



HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN PERILAKU IBU DALAM MENGEDUKASI ANAK TENTANG *MENARCHE* DENGAN KESIAPAN ANAK MENGHADAPI *MENARCHE*

Devi Nilna Muna¹, Wahyu Tri Ningsih², Wahyuningsih Triana Nugraheni³, Yasin Wahyurianto⁴

Program Studi Diploma Tiga Keperawatan Tuban Poltekkes Kemenkes Surabaya

Email : devinilnatok@gmail.com

ABSTRAK

Remaja merupakan masa peralihan dari anak-anak ke dewasa yang membutuhkan pemahaman akan perubahan fisik dan psikologis, termasuk menstruasi. Kurangnya informasi tentang menstruasi, khususnya dari keluarga, dapat membuat remaja putri merasa cemas dan tidak siap menghadapi *menarche*. Peran ibu dalam memberikan edukasi sangat penting agar anak siap secara fisik dan mental. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara pengetahuan dan perilaku ibu dalam mengedukasi anak tentang *menarche* dengan kesiapan anak menghadapi *menarche*. Penelitian ini menggunakan desain korelasi dengan pendekatan cross-sectional. Populasi adalah siswi kelas 7 SMP Negeri 6 Tuban dengan jumlah 117 siswi. Sampel diambil dengan teknik *simple random sampling* sebanyak 91 ibu dan siswi. Variabel penelitian ini adalah pengetahuan ibu, perilaku ibu dan kesiapan anak. Instrumen penelitian berupa kuesioner, dan data dianalisis menggunakan uji *Chi Square*. Hasil penelitian menunjukkan sebagian ibu dari siswi berpendidikan SMA dan memiliki tingkat pengetahuan baik. Sebagian besar ibu memiliki perilaku sedang. Sebagian besar siswi kelas 7 SMP Negeri 6 Tuban siap menghadapi *menarche*. Hasil *Chi Square* didapatkan p value = 0,000, menunjukkan bahwa adanya hubungan antara pengetahuan ibu tentang *menarche* dengan kesiapan anak menghadapi *menarche*. Dan hasil *Chi Square* didapatkan p value = 0,005, menunjukkan bahwa adanya hubungan antara perilaku ibu dalam mengedukasi anak tentang *menarche* dengan kesiapan anak menghadapi *menarche*. Kesiapan anak dalam menghadapi *menarche* sangat dipengaruhi oleh pengetahuan dan perilaku ibu. Ibu yang memiliki pengetahuan dan perilaku edukatif yang baik akan membantu anak lebih siap menghadapi menstruasi pertama dan menjaga kesehatan reproduksinya.

Kata kunci ; *Menarche*, Pengetahuan dan Perilaku, Kesiapan Anak

ABSTRACT

Adolescence represents a shift phase between childhood and maturity, requiring an understanding of physical and psychological changes, including menstruation. A lack of information about menstruation, especially from family, can leave young girls feeling anxious and unprepared for menarche. Mothers' contribution in delivering education is crucial for children's physical and mental readiness. This research seeks to identify the connection between maternal knowledge and practices in educating their children about menarche and their readiness for menarche. This study used a correlational design with a

cross-sectional approach. The population was 117 seventh-grade female students at SMP Negeri 6 Tuban. A sample of 91 mothers and female students was taken applying the simple random sampling method. The research variables were maternal knowledge, maternal behavior, and child readiness. The study tool consisted of a survey form, and data were processed with the Chi-Square test. The results of the study showed that most of the mothers of the students had a senior high school education and possessed good knowledge. The majority of the mothers demonstrated moderate behavior in educating their daughters. Most among seventh-grade learners at SMP Negeri 6 Tuban were ready to face menarche. Results of the Chi-Square test revealed a p-value of 0.000, suggesting a notable association with maternal knowledge about menarche and their daughters' readiness to face it. Another Chi-Square analysis produced a p-value of 0.005, showing a meaningful association between mothers' behavior in educating their daughters about menarche and the daughters' readiness to face it. A child's preparedness for menarche is highly shaped by maternal knowledge and behavior. Mothers with good knowledge and positive educational behavior can significantly help their daughters be more prepared for their first menstruation and better maintain their reproductive health.

Keywords: *Menarche, Knowledge and Behavior, Children's Readiness*

PENDAHULUAN

Remaja adalah fase transisi antara masa kanak-kanak dan dewasa, mencakup keseluruhan proses pertumbuhan menuju kedewasaan mengalami suatu fase di mana mereka memasuki masa pematangan sistem reproduksi yang dikenal sebagai pubertas. Pubertas pada remaja putri ditandai oleh pergeseran hormonal yang memicu menarche dikenal sebagai *menarche* (Mahmudah, 2023). Gadis muda sering kali mengalami kecemasan saat mengalami haid tanpa memiliki pemahaman memadai serta tidak memperoleh penjelasan dari orang tua mereka. Ketidapahaman remaja akan membuat mereka menghadapi kesulitan dalam menjaga kesehatan reproduksi. Oleh karena itu, orang tua bisa menjelaskan informasi penjelasan lebih awal tentang *menarche* bertujuan untuk anak bisa memahami dan bersiap menghadapi menstruasi pertamanya (Arista et al., 2022).

WHO menyatakan bahwa 20% penduduk dunia termasuk dalam kelompok remaja, dengan usia awal yang berkisar antara 9 hingga 13 tahun. Menurut hasil survei Kesehatan nasional tahun 2018, 37,5% perempuan remaja mengalami haid pertama pada usia 13-14 tahun. Survei Kementerian Kesehatan 2018 menunjukkan bahwa sebagian besar, yakni 34,1% remaja perempuan Indonesia mendapat menarche pada usia 11 hingga 12 tahun. Kemudian, 27,2% mengalami pada umur 13-14 tahun, 5,4% memasuki haid di usia 15-16, serta 4,6% pada umur 9-10 tahun. Terdapat pula sejumlah hanya 0,3% responden yang memulai haid pada usia 17-18 tahun 28,4% remaja mengaku belum pernah mengalami haid. Di Jawa Timur, 25,3% remaja putri mendapat menstruasi awal di usia 11-12 tahun, sementara 36,7% mengalami menarche pada usia 13-14 tahun.

Berdasarkan temuan penelitian (Dewi & Napisah, 2023) sebagian besar tingkat pengetahuan ibu mengenai persiapan *menarche* menunjukkan pengetahuan yang baik sebesar 56,9% dan pengetahuan yang buruk sebesar 43,1%.

Menurut penelitian (Dewi & Napisah, 2023) yang dilakukan terhadap dari 137 responden, sebagian besar ibu memperlihatkan sikap positif terhadap persiapan menarche (65%) dan negatif (35%).

Hasil riset (Nurmawati & Erawantini, 2019) mengungkapkan bahwa partisipan menunjukkan kesiapan dalam menyambut responden *menarche*, dengan tingkat pengetahuan yang kurang (54,1%) lebih tinggi dibanding kelompok dengan pemahaman memadai

(45,9%). Sebagian besar responden menunjukkan pemahaman yang rendah terkait *menarche*. Berdasarkan penelitian (Saputro & Ramadhani, 2021) terungkap bahwa anak remaja yang tidak siap menghadapi *menarche* mencapai 92,30%, sementara anak remaja sudah siap menghadapi *menarche* hanyalah 7,69%, hal ini menandakan bahwa kesiapan anak masih sangat rendah.

Beberapa faktor yang memengaruhi persiapan remaja putri menjelang *menarche* termasuk informasi dan dukungan ibu. Informasi tentang *menarche* bagi remaja putri tersedia lewat media cetak dan visual. Di samping itu, pendidikan memengaruhi pengetahuan remaja putri mengenai pengertian *menarche*. Akan tetapi, dukungan dari ibu bisa jadi merupakan elemen penting yang bisa memengaruhi pemahaman remaja putri mengenai *menarche* dan persiapan mereka dalam menghadapi *menarche* (Mayestika & Hasmira, 2021).

Peran keluarga, khususnya seorang ibu, memiliki signifikansi besar dalam menjelaskan mengenai menstruasi kepada putri mereka agar anak tersebut lebih mengerti dan bersiap menghadapi menstruasi. Namun pada praktiknya, tidak seluruh ibu mampu memberikan penjelasan terkait menstruasi ini karena mereka masih beranggapan bahwa putri mereka dapat bersiap menghadapi menstruasi pertaman (Arista et al., 2022)

Kesiapan keluarga sangat penting karena anak pertama kali berkomunikasi dengan anggotanya, yaitu ibunya. ikatan emosional antara anak dengan ibunya tetap berlangsung ketika anak memasuki usia pubertas. Peran ibu sangat krusial pada proses tumbuh kembang anak, khususnya saat memasuki remaja. remaja mulai menyadari aspek seksual dalam tubuh dan pikirannya untuk pertama kalinya melalui ibunya (Saputro & Ramadhani, 2021). Orang tua memiliki peran utama dalam menjelaskan informasi mengenai perkembangan remaja, sehingga diharapkan orang tua, khususnya ibu, bisa memotivasi aspek emosional agar anak merasa aman dan tidak merasa takut menghadapi perkembangan, fokusnya dialami remaja perempuan ketika mendapatkan *menarche* (Mahmudah, 2023). bantuan yang diberikan ibu ketika anak menjalani *enarche* adalah berupa informasi mengenai *menarche*. Ibu sebaiknya memberikan penjelasan lebih awal mengenai *menarche* kepada putri mereka, agar anak tersebut lebih mengetahui dan siap ketika menghadapi *menarche*. Ibu harus menyampaikan informasi mengenai aspek kesehatan reproduksi secara menyeluruh, mencakup *menarche*, perubahan tubuh, kebersihan area kewanitaan, dan penggunaan pembalut.

Ibu juga harus menjelaskan kepada remaja putri tentang aturan yang boleh dan tidak boleh dilakukan ketika mengalami menstruasi berdasarkan ajaran agama (Salsabiila et al., 2023).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain korelasi dengan pendekatan cross-sectional. Populasi adalah siswi kelas 7 SMP Negeri 6 Tuban dengan jumlah 117 siswi. Sampel diambil dengan teknik *simple random sampling* sebanyak 91 ibu dan siswi. Variabel penelitian ini adalah pengetahuan ibu, perilaku ibu dan kesiapan anak. Instrumen penelitian berupa kuesioner, dan data dianalisis menggunakan uji *Chi Square*.

HASIL PENELITIAN

Tabel 1 Karakteristik Ibu Kelas 7 di SMP Negeri 6 Tuban

Usia	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Dewasa Muda	0	0%
Dewasa	91	100%
Lansia	0	0%

TOTAL	91	100%
Pendidikan	Frekuensi (f)	Presentase (%)
SD	20	22%
SMP	11	12%
SMA/SMK	51	56%
PT	9	10%
TOTAL	91	100%

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa seluruh ibu di kelas 7 berusia 24- 64 tahun yang dikategorikan dewasa dan sebagian besar pendidikan ibu kelas 7 berpendidikan SMA (56%).

Tabel 2 Karakteristik Siswi Kelas 7 di SMP Negeri 6 Tuban

Usia	Frekuensi (f)	Presentase (%)
13 tahun	67	74%
14 tahun	22	24%
15 tahun	2	2%
TOTAL	91	100%
Menarche	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Sudah	84	92%
Belum	7	8%
TOTAL	91	100%

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa hamper seluruhnya usia siswi kelas 7 berusia 13 tahun (74%) dan sebagian besar siswi sudah mengalami menarche yaitu (92%).

Tabel 3 Distribusi Pengetahuan Ibu Tentang Menarche di SMP Negeri 6 Tuban

Pengetahuan	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Baik	50	55%
Cukup	31	34%
Kurang	10	11%
Total	91	100%

Berdasarkan tabel 3 diketahui bahwa pengetahuan ibu tentang *menarche* di SMP Negeri 6 Tuban sebagian besar memiliki pengetahuan baik sebanyak 50 orang (55%).

Tabel 4 Distribusi Perilaku Ibu Dalam Mengedukasi Anak Tentang *Menarche* Di SMP Negeri Tuban

Perilaku	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Baik	34	37%
Sedang	40	44%
Buruk	17	19%
Total	91	100%

Berdasarkan tabel 4 diketahui bahwa perilaku ibu dalam mengedukasi anak tentang *menarche* di SMP Negeri 6 Tuban hamper setengahnya memiliki perilaku sedang sebanyak 40 orang (44%).

Tabel 5 Distribusi Kesiapan Anak Menghadapi *Menarche* kelas VII Di SMP Negeri 6 Tuban

Kesiapan	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Siap	50	55%
Tidak siap	41	45%
Total	91	100%

Berdasarkan tabel 5 diketahui bahwa kesiapan anak menghadapi *menarche* kelas 7 di SMP Negeri 6 Tuban sebagian besar siap sebanyak 50 orang.

Tabel 6 Tabulasi Silang Hubungan Antara Pengetahuan Ibu Tentang *Menarche* dengan Kesiapan Anak Menghadapi *Menarche* Negeri 6 Tuban

Pengetahuan Ibu	Kesiapan Anak				Total		P value
	Siap		Tidak siap		F	%	
	F	%	F	%			
Baik	37	74%	13	26%	50	100%	0,000
Cukup	8	25,8%	23	74,2%	31	100%	
Kurang	5	50%	5	50%	10	100%	
Total	50	54,9%	41	45,1%	91	100%	

Uji chi square di dapatkan p value = 0,000 maka p value < 0,05

Berdasarkan tabel 4.6 diketahui bahwa sebagian besar (74%) ibu yang berpengetahuan baik tentang *menarche* memiliki anak yang siap menghadapi *menarche*. Dari hasil uji statistik *Chi Square* hubungan pengetahuan ibu dan kesiapan anak didapatkan p value = 0,000, yang jika dibandingkan dengan nilai $\alpha = 0,05$, maka p value < 0,05 lebih kecil dari $\alpha = 0,05$. Dapat menunjukkan bahwa adanya hubungan antara pengetahuan ibu tentang *menarche* dengan kesiapan anak menghadapi *menarche*.

Tabel 7 Tabulasi Silang Hubungan Antara Perilaku Ibu dalam Mengedukasi Anak Tentang *Menarche* dengan Kesiapan Anak Menghadapi *Menarche* Negeri 6 Tuban

Perilaku Ibu	Kesiapan Anak				Total		P value
	Siap		Tidak siap		F	%	
	F	%	F	%			
Baik	26	76,5%	8	23,5%	34	100%	0,005
Sedang	18	45%	22	55%	40	100%	
Buruk	6	35,3%	11	64,7%	17	100%	
Total	50	54,9%	41	45,1%	91	100%	

Uji chi square di dapatkan p value = 0,005 maka p value < 0,05

Berdasarkan tabel 4.7 diketahui bahwa hampir seluruhnya (76,5%) ibu yang berperilaku baik mengedukasi anak tentang *menarche* memiliki anak yang siap menghadapi *menarche*. Dan hasil uji statistik *Chi Square* hubungan perilaku ibu dan kesiapan anak didapatkan p value = 0,005, yang jika dibandingkan dengan nilai $\alpha = 0,05$, maka p value < 0,05 lebih kecil dari $\alpha = 0,05$ menunjukkan bahwa adanya hubungan antara perilaku ibu dalam mengedukasi anak tentang *menarche* dengan kesiapan anak menghadapi *menarche*.

PEMBAHASAN

Pengetahuan Ibu Tentang *Menarche* di SMP Negeri 6 Tuban

Berdasarkan penelitian ini, pemahaman ibu mengenai *menarche* dapat diklasifikasikan menjadi tiga kategori, yakni baik, cukup, dan kurang. Dari hasil penelitian, distribusi frekuensi kategori pengetahuan ibu tentang *menarche* yang ditampilkan dalam tabel 4.3 menunjukkan bahwa sebagian besar ibu memiliki pengetahuan yang baik, meskipun ada juga sejumlah kecil ibu yang kurang memahami *menarche*.

Pengetahuan diperoleh dari proses "tahu," yang terjadi setelah individu mengamati objek tertentu. Pengamatan ini berlangsung melalui panca indra manusia, yaitu penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa, dan sentuhan. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui indera penglihatan dan pendengaran. Menurut Natoadjmojo (2010), Pemahaman seseorang dibentuk oleh kombinasi beberapa elemen, yang secara umum dikelompokkan menjadi dua jenis utama: aspek personal, seperti pendidikan, pekerjaan, dan usia seseorang; dan aspek eksternal, yang meliputi lingkungan fisik serta pengaruh budaya dan sosial (Aryani, 2021).

Biasanya, anak putri dapat memberi tahu ibunya saat mereka mengalami menstruasi untuk pertama kalinya. Kehangatan hubungan antara ibu dan anak memungkinkan anak dengan mudah berbagi mengenai perubahan yang mereka alami. Selain itu, sebagai sumber komunikasi pertama dalam keluarga, ibu diharapkan mampu memberikan edukasi seksual yang tepat untuk anak perempuannya (Meinarisa et al., 2021).

Ibu memainkan peran krusial dalam memberikan informasi dan pendidikan tentang perkembangan serta perubahan yang terjadi saat masa pubertas. Informasi yang disampaikan oleh ibu umumnya berdasarkan pengalaman pribadi yang sudah dilaluinya, dan banyak di antaranya adalah informasi yang akurat. Tingkat pendidikan ibu juga berpengaruh pada dukungan informasi yang diterima anak, di mana ibu dengan tingkat pendidikan lebih tinggi cenderung memberikan pendidikan seksual dengan pendekatan yang lebih tepat sehingga anak tidak merasa takut atau malu untuk bertanya. Berdasarkan data tingkat pendidikan yang dimiliki

ibu dalam tabel 4.3, mayoritas adalah lulusan SMA/SMK, yaitu 51 ibu (56%). Beberapa ibu masih memiliki pengetahuan yang minim terkait gejala yang mungkin dialami saat menstruasi, seperti nyeri haid, pegal di pinggang, dan payudara yang kencang. Kurangnya pemahaman ini dapat menyebabkan anak tidak siap atau bahkan cemas saat menghadapi *menarche*.

Perilaku Ibu Dalam Mengedukasi Anak Tentang *Menarche* di SMP Negeri 6 Tuban

Berdasarkan hasil studi ini, tindakan ibu dalam mengajari anak mengenai *menarche* dapat dikelompokkan ke dalam tiga kategori, yaitu baik, sedang, dan buruk. Dari analisis data yang terdapat pada tabel 4.4, mayoritas ibu menunjukkan perilaku sedang, tetapi ada juga sebagian kecil ibu yang menunjukkan perilaku buruk dalam mengedukasi anak tentang *menarche*.

Menurut (Skinner dalam Notoatmodjo, 2007) Perilaku adalah hasil dari beragam pengalaman yang muncul akibat hubungan antara individu dan lingkungan, yang terlihat dalam wujud pengetahuan, sikap, dan tindakan. Perilaku menunjukkan reaksi mental individu terhadap keadaan di sekitarnya. Teori yang dikemukakan oleh Lawrance Green dan rekan-rekan (dalam Notoatmodjo, 2007) menjelaskan bahwa perilaku manusia dipengaruhi oleh dua komponen utama, yaitu faktor perilaku dan faktor eksternal. Selain itu, perilaku itu sendiri ditentukan oleh tiga aspek, yakni faktor predisposisi yang meliputi pengetahuan, sikap, kepercayaan, nilai-nilai, dan lain-lain; faktor pemungkin yang berhubungan dengan lingkungan fisik; serta faktor penguat yang mencakup peraturan, undang-undang,

pengawasan, dan sebagainya, menurut Notoatmodjo (2007).

Ibu memegang peranan yang sangat penting dalam mempersiapkan anak menghadapi *menarche* dengan memberikan edukasi dan penjelasan terkait *menarche* kepada anak perempuan, sehingga anak dapat lebih memahami dan bersiap dalam menghadapi proses tersebut. Ibu disarankan untuk memberikan informasi yang komprehensif mengenai kesehatan reproduksi, termasuk penjelasan tentang *menarche*. Informasi tersebut mencakup apa yang sebenarnya terjadi dalam tubuh anak perempuan, berbagai perubahan yang harus diterima ketika mengalami menstruasi, masalah kebersihan organ reproduksi, dan cara yang benar dalam menggunakan pembalut. Berdasarkan penelitian, perilaku ibu dalam mendidik anak mengenai *menarche* di SMP Negeri 6 Tuban mayoritas berada pada kategori sedang, di mana masih banyak ibu yang belum memberikan penjelasan yang memadai tentang menstruasi awal kepada anaknya. Banyak ibu yang kurang memberikan pemahaman terkait perubahan yang dialami saat *menarche* dan cara mengatasi masalah yang berkaitan dengan menstruasi.

Kesiapan Anak Menghadapi *Menarche* kelas VII Di SMP Negeri 6 Tuban Pada

Berdasarkan hasil penelitian ini kesiapan anak untuk menghadapi *menarche* dapat dibagi menjadi dua kategori, yakni siap dan tidak siap. Dalam tabel 4.5, terlihat bahwa sebagian besar anak siap menghadapi *menarche*, meskipun ada sejumlah kecil remaja yang merasa belum siap untuk menghadapi momen tersebut.

Istilah "kesiapan menstruasi" menggambarkan seorang perempuan muda yang memasuki masa pubertas dan siap menghadapi perubahan fisik yang akan dialaminya setiap bulan selama periode menstruasi pertamanya (Mauliddiyah, 2021). Banyak faktor, termasuk usia, yang memengaruhi kesiapan remaja menghadapi menstruasi pertama mereka (Mahmudah, 2023), serta sumber informasi. Sumber informasi ini dapat berasal dari keluarga, khususnya ibu. Ibu biasanya memberikan pelajaran tentang menstruasi awal berdasarkan pengalaman pribadinya kepada anak agar anak tersebut dapat memahami dan siap menghadapi *menarche*.

Kurangnya pengetahuan mengenai menstruasi seringkali membuat remaja berpikir bahwa datangnya *menarche* adalah tanda dari suatu penyakit, yang kemudian menyebabkan kecemasan. Beberapa remaja bahkan merasa sangat kotor saat mengalami menstruasi pertama hingga merasa malu, yang membuat mereka tidak siap menghadapi *menarche* (Yuningsih et al., 2023).

Ketidak siapan untuk menghadapi *menarche* bisa disebabkan oleh kekurangan informasi dan pengetahuan. Kondisi ini bisa berimplikasi pada kurangnya kesadaran mengenai kebersihan alat kelamin, yang meningkatkan risiko infeksi saluran kemih. Sebaliknya, anak yang sudah siap untuk mengalami *menarche* dipengaruhi oleh pengetahuan yang cukup, respons yang mendukung, serta bantuan dari anggota keluarga.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan, sebagian besar anak di SMP Negeri 6 Tuban siap menghadapi *menarche*, dengan 50 responden (55%) menunjukkan kesiapan. Namun, terdapat beberapa anak yang merasa tidak siap, karena penelitian menunjukkan masih banyak anak yang kurang percaya diri ketika akan mengalami menstruasi awal dan merasa takut menghadapinya karena tidak mengetahui cara penggunaan pembalut. Hal ini menjadi alasan mengapa anak-anak tersebut tidak siap untuk menyambut *menarche*.

Hubungan Pengetahuan dan Perilaku Ibu Dalam Mengedukasi Anak Tentang *Menarche* dengan Kesiapan Anak Menghadapi *Menarche* Negeri 6 Tuban

Hasil dari penelitian menunjukkan bahwa mayoritas ibu yang memiliki pemahaman baik mengenai *menarche* memiliki anak yang telah siap untuk menghadapinya. Hampir seluruh ibu yang berperilaku positif dalam mendidik anak mengenai *menarche* memiliki

anak yang siap menghadapi peristiwa ini. Sementara itu, sebagian besar anak telah siap menghadapi *menarche*, sedangkan hanya sedikit anak yang belum siap. Berdasarkan analisis uji square, sebagian besar ibu dengan pengetahuan baik dan anak yang siap menghadapi *menarche*. Mayoritas ibu menunjukkan perilaku baik dan anak-anak pun siap menghadapi *menarche*.

Pengetahuan diperoleh melalui pengamatan objek dengan menggunakan berbagai indera. Indera pengecap, penciuman, pendengaran, penglihatan, dan peraba merupakan sumber pengetahuan utama bagi manusia. Tindakan seseorang sangat penting dalam menyusun pengetahuan atau kognitif. Persepsi mengenai perilaku atau sikap remaja akan membentuk pengetahuan mereka. Oleh karena itu, penting untuk memberikan informasi kesehatan terkait dampak penyalahgunaan narkoba agar dapat mempengaruhi pengetahuan dan sikap remaja. (Natoadjmojo, 2012 sebagaimana dikutip dari Borrego, 2021).

Perilaku merupakan hasil dari berbagai pengalaman dan interaksi manusia dengan lingkungan, yang tercermin dalam bentuk pengetahuan, sikap, dan tindakan. Perilaku adalah respon individu terhadap rangsangan baik dari luar maupun dari dalam dirinya (Notoatmojo, 2010); (Imelda J, 2021).

Sejalan dengan studi yang dilakukan oleh Fajri dan M. Khairani (2012), diketahui bahwa komunikasi antara ibu dan anak memiliki kontribusi 30% terhadap kesiapan siswa untuk mencapai menstruasi yang telah selesai (*menarche*).

Remaja perempuan memerlukan dukungan, termasuk komunikasi yang baik untuk meningkatkan kesiapan mereka. Rendahnya tingkat pengetahuan dapat menghambat kesiapan remaja perempuan dalam menghadapi *menarche*. Oleh karena itu, peran ibu sangat krusial dalam memberikan informasi dan dukungan kepada remaja perempuan untuk mengatasi situasi ketika mereka mengalami menstruasi. Saat menghadapi menstruasi, remaja sering kali khawatir akan berbagai hal seperti cara mengatasi nyeri saat haid dan cara mengganti pembalut dengan benar (Arista et al., 2022).

Menurut Moeljono (dalam Cahyani, 2019), ibu dapat berperan aktif dalam memberikan pemahaman mengenai menstruasi karena hal ini merupakan tahap penting bagi seorang remaja. Semakin baik dukungan dari ibu kepada anak, maka semakin baik pula kesiapan anak dalam menghadapi menstruasinya. Dengan demikian, pengetahuan dan perilaku ibu sangat mendukung kesiapan seorang remaja, mengingat hubungan erat ibu dengan anak perempuan.

Penelitian ini menunjukkan bahwa pemahaman dan tindakan ibu dalam memberikan edukasi kepada anak mengenai *menarche*, serta kesiapan anak dalam menyambut *menarche* di SMP Negeri 6 Tuban, harus menjadi perhatian dengan melakukan berbagai langkah untuk meningkatkan kesiapan remaja putri menghadapi *menarche*. Hal ini terbukti dengan banyaknya siswi yang sudah menunjukkan kesiapan karena kebanyakan ibu telah memberi penjelasan dan informasi mengenai menstruasi awal kepada anak-anak mereka. Dukungan yang baik dari ibu akan semakin memotivasi anak menghadapi *menarche*. Perhatian ibu menjadi salah satu elemen psikologis yang memengaruhi anak, tetapi jika informasi tersebut kurang, anak bisa menjadi bingung dalam menghadapi *menarche*. Ibu sebaiknya menjelaskan informasi mengenai perubahan yang akan dialami anak saat memasuki masa remaja, agar anak lebih waspada dan dapat siap memasuki fase tersebut.

Diketahui dasarnya, kesehatan reproduksi adalah topik yang dianggap tabu untuk didiskusikan antara ibu dan anak. Untuk meningkatkan informasi dan kesiapan anak menghadapi *menarche*, dapat dilakukan melalui penyampaian informasi dan edukasi secara partisipatif, seperti Pendidikan Kesehatan Reproduksi di SMP Negeri 6 Tuban.

KESIMPULAN DAN SARAN

Sebagian besar ibu dari siswi kelas 7 di SMP Negeri 6 Tuban memiliki pengetahuan baik tentang *menarche*. Sebagian besar ibu dari siswi kelas 7 di SMP Negeri 6 Tuban memiliki perilaku sedang dalam mengedukasi anak tentang *menarche*. Sebagian besar siswi kelas 7 di SMP Negeri 6 Tuban siap menghadapi *menarche*. Adanya hubungan antara pengetahuan dan perilaku ibu dalam mengedukasi anak tentang *menarche* dengan kesiapan anak menghadapi *menarche*.

Saran Pihak sekolah melakukan sosialisasi kepada siswi di SMP Negeri 6 Tuban tentang cara menghadapi *menarche* dan pendidikan kesehatan reproduksi. Kepada orang tua, khususnya ibu, agar mereka dapat memperluas pengetahuan mengenai *menarche* sehingga para remaja siap menghadapi peristiwa tersebut. Kepada gadis remaja yang sudah berada dalam masa pubertas, sangat penting bagi mereka untuk bersiap-siap menghadapi berbagai perubahan ini, terutama saat menstruasi mulai datang (*menarche*), dengan mencari tahu lebih banyak tentangnya atau berbicara dengan orang tua mereka. Tujuannya adalah untuk memastikan mereka lebih siap dan percaya diri dalam menjalani fase kehidupan ini. Siswi mencari informasi penguatan kesiapan selain melalui orang tua dapat melalui guru, teman sebaya dan berbagai media masa yang baik dan benar guna menambah informasi tentang *menarche* serta cara menjaga kesehatan reproduksi wanita.

DAFTAR PUSTAKA

- 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.
- Apriani, D., & Wisanti, E. (2023). *Efek Edukasi Peer Group Terhadap Kesiapan Anak Sekolah Dasar*. 6(2), 133–138.
- Arikunto. (2013). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Arista, D. F., Nurlinawati, & Nasution, R. A. (2022). Hubungan Dukungan Keluarga Terhadap Kesiapan Remaja Putri Menghadapi Haid Pertama (Menarche): Studi Literatur. *Pinang Masak Nursing Journal*, 1(1), 39–52. <https://Online-Journal.Unja.Ac.Id/Jpima>
- Aryani, R. D. (2021). Hubungan Usia, Tingkat Pengetahuan Dan Dukungan Keluarga Terhadap Kesiapan Menghadapi Menarche Pada Siswi Kelas Iv Dan V Di Sdn Sananwetan 2 Kota Blitar. In *Universitas Brawijaya, Sarjana Thesis*.
- Buanasita, Annas. (2022). *Buku Ajar Gizi Olahraga, Aktivitas Fisik Dan Kebugaran*.
- Imelda J., & Luluk Endang. (2021). Perilaku Masyarakat Dalam Pencegahan Penyebaran Virus Covid-19 Di Kelurahan Karang Mulia Distrik Samofa Kabupaten Biak Numfor. *Gema Kampus Iisip Yapis Biak Edisi Vol. 16*.
- Jela, E. M. (2019). *Hubungan Peran Keluarga Terhadap Kesiapan Anak Menghadapi Menstruasi Awal Di Sdn Lowokwaru 5 Kota Malang*. 4(2), 1–86.
- Maharani, P., & Daryanti, M. S. (2024). *Hubungan Dukungan Orang Tua Dengan Kesiapan Remaja Putri Dalam Menghadapi Menarche Di Sdn Demakijo 1 Sleman Yogyakarta Relationship Between Parental Support And The Readiness Of Adolescent Girls In Facing Menarche At Sdn Demakijo 1 Sleman Yogyakarta*. 2(September), 675–681.
- Mahmudah, L. (2023). Hubungan Dukungan Sosial Dengan Kesiapan Remaja Menghadapi Menarche: A Systematic Review. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 4(2), 1988–1995. <https://Journal.Universitaspahlawan.Ac.Id/Index.Php/Jkt/Article/View/15373>
- Mayestika, P., & Hasmira, M. H. (2021). Artikel Penelitian. *Jurnal Perspektif*, 4(4), 519. <https://Doi.Org/10.24036/Perspektif.V4i4.466>

- 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>
- Mulyati Ningsih, D., Taufiq Pirmansyah, M., Karim, A., & Tinggi Ilmu Kesehatan Faathir Husada Tangerang, S. (2022). *Tingkat Pengetahuan Dan Tingkat Kecemasan Menghadapi Menarche Pada Siswi Sd Negeri Di Pasilian The Knowledge And The Anxiety Levels Of Female Elementary Students Towards Menarche In Pasilian*. 8(1), 176–184.
- 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.
- N.Mauliddiyah. (2021). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kesiapan Remaja Menghadapi Menarche.
- Notoatmodjo. (2007). Ilmu Kesehatan Masyarakat. Rineka Cipta Jakarta.
- Notoatmodjo. (2012). Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta : PT Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, 2017. Pendidikan Kesehatan Dalam Keperawatan. Jakarta : Egc. 2017.
- Nurmawati & F, Erwantini. (2019). Hubungan Pengetahuan Tentang Menstruasi Dengan Kesiapan Siswi Sd Dalam Menghadapi *Menarche*. *Jurnal Kesehatan* 12 (12) 2019, 136-142.
- Purwaningsih, H., Handayani, N., Saparwati, M., & Mintarsih, S. (2021). Parent Support In Female Teenagers Readiness In Facing Menarche. *University Research Colloquium 2021*, 4(1), 866–871. <http://repository.urecol.org/index.php/proceeding/article/view/1652/1617>
- Saputro, H., & Ramadhani, C. M. (2021). Peran Orang Tua Dengan Sikap Remaja Putri Menghadapi Menarche. *Journal For Quality In Women's Health*, 4(1), 21–34. <https://doi.org/10.30994/jqwh.V4i1.77>
- Sari, R. F. (2021). Hubungan Pengetahuan Tentang Menstruasi Dengan Kesiapan Menghadapi Menarche Pada Siswi Di Sdn 38 Kota Bengkulu. *Skripsi*, 1, 1–61. [http://repository.poltekkesbengkulu.ac.id/943/1/Skripsi Reza Fix 2022.Pdf](http://repository.poltekkesbengkulu.ac.id/943/1/Skripsi%20Reza%20Fix%202022.pdf)
- Sri Dewi, Ermianti & Pipih N. (2023). Hubungan Pengetahuan Dengan Sikap Ibu Tentang Persiapan Menghadapi Menarche Pada Remaja Perempuan Di Sdn 043 Cimuncang Kota Bandung.
- Syahdatunnisa, R., & M. Nizar Syarif Hamidi, A.Kep, M. K. E. (2022). Hubungan Dukungan Ibu Dengan Tingkat Kecemasan Pada Anak Dalam Menghadapi Menarche Di Sdn Terpadu 002 Kuok. *Jurnal Kesehatan Terpadu*, 1(4), 1–10.
- World Health Organization, 2017. Kesehatan Reproduksi Remaja Dan Wanita. Salemba Medika. Bandung. 2017.
- Yuningsih, R., Mujiyanti, S., & Ijah. (2023). Hubungan Pengetahuan Tentang Menstruasi Dengan Kesiapan Menghadapi Menarche Pada Siswi Kelas Iv Sekolah Dasar. *Kesehatan*, 12(2), 132–140. <https://doi.org/10.37048/Kesehatan.V12i2.280>
- Zannah, M., Hidayati, R. N., & Triwibowo, H. (2023). Hubungan Dukungan Ibu Dengan Kesiapan Menghadapi Menarche Pada Remaja Putri Di Sdn Dukuhngarjo. *Stikes Bina Sehat Ppni*, 7–44. <https://repository.stikes-ppni.ac.id/handle/123456789/1966>