



Hubungan Pengetahuan Dan Persepsi *Body Image* Dengan Kesiapan Siswi Menghadapi *Menarche* Dini

Syabila Nurul Azizah ¹, Devita Elsanti ¹, Sumarmi ²

¹ Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Purwokerto

² STIKES Tanawali Takalar, Sulawesi-Selatan, Indonesia

INFORMASI

Korespondensi:

syabilanurula@gmail.com

Keywords:

Body Image, Menarche,
Knowledge, Perception,
Readiness

ABSTRACT

Objective: To determine the relationship between the level of knowledge and perception of body image with readiness to face early menarche in Ledug State Elementary School students.

Methods: This type of quantitative research with a descriptive analytical design, using a cross-sectional approach, cluster random sampling technique, a population of 128 female students and a sample of 56 female students. The instruments are a questionnaire on the level of knowledge about menstruation, a questionnaire on body image perception, and a questionnaire on readiness to face menarche. Univariate and bivariate data analysis using the chi square test.

Results: The level of knowledge has a significant relationship with readiness to face early menarche with a *p* value of 0.035 (<0.05). Perceived body image has a significant relationship with readiness to face early menarche with a *p* value of 0.008 (<0.05).

Conclusion: The level of knowledge has a significant relationship with readiness to face early menarche with a *p* value of 0.035 (<0.05). Perceived body image has a significant relationship with readiness to face early menarche with a *p* value of 0.008 (<0.05).

PENDAHULUAN

Anak usia sekolah berada pada rentang usia 6 hingga 12 tahun dan dikenal sebagai fase perkembangan intelektual yang ditandai dengan berbagai perubahan, baik secara fisik, pola pikir, maupun hormonal. Perubahan hormonal tersebut terutama berhubungan dengan aktivasi fungsi organ reproduksi, termasuk perkembangan sel-sel kelamin. Masa ini merupakan fase transisi penting menuju remaja, di mana kesiapan fisik dan psikologis mulai terbentuk sebagai respons terhadap perubahan-perubahan tersebut (Midayanti Ramulya *et al.*, 2022). Salah satu perubahan fisiologis yang signifikan pada anak perempuan adalah terjadinya menstruasi pertama, yang dikenal dengan istilah *menarche*, yang merupakan hasil akhir dari proses perkembangan karakteristik seksual primer dan sekunder, serta menjadi indikator bahwa sistem reproduksi perempuan telah mencapai tingkat kematangan fungsional (Nurmawati & Erawantini, 2021).

Usia terjadinya *menarche* bervariasi, yaitu antara 10 hingga 16 tahun. Namun, seiring dengan meningkatnya standar hidup, terjadi kecenderungan penurunan usia *menarche*, sehingga lebih banyak anak perempuan yang mengalami menstruasi di usia yang lebih muda (*menarche* dini). Di Indonesia, berdasarkan data populasi anak usia 6–18 tahun, tercatat bahwa 38,7% atau sekitar 23.460 dari 60.609 anak perempuan mengalami *menarche* pada usia 9 hingga 12 tahun (Kemenkes RI, 2023). Sementara di Jawa Tengah melalui Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, anak di usia 9-12 tahun yang mendapatkan menstruasi pertama sebanyak 41,1% diantaranya usia 9-10 tahun sebanyak 3,8% dan usia 11-12 tahun sebanyak 37,3% (SKI, 2023). Menurut data dari Dinas Pengendalian Penduduk, Keluarga Berencana, Pemberdayaan Perempuan, dan Perlindungan Anak (DPPKBP3A) di Kabupaten Banyumas angka kejadian *menarche* tertinggi berada di Kecamatan Kembaran. Tercatat sebanyak 1.751 anak perempuan berusia 9-12 tahun mengalami *menarche* dari total 3.287 anak dalam rentang usia tersebut. Angka ini menunjukkan bahwa lebih dari setengah populasi anak perempuan di Kecamatan Kembaran telah mengalami *menarche*. Berdasarkan data yang ditemukan di Desa Ledug tahun 2024, tercatat sebanyak 938 kasus kejadian *menarche* dini pada anak perempuan yang berusia 9-12 tahun (DPPKBP3A, 2024).

Ketidakpuasan *body image* pada anak perempuan umumnya dipicu oleh berbagai perubahan fisik yang terjadi selama masa pubertas, seperti pembesaran payudara, pertumbuhan rambut di area ketiak dan

pubis, pelebaran pinggul, munculnya jerawat, serta peningkatan tinggi dan berat badan, termasuk terjadinya *menarche*. Ketika anak perempuan tidak dapat memahami bahwa perubahan tersebut merupakan bagian dari proses perkembangan yang alami, maka akan muncul pemikiran yang negatif yang dapat menimbulkan permasalahan ketidakpuasan perubahan *body image* sehingga akan mempengaruhi anak untuk mempersiapkan diri menghadapi *menarche* (Vidiana & Sudarmiati, 2021).

Kesiapan dalam menghadapi *menarche* menjadi hal yang penting, karena bagi anak perempuan yang belum memahami proses menstruasi, sehingga *menarche* dapat menimbulkan berbagai reaksi negatif. Reaksi ini sering kali dipicu oleh kurangnya pemahaman mengenai perubahan fisiologis yang dialami tubuh, serta karena kondisi fisik dan psikologis anak yang belum sepenuhnya matang. Ketidaksiapan dalam menghadapi *menarche* ini dapat disebabkan karena kurangnya pengetahuan anak tentang menstruasi (Novita *et al.*, 2020).

Kurangnya pengetahuan tentang *menarche* dapat menyebabkan anak usia sekolah dasar tidak memiliki kesiapan psikologis dalam menghadapinya. Ketidaksiapan ini dapat memicu gangguan psikologis yang berpotensi memengaruhi sikap dan perkembangan emosional anak hingga masa dewasa. Oleh karena itu, dibutuhkan berbagai bentuk persiapan, terutama kesiapan psikis. Kesiapan psikis hanya dapat terbentuk apabila anak memperoleh informasi yang akurat dan memadai mengenai cara menghadapi *menarche* serta pemahaman terhadap perubahan *body image* yang menyertainya. Mengingat banyaknya dampak negatif akibat rendahnya pengetahuan tentang *menarche*, sangat penting bagi orang tua dan guru untuk berperan aktif dalam memberikan edukasi kepada anak perempuan yang sedang mendekati usia pubertas. Dengan demikian, anak akan lebih mampu menyesuaikan diri terhadap perubahan-perubahan fisik dan emosional yang terjadi selama proses *menarche* (Nurul & Palila, 2024).

Studi pendahuluan yang dilakukan yaitu wawancara dengan guru kelas diketahui bahwa mayoritas siswi hanya mendapatkan sedikit pengetahuan mengenai *menarche*. Didapatkan 2 siswi dari kelas III yang belum mengalami *menarche* menyatakan bahwa mereka belum siap karena takut akan perubahan bentuk tubuhnya setelah menstruasi karena teman sekelasnya yang sudah menstruasi mengalami perubahan bentuk payudara, pinggul yang melebar, dan bau badan yang tidak sedap. Siswi lain kelas IV menyatakan hanya sedikit mengetahui tentang menstruasi. Hasil wawancara satu

siswi dari kelas V yang belum *menarche*, diperoleh informasi bahwa yang bersangkutan telah mengetahui tentang menstruasi melalui penjelasan dari ibunya.

Berdasarkan latar belakang tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul “hubungan tingkat pengetahuan dan persepsi *body image* dengan kesiapan siswi Sekolah Dasar Negeri Ledug dalam menghadapi *menarche* dini”.

METODE

Penelitian ini menggunakan desain deskriptif analitik dengan rancangan *cross sectional*. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan pengisian kuesioner, yaitu kuesioner tingkat pengetahuan tentang menstruasi, kuesioner persepsi *body image*, dan kuesioner kesiapan menghadapi *menarche*. Kuesioner yang dipakai dalam penelitian ini merupakan kuesioner adopsi yang telah uji validitas dan reliabilitas, ketiga kuesioner dinyatakan valid dan reliabel. Pada kuesioner tingkat pengetahuan menstruasi dengan nilai validitas sebesar 0,514 dan uji reliabilitas sebesar 0,841. Kuesioner persepsi *body image* dengan nilai validitas sebesar 0,273 dan uji reliabilitas sebesar 0,612. Kuesioner kesiapan menghadapi *menarche* dengan nilai validitas sebesar 0,432 dan uji reliabilitas sebesar 0,852. Populasi pada penelitian berjumlah 128 siswi kelas III, IV, dan V dengan sampel sebanyak 56 responden. Pengambilan sampel dengan cara *cluster random sampling* untuk mendapatkan sampel dari setiap kelas dan rombongan masing-masing. Kriteria inklusi dalam penelitian ini meliputi siswi yang belum mengalami *menarche*, siswi kelas III, IV, dan V, dan bersedia menjadi responden penelitian. Penelitian dilaksanakan di Sekolah Dasar Negeri Ledug dengan etika penelitian *informed consent*, *confidentiality* (kerahasiaan), dan *justice* (keadilan). Analisa data yang digunakan yaitu analisa univariat untuk mengetahui karakteristik responden berupa usia, Indeks Massa Tubuh (IMT), usia *menarche* ibu, dan pekerjaan orang tua. Analisa bivariat dengan menggunakan uji *chi square* untuk mengetahui hubungan tingkat pengetahuan dengan kesiapan menghadapi *menarche* dini dan hubungan persepsi *body image* dengan kesiapan siswi Sekolah Dasar dalam menghadapi *menarche* dini.

HASIL

Gambaran karakteristik responden berupa Usia, Indeks Massa Tubuh (IMT), Usia *menarche* ibu, dan pekerjaan orang tua.

Berdasarkan Tabel 1 diketahui bahwa karakteristik responden berdasarkan usia responden, frekuensi terbanyak ada pada usia 10 tahun yaitu 20 responden

(35,7%) . Hanya sebagian kecil responden yang berusia di bawah 9 tahun (8 tahun) sebanyak 3 responden (5,4%). Pada karakteristik responden IMT, sebagian besar responden berada pada kategori IMT normal dengan frekuensi sebanyak 48 responden (85,7%). Pada karakteristik responden usia *menarche* ibu, didapatkan sebagian besar usia *menarche* ibu responden lebih dari 13 tahun yaitu usia 14 sampai 15 tahun sebanyak 23 ibu responden (41,1%). Pada karakteristik responden pekerjaan orang tua, sebagian besar orang tua responden bekerja sebagai wiraswasta dengan frekuensi sebanyak 24 orang tua responden (42,9%).

Tabel 1. Distribusi frekuensi responden

Karakteristik	n	%
Usia		
<9 tahun	3	5,4
9 tahun	17	30,4
10 tahun	20	35,7
11 tahun	16	28,6
Indeks Massa Tubuh (IMT)		
<i>Underweight</i>	5	8,9
Normal	48	85,7
<i>Overweight</i>	3	5,4
Usia <i>Menarche</i> Ibu		
12 tahun	12	21,4
13 tahun	21	37,5
>13 tahun	23	41,1
Pekerjaan Orang Tua		
Wiraswasta	24	42,9
PNS	7	12,5
Buruh	17	30,4
Karyawan Swasta	8	14,3
Total	56	100

Gambaran tingkat pengetahuan dan persepsi *body image* responden tentang menstruasi.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Responden

Variabel	n	%
Pengetahuan		
Baik	4	7,1
Cukup	16	28,6
Kurang	36	64,3
Persepsi <i>body image</i>		
Positif	26	46,4
Negatif	30	53,6
Kesiapan Menghadapi <i>Menarche</i> Dini		
Siap	29	51,8
Tidak Siap	27	48,2

Tabel 2 menunjukkan sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan tentang menstruasi yang kurang, dengan jumlah sebanyak 36 responden (64,3%). Hanya sebagian kecil responden yang mempunyai pengetahuan tentang menstruasi yang baik sebanyak 4 responden (7,1%). Variabel persepsi body image responden memiliki persepsi negatif lebih banyak yaitu 30 responden (53,6%) dibanding dengan responden yang memiliki persepsi positif sebanyak 26 responden (46,4%). Distribusi frekuensi responden dalam kesiapan menghadapi menarche pada kategori siap dan tidak siap keduanya memiliki frekuensi yang hampir sama yaitu sebanyak 29 responden (51,8%) berada pada kategori siap, dan 27 responden (48,2%) berada pada kategori tidak siap.

Hubungan Antara Tingkat Pengetahuan Dengan Kesiapan Menghadapi Menarche Dini

Tabel 3. Hubungan Antara Tingkat Pengetahuan Dengan Kesiapan Menghadapi Menarche Dini

Tingkat Pengetahuan	Kesiapan Menghadapi <i>Menarche</i> Dini						p value	OR (CI 95%)
	Siap		Tidak Siap		Total			
	f	%	f	%	f	%		
Baik	3	10,3	1	3,7	4	7,1	0,004	-
Cukup	12	41,4	4	14,8	16	28,6		
Kurang	14	48,3	22	81,5	36	64,3		
Total	29	100	27	100	56	100		

Tabel 4. Hubungan Antara Persepsi Body Image Dengan Kesiapan Menghadapi Menarche Dini.

Persepsi <i>Body Image</i>	Kesiapan Menghadapi <i>Men- arche</i> Dini						p value	OR (CI 95%)
	Siap		Tidak Siap		Total			
	F	%	F	%	f	%		
Positif	21	72,4	9	33,3	30	53,6	0,008	5,250 (1,676- 16,443)
Negatif	8	27,6	18	66,7	26	46,4		
Total	29	100	27	100	56	100		

Berdasarkan Tabel 3 diketahui bahwa terdapat hubungan variabel tingkat pengetahuan dengan kesiapan menghadapi menarche dini. Semakin kurang tingkat pengetahuan responden tentang menstruasi, semakin tidak siap dalam menghadapi menarche dini. Sebanyak 22 responden (81,5%) pada pengetahuan kurang maka tidak siap dalam menghadapi menarche dini, sementara pada responden yang memiliki kesiapan dalam menghadapi menarche dini sebanyak 14 responden (48,3%).

Hasil analisis data menggunakan uji *chi-square* dengan perhitungan statistik di dapatkan *p-value*

0,035 ($<0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan menghadapi menarche dini.

Hubungan persepsi body image dengan kesiapan menghadapi menarche dini responden.

Berdasarkan Tabel 4, dapat dilihat bahwa hubungan variabel persepsi *body image* negatif cenderung tidak siap menghadapi menarche dini dibandingkan dengan responden yang memiliki persepsi *body image* positif. Berdasarkan hasil analisis data dengan menggunakan uji *chi square*, diperoleh nilai *p-value* sebesar 0,008 ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan secara statistik antara persepsi *body image* dengan kesiapan menghadapi menarche dini.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian, mayoritas responden memiliki status Indeks Massa Tubuh (IMT) dalam kategori normal, yaitu sebanyak 48 responden (85,7%). Sementara itu, sebanyak 5 responden (8,9%) berada dalam kategori *underweight*, dan sisanya sebanyak 3 responden (5,4%) termasuk dalam kategori *overweight*. Hasil ini menunjukkan bahwa sebagian besar siswi berada pada status gizi yang normal, yang merupakan indikator penting dalam perkembangan fisik, termasuk kematangan seksual dan kesiapan biologis untuk mengalami menarche. Status gizi

yang tercermin dari IMT, turut memengaruhi waktu terjadinya *menarche*. Anak dengan status gizi normal cenderung mengalami *menarche* dalam rentang usia yang wajar, sedangkan anak dengan berat badan berlebih (*overweight*) cenderung mengalami *menarche* lebih awal, dan sebaliknya, anak dengan status gizi kurang (*underweight*) dapat mengalami keterlambatan *menarche* (Puspita & Syafnil, 2020).

Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar pengetahuan responden tentang menstruasi masih kurang. Dari 15 pertanyaan mengenai pengetahuan menstruasi, didapatkan bahwa pertanyaan “faktor yang mempengaruhi datangnya *menarche*” adalah pertanyaan yang paling sedikit dijawab dengan benar oleh responden, hanya sebanyak 15 responden dari total 56 responden yang menjawab pertanyaan dengan benar, serta pertanyaan “perawatan diri pada saat *menarche*” hanya 15 responden menjawab dengan benar.

Kejadian *menarche* dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain faktor genetik, asupan gizi, gaya hidup, tingkat sosial ekonomi, perilaku seksual, tingkat aktivitas fisik, serta paparan terhadap media massa. Anak perempuan dengan status gizi yang baik umumnya mengalami *menarche* lebih awal dibandingkan mereka yang bergizi kurang. Selain itu, faktor eksternal seperti tingginya paparan media, rendahnya kondisi sosial ekonomi, minimnya aktivitas fisik, serta buruknya kemampuan mengelola stres juga dapat meningkatkan kemungkinan terjadinya *menarche* dini (Amalia *et al.*, 2024).

Hasil penelitian persepsi *body image* responden menghadapi perubahan fisik saat *menarche* di dapatkan persepsi negatif hampir sama dengan persepsi positif. Pada pernyataan mengenai merasa percaya diri ketika sudah *menarche*, sebagian besar responden menyatakan setuju. Hasil ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki persepsi yang positif harus dimiliki dalam menghadapi *menarche* karena dengan memiliki persepsi positif maka seorang anak perempuan akan siap menerima perubahan - perubahan yang akan dialami kedepannya, dimana perubahan yang akan dialami bukan hanya sekali saja tetapi seterusnya. Untuk menimbulkan persepsi positif dalam kesiapan menghadapi *menarche*, itu tidaklah mudah oleh sebab itu dibutuhkan pengalaman atau informasi yang benar dari orang lain. Penelitian ini sejalan dengan penelitian Wasilatul *et al* (2024) diketahui bahwa sebagian besar responden memiliki sikap positif dalam menghadapi *menarche*. Hal ini siswi sudah mulai menunjukkan kesiapan dari aspek sikap, seperti menerima perubahan yang terjadi pada tubuh, tidak merasa takut atau

malu secara berlebihan, serta memiliki pandangan yang positif terhadap proses menstruasi. Sikap anak perempuan terhadap kesiapan menghadapi *menarche* meliputi aspek sikap yang membentuk suatu proses penerimaan akan adanya perubahan, merespons baik bahwa *menarche* merupakan suatu hal yang normal dialami pada wanita yang sudah mencapai kematangan pada organ reproduksinya, menghargai dengan cara berusaha mengimplementasikannya dengan persepsi yang positif dalam menghadapi *menarche*.

Berdasarkan hasil penelitian, diketahui bahwa responden pada kategori tidak siap menghadapi *menarche* dini hampir sama dengan responden pada kategori siap menghadapi *menarche* dini. Kesiapan responden dalam menghadapi *menarche* dipengaruhi oleh berbagai macam hal yaitu usia, sumber informasi yang terdiri dari keluarga, teman, dan lingkungan sekolah. Penelitian ini sejalan dengan Andayani (2022) bahwa sebagian besar responden berada dalam kategori siap. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas siswi telah memiliki kesiapan dalam menghadapi *menarche*, baik dari segi pengetahuan, sikap, maupun kesiapan psikologis. Sementara itu, hanya sebagian kecil responden yang masih tergolong dalam kategori tidak siap. Komunikasi antara ibu anak juga dapat mempengaruhi kesiapan siswi dalam menghadapi *menarche*. Peran ibu sangat penting dalam mengedukasi atau memberikan informasi kepada anaknya tentang menstruasi, sehingga dengan komunikasi yang baik antar ibu anak dapat mempengaruhi kesiapan anak dalam menghadapi menstruasi pertama. Pengetahuan siswi tentang menstruasi juga dapat mempengaruhi kesiapan siswi dalam menghadapi *menarche*.

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan hasil statistik *chi square* dengan *p value* sebesar 0,035 ($<0,05$) yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan menghadapi *menarche* dini di Sekolah Dasar Negeri Ledug. Dapat disimpulkan bahwa semakin kurang tingkat pengetahuan responden tentang menstruasi cenderung semakin tidak siap dalam menghadapi *menarche* dini dibandingkan dengan tingkat pengetahuan yang baik. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sudirman *et al* (2024), responden yang memiliki pengetahuan tentang menstruasi kurang cenderung tidak siap dalam menghadapi *menarche*, pada kategori pengetahuan tentang menstruasi kurang pada kategori tidak siap dalam menghadapi *menarche*. Hasil dari analisa data menunjukkan hasil uji *chi square* diperoleh nilai *p value* 0,000, yang artinya tingkat pengetahuan tentang menstruasi berhubungan dengan kesiapan menghadapi *menarche* di Sekolah Dasar Negeri Sipala 1 Makassar.

Pengetahuan merupakan hasil dari proses memahami yang diperoleh melalui persepsi seseorang terhadap suatu hal. Dalam konteks penelitian, diketahui bahwa pemahaman siswi mengenai *menarche* atau menstruasi pertama masih terbatas. Hal ini mencakup kurangnya pemahaman tentang siklus menstruasi, proses fisiologis yang terjadi, tanda-tanda awal menstruasi, serta cara menjaga kebersihan diri selama menstruasi. Hal tersebut terjadi karena kemampuan berpikir dan menyerap informasi pada anak perempuan masih dalam tahap perkembangan. Kurangnya pengetahuan yang dimiliki individu berdampak pada rendahnya motivasi dalam mempersiapkan diri menghadapi *menarche* (Sudirman *et al.*, 2024).

Berdasarkan hasil analisa data menggunakan *chi square* pada penelitian ini, diperoleh nilai *p value* yaitu sebesar 0,008 (<0,05) yang artinya terdapat hubungan yang signifikan antara persepsi *body image* dengan kesiapan menghadapi *menarche* dini di Sekolah Dasar Negeri Ledug. Dapat disimpulkan bahwa semakin negatif *body image* responden cenderung semakin tidak siap menghadapi *menarche* dini dibandingkan dengan responden yang memiliki persepsi *body image* positif. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Manase *et al* (2022) the first menstruation (*menarche*, sebagian besar responden memiliki persepsi negatif yang siap menghadapi *menarche*, sedangkan sebagian kecil yang tidak siap menghadapi *menarche*. Hasil dari analisis data yang dilakukan diperoleh nilai *p-value* sebesar 0,005 (<0,05).

Body image memiliki peran yang signifikan dalam kesiapan mental anak perempuan dalam menghasapi *menarche*. Anak perempuan yang memiliki *body image* positif yaitu pandangan yang menerima dan menghargai bentuk tubuh sendiri biasanya lebih percaya diri dan lebih siap secara emosional dalam menghadapi perubahan fisik yang terjadi selama masa pubertas, termasuk menstruasi. Mereka mampu memahami bahwa perubahan seperti pembesaran payudara dan datangnya menstruasi merupakan bagian normal dari pertumbuhan. Sebaliknya, *body image* negatif yang ditandai dengan ketidakpuasan, rasa malu, atau ketidaknyamanan terhadap tubuh sendiri dapat menjadi penghambat dalam mempersiapkan diri menghadapi *menarche*. Anak perempuan yang merasa tubuhnya tidak sesuai dengan standar ideal yang dipengaruhi oleh lingkungan sekitar atau media sosial sering kali mengalami rasa cemas, takut, bahkan menolak perubahan yang terjadi pada tubuh mereka, termasuk saat mengalami *menarche*. Anak perempuan yang memiliki persepsi negatif terhadap

tubuh cenderung menghadapi tingkat kecemasan yang lebih tinggi dalam menyikapi perubahan fisik akibat pubertas (Toselli *et al.*, 2023) *body desirability estimation, and perceptions concerning one's own body shape and size. Adolescence is a period of intense and prompt physical transformation, which changes the perception of one's body. This represents a critical period for the development of body image. Therefore, the present cross-sectional study aimed to evaluate body image perception and investigate the relationships between it, weight status, sex, and physical activity in a sample of high school students living in Italy. General demographic information and details about physical activity were collected. Body image perception was measured with a body silhouette and two indexes were calculated: the FID (Feel minus Ideal Discrepancy*

KESIMPULAN

Tingkat pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan menghadapi *menarche* dini terdapat hubungan yang signifikan dengan perhitungan statistik di dapatkan *p-value* 0,035 (<0,05), dapat disimpulkan bahwa semakin kurang tingkat pengetahuan responden tentang menstruasi cenderung semakin tidak siap dalam menghadapi *menarche* dini dibandingkan dengan responden tingkat pengetahuan yang baik.

Persepsi *body image* memiliki hubungan yang signifikan dengan kesiapan menghadapi *menarche* dini pada siswi kelas III, IV, dan V Sekolah Dasar Negeri Ledug, dengan nilai *p value* sebesar 0,008 ($p < 0,05$), dan dapat disimpulkan bahwa semakin negatif *body image* responden maka semakin siap menghadapi *menarche* dini.

DAFTAR PUSTAKA

- Amalia, S. H., Angraini, D. I., Mayasari, D., Rukmi, R., & Perdani, W. (2024). Faktor-faktor yang Memengaruhi Menarche Dini pada Remaja Perempuan. *Journal of Medula*, 14, 2236–2248.
- DPPKBP3A. (2024). *Dinas Pengendalian Penduduk, Keluarga Berencana, Pemberdayaan Perempuan, dan Perlindungan Anak Kabupaten Banyumas*.
- Kemkes RI. (2023). *Kementrian Kesehatan Republik Indonesia*.
- Manase, P., Nurbaya, S., & Sumi, S. S. (2022). Hubungan Pengetahuan Dan Persepsi Remaja Putri Dengan Kesiapan Menghadapi Menarche. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa & Penelitian Keperawatan*, 2, 424–432.
- Midayanti Ramulya, A., Nurafriani, & Kasim, J. (2022). Gambaran Pengalaman Persepsi dan Kesiapan Anak Dalam Menghadapi Menarche Dini. *JIMPK: Jurnal Ilmiah Mahasiswa &*

- Penelitian Keperawatan*, 2(3), 302–308.
- Novita, D., Purwaningsih, H., & Susilo, E. (2020). Kesiapan Menghadapi Menarche Pada Anak Sekolah Dasar Sebelum dan Setelah Diberikan Pendidikan Kesehatan. *Journal of The Shine Cahaya Dunia S1Kep (TSCS1)*, 5(2).
- Nurmawati, & Erawantini. (2021). Tingkat Pengetahuan Menstruasi Dalam Menunjang Kesiapan Siswi Sd Menghadapi Menarche. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Andalas*.
- Nurul, H., & Palila, S. (2024). Kesiapan Menghadapi Menarche pada Remaja Putri Prapubertas Ditinjau dari Kelekatan Aman Anak dan Ibu. *Jurnal Ilmiah Psikologi*. <https://journal.uinsgd.ac.id/index.php/psy/article/view/2021>
- Puspita, D., & Syafnil, L. (2020). Analisis Faktor Yang Mempengaruhi Kesiapan Menarche Pada Siswi Kelas IV, V dan VI di MIT Raudhatul Ulum Depok. *Jurnal Ilmiah Kesehatan - AKADEMI KEBIDANAN KERIS HUSADA*. http://scioteca.caf.com/bitstream/handle/123456789/1091/RED2017-Eng-8ene.pdf?sequence=12&isAllowed=y%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.regsciurbeco.2008.06.005%0Ahttps://www.researchgate.net/publication/305320484_SISTEM_PEMBETUNGAN_TERPUSAT_STRATEGI_MELESTARI
- SKI. (2023). *Kementrian Kesehatan Republik Indonesia: Survei Kesehatan Indonesia*.
- Susanti, Y., & Yuniarti, R. (2021). Hubungan Pengetahuan dengan Sikap Remaja Putri dalam Menghadapi Menarche. *Jurnal Keperawatan Remaja. Jurnal Keperawatan Remaja*.
- Toselli, S., Zaccagni, L., Rinaldo, N., Mauro, M., Grigoletto, A., Maietta Latessa, P., & Marini, S. (2023). Body Image Perception in High School Students: The Relationship with Gender, Weight Status, and Physical Activity. *Children* 2023, Vol. 10, Page 137, 10(1), 137. <https://doi.org/10.3390/CHILDREN10010137>
- Vidiana, S., & Sudarmiati, S. (2021). Gambaran Body Image Remaja Putri Saat Pubertas. *Journal of Health Research*, 16(4), 327–332. <https://doi.org/10.22141/2224-0721.16.4.2020.208486>
- Wasilatul, N., Dewi, A., Sasmito, N. B., & Zatihulwani, E. Z. (2024). The Relationship Between Knowledge Level and Attitude With Readiness To Face Menarche in Adolescents Girls in Sd Plus. *Journal Prima Wiyata Health*, 5(2), 44–55.