebanyak 7 responden (21%), responden mengalami *menarche* pada usia 9 tahun sebanyak 1

responden (3%), dan responden mengalami *menarche* pada usia 8 tahun sebanyak 1 responden (3%).

Tabel 4 Berdasarkan Pernah Mendapat Informasi Atau Tidak

No	Kategori	Frekuensi	%
1	Ya, Pernah	29	88
2	Tidak Pernah	4	12
Total		33	100

Berdasarkan tabel 4 menunjukkan bahwa dari 33 responden didapatkan sebanyak 29 responden (88%) pernah mendapat informasi tentang menstruasi, dan sebanyak 4 responden (12%) tidak pernah mendapat informasi tentang menstruasi.

Tabel 5 Karakteristik Responden Berdasarkan Sumber Informasi

No	Kategori	Frekuensi	%
1	Orang Tua	24	73
2	Guru	1	3
3	Media Sosial	4	12
4	Tidak ada	4	3
Total		33	100

Berdasarkan tabel 5 menunjukkan bahwa dari 33 responden berdasarkan didapatkan sebanyak 24 responden (73%) mengetahui tentang menstruasi dari orang tua, sebanyak 4 responden (12%) mengetahui tentang menstruasi dari media sosial, sebanyak 4 responden (12%) tidak mengetahui informasi tentang menstruasi, dan sebanyak 1 responden (3%) mengetahui tentang menstruasi dari guru.

Tabel 6 Karakteristik Responden Berdasarkan Pernah Melihat Anggota Keluarga Yang Sudah Mengalami Menstruasi

No	Kategori	Frekuensi	%
1	Sudah	4	12
2	Belum	29	88
Total		33	100

Berdasarkan tabel 6 menunjukkan bahwa dari 33 responden didapatkan responden yang sudah pernah melihat keluarga yang sedang mengalami menstruasi sebanyak 31 responden (94%), dan responden yang belum pernah melihat keluarga yang sedang mengalami menstruasi sebanyak 2 responden (6%).

Tabel 7 Karakteristik Responden Berdasarkan Tingkat Pengetahuan Tentang Menstruasi Pada Remaja Putri di SDN 6 Bukit Tunggal Kota Palangka Raya

No	Kategori	Frekuensi	%	Nilai C	p value
1	Baik	12	37		
2	Cukup	11	33	0,621	0,000
3	Kurang	10	30		
Total		33	100		

Berdasarkan tabel 7 menunjukkan bahwa dari 33 responden didapatkan responden yang memiliki tingkat pengetahuan tentang menstruasi dengan kategori baik sebanyak 12 responden (37%), responden yang memiliki tingkat pengetahuan tentang menstruasi dengan kategori cukup sebanyak 11 responden (33%), dan responden yang memiliki tingkat pengetahuan tentang menstruasi dengan kategori kurang sebanyak 10 responden (30%).

Tabel 8 Karakteristik Responden Berdasarkan Kesiapan Menarche Pada Remaja Putri di SDN 6 Bukit Tunggal Kota Palangka Raya

No	kategori	Frekuensi	%	Nilai C	p value
1	Siap	16	48		
2	Tidak siap	17	52	0,621	0,000
Total		33	100		

Berdasarkan tabel 8 menunjukkan bahwa dari 33 responden didapatkan responden yang memiliki kesiapan *menarche* dengan kategori tidak siap sebanyak 17 responden (52%), dan responden yang memiliki kesiapan *menarche* dengan kategori siap sebanyak 16 responden (48%). Dari hasil analisis antara tingkat pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan menghadapi *menarche* diperoleh nilai *Pearson Chi-Square* sebesar 20,661 dengan nilai signifikansi (*Asymp. Sig. 2-sided*) sebesar $p = 0,000$. Karena nilai signifikansi lebih kecil dari 0,05 ($p < 0,05$), maka terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan menghadapi *menarche*. Untuk mengetahui kekuatan hubungan antara kedua variabel, digunakan uji *Contingency Coefficient* (C) dan diketahui nilai C sebesar 0,621 dengan signifikansi 0,000 yang

mengidentifikasi bahwa kekuatan hubungan antara kedua variabel tersebut berada pada kategori kuat.

4. PEMBAHASAN

Mengidentifikasi Tingkat Pengetahuan Tentang Menstruasi Pada Remaja Putri Usia Pra-Pubertas Di SDN 6 Bukit Tunggal Kota Palangka Raya

Berdasarkan hasil penelitian terhadap 33 responden, diketahui bahwa sebagian besar memiliki tingkat pengetahuan tentang menstruasi dalam kategori baik sebanyak 12 responden (37%), diikuti kategori cukup sebanyak 11 responden (33%), dan kategori kurang sebanyak 10 responden (30%). Jika dilihat berdasarkan usia, responden usia 12 tahun paling banyak berada dalam kategori kurang, yaitu 9 responden (28%). Berdasarkan usia *menarche*, kelompok usia 12 tahun juga paling banyak memiliki pengetahuan baik, sebanyak 5 responden (16%). Dari aspek pengalaman mendapatkan informasi, mayoritas responden yang pernah mendapat informasi berada pada kategori cukup sebanyak 11 responden (34%). Sementara itu, responden yang mendapat sumber informasi dari orang tua paling banyak berada dalam kategori baik sebanyak 10 responden (31%). Selain itu, responden yang pernah melihat anggota keluarga mengalami menstruasi paling banyak memiliki pengetahuan cukup, yaitu sebanyak 11 responden (34%).

Menurut teori yang dikemukakan oleh Notoatmodjo (2020), pengetahuan merupakan hasil dari tahu, dan ini terjadi setelah seseorang melakukan pengindraan terhadap suatu objek tertentu. Pengetahuan berperan penting dalam membentuk perilaku dan sikap individu. Semakin baik tingkat pengetahuan seseorang, maka semakin baik pula respon terhadap suatu peristiwa atau kondisi. Dengan demikian, usia yang lebih tinggi belum tentu berdampak signifikan jika tidak diiringi dengan pengalaman atau informasi yang memadai. Selain itu, Affandi dan Soliha (2023) menyatakan bahwa pengetahuan dalam domain kognitif terbagi ke dalam beberapa tingkatan, yaitu: tahu, memahami, mengaplikasikan, menganalisis,

sintesis, dan evaluasi. Berdasarkan teori tersebut, responden yang berada pada kategori cukup atau kurang kemungkinan besar hanya berada pada tahap tahu atau memahami saja, sehingga belum mampu mengaplikasikan atau mengevaluasi pengetahuan yang dimiliki secara utuh dalam kehidupan sehari-hari, khususnya dalam menghadapi *menarche*.

Berdasarkan hasil di atas, dapat disimpulkan bahwa terdapat kesesuaian antara fakta di lapangan dengan teori yang ada. Teori Notoatmodjo (2020), yang menyatakan bahwa pengetahuan merupakan hasil dari proses penginderaan yang diperoleh melalui pengalaman belajar, baik secara langsung maupun tidak langsung yang sangat memengaruhi sikap dan perilaku seseorang, termasuk dalam menghadapi *menarche*. Namun, usia yang lebih tinggi belum tentu menjamin tingginya pengetahuan apabila tidak diikuti oleh pengalaman dan informasi yang cukup, seperti yang terlihat pada responden usia 12 tahun yang justru paling banyak berada pada kategori kurang. Selain itu, Affandi dan Soliha (2023) juga mendukung hasil penelitian ini. Mereka menyebutkan bahwa pengetahuan berada dalam berbagai tingkatan kognitif, mulai dari sekadar tahu, memahami, mengaplikasikan, hingga mengevaluasi. Responden yang berada dalam kategori cukup atau kurang kemungkinan besar baru berada pada tahap tahu atau memahami, belum sampai pada tahap aplikasi atau evaluasi. Hal ini tampak pada responden yang pernah mendapatkan informasi namun tetap memiliki tingkat pengetahuan yang belum optimal. Tingkat pengetahuan remaja dipengaruhi oleh banyak faktor, di antaranya adalah usia, pengalaman biologis, sumber dan kualitas informasi, serta keterlibatan orang tua.

Mengidentifikasi Kesiapan Menghadapi Menarche Pada Remaja Putri Usia Pra-Pubertas Di SDN 6 Bukit Tunggal Kota Palangka Raya

Berdasarkan hasil penelitian terhadap 33 responden, diketahui bahwa sebagian besar responden memiliki kesiapan menghadapi *menarche* dalam kategori tidak siap sebanyak 17

responden (52%), sedangkan yang siap sebanyak 16 responden (48%). Jika ditinjau berdasarkan usia, responden usia 12 tahun merupakan kelompok terbanyak yang tidak siap, yaitu sebanyak 12 responden (37%). Berdasarkan usia saat *menarche*, kelompok usia 12 tahun paling banyak berada pada kategori siap sebanyak 7 responden (22%), sementara responden usia 11 tahun paling banyak berada pada kategori tidak siap, yaitu sebanyak 7 responden (21%). Dilihat dari pengalaman memperoleh informasi, mayoritas responden yang pernah mendapat informasi tentang menstruasi justru berada pada kategori tidak siap sebanyak 15 responden (46%). Dari segi sumber informasi, kelompok yang mendapat informasi dari orang tua paling banyak menunjukkan kesiapan, yaitu sebanyak 14 responden (43%). Sementara itu, responden yang pernah melihat anggota keluarga mengalami menstruasi paling banyak berada dalam kategori tidak siap, sebanyak 17 responden (52%).

Menurut teori Slameto (2015), kesiapan adalah keadaan atau kondisi individu yang memungkinkan individu untuk memberikan respon yang sesuai terhadap suatu situasi tertentu. Dalam konteks *menarche*, kesiapan berarti kemampuan remaja putri untuk merespon secara fisik, mental, dan emosional ketika mengalami menstruasi pertama. Pada kajian teori juga dijelaskan bahwa kesiapan sangat dipengaruhi oleh beberapa faktor salah satunya tingkat pengetahuan tentang *menarche*. Menurut Mahmudah & Daryanti (2021), bahwa pengetahuan saja belum cukup untuk menjamin kesiapan, karena kesiapan juga berkaitan erat dengan kondisi psikologis anak, cara berpikir, dan pengalaman pribadi. Beberapa mungkin sudah tahu apa itu menstruasi secara teori, tetapi saat mengalaminya, mereka tetap merasa takut atau cemas, serta dari pengalaman pribadi maupun pengalaman orang sekitar. Tingkat pengetahuan yang baik sangat mendukung kesiapan dalam menghadapi *menarche*.

Berdasarkan hasil di atas, dapat disimpulkan bahwa terdapat kesesuaian antara fakta di lapangan dengan teori yang ada. Hasil ini memiliki kesesuaian dengan teori Slameto

(2015) yang menyatakan bahwa kesiapan adalah kondisi individu untuk memberikan respon yang sesuai terhadap suatu situasi. Dalam hal ini, kesiapan menghadapi *menarche* melibatkan kesiapan fisik, mental, dan emosional. Meskipun beberapa responden telah mendapat informasi atau mengalami pengalaman secara tidak langsung, tetapi jika tidak disertai dengan pemahaman menyeluruh dan dukungan psikologis, maka remaja tetap dapat merasa cemas atau takut saat *menarche*. Hal ini juga diperkuat oleh teori Mahmudah & Daryanti (2021) yang menyatakan bahwa pengetahuan saja tidak cukup untuk menjamin kesiapan. Kesiapan berkaitan erat dengan kondisi psikologis anak, pola pikir, dan pengalaman yang bermakna. Kesiapan remaja putri menghadapi *menarche* bukan hanya ditentukan oleh seberapa banyak informasi yang diterima, tetapi juga dari kualitas informasi, cara penyampaiannya, dan siapa yang memberikannya.

Hasil Analisis Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Menstruasi Dengan Kesiapan Menghadapi Menarche Di SDN 6 Bukit Tunggal Kota Palangka Raya

Berdasarkan hasil tabulasi silang di atas diketahui bahwa dari 33 responden didapatkan responden tingkat pengetahuan baik dengan kategori siap sebanyak 12 responden (37%), responden tingkat pengetahuan kurang dengan kategori tidak siap sebanyak 9 responden (27%), responden tingkat pengetahuan cukup dengan kategori tidak siap sebanyak 8 responden (24%), responden tingkat pengetahuan cukup dengan kategori siap sebanyak 3 responden (9%), dan responden tingkat pengetahuan kurang dengan kategori siap sebanyak 1 responden (3%). Hasil uji statistik dengan menggunakan uji *chi-square* dengan nilai *Pearson Chi-Square* sebesar 20,661. Diperoleh nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$), yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan menghadapi *menarche*. Nilai *Likelihood Ratio* juga diperoleh sebesar 26,325 dengan nilai signifikansi yang sama yaitu 0,000 serta pada uji *Linear-by-Linear Association*

diperoleh nilai sebesar 17,853 dengan signifikansi 0,000 yang semakin memperkuat bahwa hubungan antara kedua variabel tersebut signifikan. Selain itu, nilai *Contingency Coefficient* (C) sebesar 0,621 juga menunjukkan bahwa kekuatan hubungan berada dalam kategori kuat. Hasil uji statistik menggunakan uji *Pearson Chi-Square* menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan menghadapi *menarche*.

Menurut teori yang dikemukakan oleh Mahmudah & Daryanti (2021), pengetahuan adalah dasar dari kesiapan, terutama dalam menghadapi peristiwa besar seperti *menarche*. Pengetahuan dapat membentuk persepsi, membangun sikap yang positif, dan meningkatkan rasa percaya diri seorang remaja dalam menghadapi perubahan tubuhnya. Menurut teori Notoatmodjo (2020), perilaku seseorang termasuk kesiapan akan lebih baik bila pengetahuannya tinggi. Orang yang tahu tentang suatu peristiwa akan lebih mungkin mempersiapkan diri, baik secara fisik maupun psikologis. Ini sejalan dengan teori korelasi positif: semakin tinggi pengetahuan, semakin tinggi kesiapan. Artinya, pemahaman yang baik tentang menstruasi bukan hanya membuat remaja tahu secara kognitif, tapi juga membuat mereka lebih tenang, tidak takut, dan tahu apa yang harus dilakukan saat *menarche* terjadi. Dengan demikian, semakin tinggi tingkat pengetahuan seorang remaja putri tentang menstruasi, maka semakin tinggi pula tingkat kesiapan mereka dalam menghadapi *menarche*. Berdasarkan hasil di atas dapat disimpulkan bahwa terdapat kesamaan antara fakta dan teori yang ada. Teori Notoatmodjo (2020), yang menyatakan bahwa pengetahuan merupakan hasil dari proses penginderaan dan pembelajaran, serta berperan penting dalam membentuk sikap dan perilaku seseorang, maka temuan ini menunjukkan adanya korelasi positif antara pengalaman mendapatkan informasi dengan tingkat pengetahuan responden. Hal ini terlihat dari data bahwa responden yang memperoleh informasi dari orang tua cenderung memiliki pengetahuan yang lebih baik, menunjukkan

bahwa proses belajar dari lingkungan terdekat, dalam hal ini orang tua sangat berpengaruh terhadap tingkat pemahaman remaja. Selanjutnya, menurut teori Affandi dan Soliha (2023), pengetahuan berada dalam domain kognitif yang bertingkat, mulai dari mengetahui hingga mengevaluasi. Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa responden dengan kategori cukup dan kurang kemungkinan besar hanya berada pada tahap "tahu" dan "memahami", karena mereka belum mampu mengaitkan informasi yang didapat dengan kesiapan menghadapi *menarche* secara utuh. Ini memperlihatkan bahwa adanya pengetahuan belum tentu mencerminkan kesiapan secara menyeluruh, terutama jika belum mencapai tingkat aplikasi dan evaluasi. Dari hasil tersebut, responden usia 12 tahun patut menjadi perhatian khusus karena sekalipun mereka merupakan kelompok usia yang paling banyak dalam kategori kurang, mereka juga menunjukkan potensi besar dalam kelompok kategori baik. Dengan pendekatan yang tepat dan penyampaian informasi yang lebih terarah dari orang tua, guru, maupun media edukatif lainnya, kelompok ini dapat ditingkatkan ke tingkat pemahaman yang lebih tinggi.

5. KESIMPULAN

Penelitian ini menegaskan bahwa pengetahuan tentang menstruasi berperan penting dalam membentuk kesiapan remaja putri usia pra-pubertas dalam menghadapi *menarche*. Namun, temuan ini juga menunjukkan bahwa pengetahuan saja tidak cukup untuk menjamin kesiapan secara utuh.

Kesiapan menghadapi *menarche* membutuhkan keterpaduan antara pemahaman informasi, dukungan emosional, pengalaman yang bermakna, serta lingkungan yang kondusif untuk pembelajaran. Oleh karena itu, pendekatan edukasi yang hanya berfokus pada aspek kognitif perlu diperluas mencakup pendekatan afektif dan sosial yang lebih menyeluruh. Refleksi dari hasil ini menunjukkan bahwa intervensi yang melibatkan keluarga dan sekolah secara aktif akan lebih

efektif dalam menumbuhkan kesiapan remaja menghadapi perubahan pubertas.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih peneliti sampaikan kepada; STIKES Eka Harap Palangka Raya; dan Kepala sekolah SDN 6 Bukit Tunggal kota Palangka Raya beserta jajarannya.

DAFTAR PUSTAKA

- Affandi, A., & Soliha, E. (2023). Manajemen Pengetahuan. 1st edn. In D.Sunarsi (Ed.), Surabaya: Cipta Medika Nusantara.
https://www.google.co.id/books/edition/Manajemen_Pengetahuan/3zfLEA%0AAQBAJ?hl=id&gbpv=1&dq=Faktor+yang+Mempengaruhi+Pengetahuan%0A&pg=PA8&printsec=frontcover.
- Andayani, N. W. (2022). Hubungan Pengetahuan Menstruasi Dengan Kesiapan Menarche Pada Remaja Putri Kelas VII Di SMP Negeri 5 Mengwi. Institut Teknologi Dan Kesehatan Bali Denpasar, 110.
- Arikunto, S. (2013). Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik (Rineka Cipta (ed.)).
- Batubara, R. A. (2021). Edukasi Kesehatan Tentang Menstruasi dan Permasalahannya Di SMA N 5 Padangsidempuan Tahun 2021. Jurnal Pengabdian Masyarakat Aupa (JPMA), 3(3), Article 3.
<https://doi.org/10.51933/jpma.v3i3.529>
- BKKBN Perwakilan Provinsi Kalimantan Tengah. (2025, 9 Mei). Indeks pengetahuan remaja Kalteng tentang reproduksi hanya 48,9 persen. ANTARA News Kalimantan Tengah. Diakses dari Antara News Kalimantan Tengah.
<https://kalteng.antaranews.com/berita/337730/indeks-pengetahuan-remaja-kalteng-tentang-reproduksi-hanya-489-persen>
- Gainau, M. B. (2021). Perkembangan Remaja dan Problematikanya. In C. Subagya (Ed.), PTKanisius.
<https://books.google.co.id/books?hl=id&lr=&id=nYwpEAAA>

- QBAJ&oi=fnd&pg=PR3&ots=Ytamunczhl&sig=1bFRjQ2BeflQML-bcNqfj8MO4sU&redir_esc=y#v=onepage&q&f=false
- Gatot Supriyanto, Ruri Maisetya Sari, & Indriarny Rosyladita. (2022). Hubungan Pengetahuan Dengan Kesiapan Dalam Menghadapi Menarche Pada Siswi Kelas V di SD Negeri 82 Kota Bengkulu The Relationship Between Knowledge And Readiness To Face Menarche In Class V Students At SD Negeri 82 Bengkulu City. *Kebidanan Besurek*, 7(1), 28–34.
- Ginting, F. S. H., Simanullang, M. S. D., & Simanjuntak, Y. (2025). Gambaran Kesiapan Menghadapi Menarche Pada Siswi Kelas V SD Swasta Katolik Assisi Medan. *Jurnal Praba : Jurnal Rumpun Kesehatan Umum*, 3.
- Hayati, F., & Gustina, G. (2020). Hubungan Pengetahuan dengan Tingkat Kecemasan Remaja Putri Menghadapi Menarche di SMP Negeri 13 Kota Jambi. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 9(2), 149. <https://doi.org/10.36565/jab.v9i2.159>
- Mahmudah, N., & Daryanti, M. S. (2021). Kesiapan Dalam Menghadapi Menarche Pada Siswi Sekolah. *Jurnal JKFT*, 6(1), 72. <https://doi.org/10.31000/jkft.v6i1.5350>
- Notoatmodjo, S. (2020). Metodologi Penelitian Kesehatan. In A. Okparasta (Ed.), *Rineka Cipta*. 2003.
- Nursalam. (2019). Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan(87)(ed.2).SalembaMedika .<http://repo.upertis.ac.id/id/eprint/1037>
- 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.
- Kualitatif, dan R&D (Issue January)
- Slameto. (2015). Belajar dan Faktor - Faktor yang Mempengaruhinya (Edisi Revi). PT. Rineka Cipta.
- Sugiono. (2013). Metode Penelitian Kuantitatif, World Health Organization. (2020). Prevalensi Usia Remaja. (Who.Int.).