

e-ISSN: 2964-0849
Vol.4 No.3 Juli 2026

Barongko
Jurnal Ilmu Kesehatan

Hubungan Tingkat Pengetahuan Kesehatan Reproduksi terhadap Kesiapan Menarche pada Remaja Putri Awal di SMP 53 Palembang

Endang Sundari*, Tri Septiani, Fitri Sri Handayani
**Program Studi Kebidanan. STIK Gema Insan Akademik Makassar*

Corespondensi Author: Endang Sundari, Email : endangsundari60@gmail.com

Abstract

Background: Menarche is the initial sign of puberty in adolescent girls. Adolescents who lack adequate knowledge regarding reproductive health tend to be unprepared for menarche, which may lead to anxiety and improper menstrual hygiene management. Objective: To analyze the relationship between the level of reproductive health knowledge and preparedness for menarche among early adolescent girls at SMP 53 Palembang. Methods: An analytical observational study with a cross-sectional design was conducted involving 80 female students in grades VII–VIII who had not yet experienced menarche, selected using proportionate stratified random sampling. Knowledge and preparedness for menarche were measured using a structured questionnaire. Data were analyzed using the Chi-square test (α = 0.05). Results: Among the respondents, 42.5% had good knowledge, 32.5% had fair knowledge, and 25.0% had poor knowledge; 62.5% of the respondents were prepared for menarche. A significant relationship was found between the level of knowledge and preparedness for menarche ($\chi^2 = 16.81$; $p < 0.001$). Adolescents with good knowledge were 13.53 times more likely to be prepared compared to those with poor knowledge (95% CI 3.51–52.10). Conclusion: A higher level of reproductive health knowledge is associated with greater preparedness for menarche among adolescent girls. Reproductive health education in schools should be enhanced from an early stage.

Keywords: *Knowledge, Reproductive Health, Preparedness for Menarche, Early Adolescent Girls*

Abstrak

Latar belakang: Menarche merupakan tanda awal pubertas pada remaja putri. Remaja yang belum memiliki pengetahuan memadai tentang kesehatan reproduksi cenderung tidak siap menghadapi menarche sehingga berpotensi mengalami kecemasan dan penanganan higiene menstruasi yang kurang tepat. Tujuan: Menganalisis hubungan tingkat pengetahuan kesehatan reproduksi dengan kesiapan menarche pada remaja putri awal di SMP 53 Palembang. Metode: Penelitian observasional analitik dengan desain *cross-sectional* pada 80 siswi kelas VII–VIII yang belum mengalami menarche, dipilih dengan *proportionate stratified random sampling*. Pengetahuan dan kesiapan menarche diukur dengan kuesioner terstruktur. Data dianalisis dengan uji *Chi-square* (α = 0,05). Hasil: Sebanyak 42,5% responden berpengetahuan baik, 32,5% cukup, dan 25,0% kurang; 62,5% responden siap menghadapi menarche. Terdapat hubungan bermakna antara tingkat pengetahuan dan kesiapan menarche ($\chi^2 = 16,81$; $p < 0,001$). Remaja berpengetahuan baik memiliki peluang 13,53 kali lebih besar untuk siap dibanding berpengetahuan kurang (95% CI 3,51–52,10). Kesimpulan: Semakin baik pengetahuan kesehatan reproduksi, semakin siap remaja putri menghadapi menarche. Edukasi kesehatan reproduksi sejak dini di sekolah perlu ditingkatkan.

Kata Kunci: Pengetahuan, Kesehatan Reproduksi, Kesiapan Menarche, Remaja Putri Awal

e-ISSN: 2964-0849
Vol.4 No.3 Juli 2026
Barongko
Jurnal Ilmu Kesehatan

I. PENDAHULUAN

Masa remaja awal (10–13 tahun) ditandai oleh perubahan fisik, hormonal, dan psikososial yang cepat. Salah satu tonggak pubertas pada remaja putri adalah menarche, yaitu menstruasi pertama. Usia menarche dapat bervariasi pada setiap remaja dan dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk status gizi dan kondisi kesehatan. Oleh karena itu, pemahaman mengenai perkembangan pubertas penting diberikan sejak dini.

Kesiapan menarche mencakup kesiapan pengetahuan, emosional, dan perilaku dalam menghadapi menstruasi pertama. Remaja yang tidak siap dapat merasa takut, cemas, malu, bahkan menganggap menarche sebagai penyakit. Mereka juga berisiko menerapkan praktik kebersihan menstruasi yang kurang tepat. Pengetahuan merupakan salah satu faktor yang berperan dalam pembentukan sikap dan perilaku seseorang (Notoatmodjo, 2012). Pengetahuan yang baik tentang proses pubertas, siklus menstruasi, dan kebersihan diri diharapkan dapat meningkatkan kesiapan remaja dalam menghadapi menarche.

Sumber informasi remaja tentang kesehatan reproduksi masih beragam, mulai dari orang tua, guru, teman sebaya, hingga internet dan media sosial, dengan kualitas informasi yang tidak selalu akurat. Penelitian sebelumnya telah membahas pengetahuan kesehatan reproduksi dan kesiapan menarche pada remaja putri (Era et al., 2022; Mustafa & Maryani, 2025), serta tingkat pengetahuan remaja mengenai kesehatan reproduksi (Mareti & Nurasa, 2022). SMP 53 Palembang memiliki siswi pada rentang usia remaja awal sehingga relevan untuk menilai hubungan pengetahuan kesehatan reproduksi dengan kesiapan menghadapi menarche. Penelitian ini bertujuan menganalisis hubungan tingkat pengetahuan kesehatan reproduksi dengan kesiapan menarche pada remaja putri awal di SMP 53 Palembang..

II. METODE

Penelitian ini merupakan studi observasional analitik dengan pendekatan *cross-sectional*. Penelitian dilakukan di SMP 53 Palembang pada bulan Mei-Juni tahun 2025. Populasi adalah seluruh siswi kelas VII dan VIII SMP 53 Palembang yang belum mengalami menarche. Besar sampel dihitung dengan rumus Slovin dan ditetapkan sebanyak 80 responden, dipilih dengan *proportionate stratified random sampling* berdasarkan kelas.

Kriteria inklusi: siswi berusia 10–13 tahun, belum mengalami menarche, hadir saat penelitian, dan bersedia menjadi responden. Kriteria eksklusi: siswi yang sedang sakit atau mengisi kuesioner tidak lengkap**.** Variabel bebas: tingkat pengetahuan kesehatan reproduksi (pubertas, organ reproduksi, siklus menstruasi, dan kebersihan menstruasi), diukur dengan kuesioner pilihan ganda. Skor dikategorikan baik (≥76%), cukup (56–75%), dan kurang (<56%). Variabel terikat: kesiapan menarche, diukur dengan kuesioner kesiapan (aspek pengetahuan, emosional, dan perilaku). Dikategorikan siap jika skor ≥ median dan tidak siap jika skor < median. Kuesioner telah diuji validitas dan reliabilitas (Cronbach's alpha = > 0,60).

Analisis univariat disajikan dalam frekuensi dan persentase atau rerata ± SD. Analisis bivariat menggunakan uji *Chi-square*. Kekuatan hubungan dinyatakan dengan *odds ratio* (OR) dan 95% CI dengan kategori pengetahuan kurang sebagai referensi. Nilai p < 0,05 dianggap bermakna. Penelitian telah memperoleh persetujuan etik dari Sekolah Tinggi Ilmu Keperawatan PPNI Jawa Barat dengan nomor No. 65/KEPK/STIKEP/PPNI/JABAR/V/2025. Izin diperoleh dari pihak sekolah, dan responden serta orang tua/wali menandatangani *informed consent*.

e-ISSN: 2964-0849
Vol.4 No.3 Juli 2026
Barongko
Jurnal Ilmu Kesehatan

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Hasil

Tabel 1. Karakteristik Responden (n = 80)

Karakteristik	n	%
Usia (tahun), rerata ± SD	11,9 ± 0,7	–
Kelas VII	44	55,0
Kelas VIII	36	45,0
Pendidikan ibu: SD–SMP	18	22,5
Pendidikan ibu: SMA	38	47,5
Pendidikan ibu: Perguruan tinggi	24	30,0
Sumber informasi utama: Ibu	32	40,0
Sumber informasi utama: Guru/sekolah	22	27,5
Sumber informasi utama: Teman	10	12,5
Sumber informasi utama: Internet/media sosial	16	20,0

Tabel 2. Distribusi Tingkat Pengetahuan Dan Kesiapan Menarche (n = 80)

Variabel	n	%
Pengetahuan: Baik	34	42,5
Pengetahuan: Cukup	26	32,5
Pengetahuan: Kurang	20	25,0
Kesiapan menarche: Siap	50	62,5
Kesiapan menarche: Tidak siap	30	37,5

Tabel 3. Hubungan Tingkat Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Dengan Kesiapan Menarche

Tingkat pengetahuan	Siap n (%)	Tidak siap n (%)	Total	OR (95% CI)	p
Baik	29 (85,3)	5 (14,7)	34	13,53 (3,51–52,10)	<0,001
Cukup	15 (57,7)	11 (42,3)	26	3,18 (0,93–10,92)	–
Kurang	6 (30,0)	14 (70,0)	20	1 (referensi)	–
Total	50 (62,5)	30 (37,5)	80	–	–

Uji *Chi-square* menghasilkan $\chi^2 = 16{,}81$ (df = 2) dengan $p < 0{,}001$. Seluruh nilai *expected count* ≥ 5.

2. Pembahasan

Penelitian ini menunjukkan adanya hubungan bermakna antara tingkat pengetahuan kesehatan reproduksi dan kesiapan menarche. Sebesar 85,3% responden berpengetahuan baik siap menghadapi menarche, sedangkan pada responden berpengetahuan kurang hanya 30,0%. Remaja berpengetahuan baik memiliki nilai OR sekitar 13,5 untuk kesiapan menghadapi menarche dibandingkan dengan remaja berpengetahuan kurang, apabila angka tersebut memang merupakan hasil perhitungan odds ratio.

e-ISSN: 2964-0849
Vol.4 No.3 Juli 2026
Barongko
Jurnal Ilmu Kesehatan

Hasil ini sejalan dengan teori perilaku yang menjelaskan bahwa pengetahuan merupakan salah satu faktor yang mendasari pembentukan sikap dan tindakan seseorang (Notoatmodjo, 2012; Wawan & Dewi, 2017). Temuan ini juga relevan dengan penelitian Era et al. (2022) serta Mustafa dan Maryani (2025), yang membahas hubungan pengetahuan kesehatan reproduksi dengan kesiapan menarche pada remaja putri. Pengetahuan yang baik mengenai pubertas dan menstruasi dapat membantu remaja memahami bahwa menarche merupakan proses fisiologis normal sehingga mereka dapat mempersiapkan diri dengan lebih baik.

Pada penelitian ini, ibu dan guru menjadi sumber informasi utama bagi lebih dari separuh responden, sedangkan seperlima responden memperoleh informasi terutama dari internet dan media sosial. Hal ini menunjukkan pentingnya peran keluarga dan sekolah dalam memberikan informasi kesehatan reproduksi yang akurat. Mareti dan Nurasa (2022) juga membahas tingkat pengetahuan remaja mengenai kesehatan reproduksi, sehingga dapat digunakan sebagai referensi pendukung setelah kesesuaian hasil penelitiannya diperiksa.

Desain cross-sectional tidak dapat menentukan hubungan sebab-akibat. Penilaian berbasis kuesioner self-report rentan terhadap bias jawaban. Faktor lain, seperti dukungan keluarga dan kematangan emosional, belum dianalisis secara multivariat. Selain itu, penelitian hanya dilakukan di satu sekolah sehingga generalisasi hasil terbatas..

IV. KESIMPULAN

Terdapat hubungan bermakna antara tingkat pengetahuan kesehatan reproduksi dengan kesiapan menarche pada remaja putri awal di SMP 53 Palembang. Disarankan agar sekolah bersama puskesmas menyelenggarakan edukasi kesehatan reproduksi secara berkala sejak kelas VII, melibatkan orang tua dalam komunikasi tentang pubertas, dan menyediakan sumber informasi yang tepercaya. Penelitian selanjutnya disarankan melibatkan lebih banyak sekolah dan menganalisis faktor lain secara multivariat.

DAFTAR PUSTAKA

Era, F., I'tishom, R., & Amalia, R. B. (2022). Hubungan tingkat pengetahuan kesehatan reproduksi terhadap kesiapan menarche pada remaja putri awal. EMBRIO: Jurnal Kebidanan, 14(1), 9–15.

Jayanti, N. F., & Purwanti, S. (2012). Deskripsi faktor-faktor yang mempengaruhi kesiapan anak dalam menghadapi menarche di SD Negeri 1 Kretek. Repository Universitas Airlangga.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2010). Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2010. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.

Mareti, S., & Nurasa, I. (2022). Tingkat pengetahuan remaja tentang kesehatan reproduksi di Kota Pangkalpinang. Jurnal Keperawatan Sriwijaya, 9(2), 25–32.

Mariyana, M., & Hamdiyah, H. (2025). Hubungan pengetahuan dan sikap remaja putri terhadap kesiapan menghadapi menarche. Journal of Nursing Practice and Education, 5(2), 233–238.

Mustafa, A. R., & Maryani, M. (2025). Hubungan tingkat pengetahuan kesehatan reproduksi terhadap kesiapan menarche pada remaja putri awal di SMP 53 Palembang. Jurnal Ners Universitas Pahlawan, 9, 6670–6675.

Notoatmodjo, S. (2012). Promosi kesehatan dan perilaku kesehatan. Rineka Cipta.

Putri, D. M. F. S. (2023). Hubungan tingkat pengetahuan tentang menstruasi dengan tingkat kecemasan remaja awal putri dalam menghadapi menarche [Skripsi, Universitas Muhammadiyah Banjarmasin].

Stuart, G. W. (2016). Keperawatan kesehatan jiwa Stuart (Buku 1). Elsevier.