



JURNAL ABDI INSANI

Volume 13, Nomor 2, Februari 2026

<http://abdiinsani.unram.ac.id>. e-ISSN : 2828-3155. p-ISSN : 2828-4321



EDUKASI POLA PENGASUHAN DAN MANAJEMEN MENSTRUASI REMAJA PUTRI BAGI ORANG TUA DI SDN 028 SELUMIT PESISIR KOTA TARAKAN

*Education on Parenting Patterns and Menstruation Management of Teenage Girls For
Parents at SDN 028 Selumit Pesisir Kota Tarakan*

**Vinny Alvionita^{*}, Susanti, Rahmi Padlilah, Nur Indah Noviyanti, Agus Purnama Sari,
Rusmiati, Ika Yulianti, Nur Aisyah Laily, Tanti Tri Lestary**

Program Studi Pendidikan Profesi Bidan Universitas Borneo Tarakan

Jalan Amal Lama, Tarakan Tengah, Kalimantan Utara

*Alamat Korespondensi : vinnyalwi1992@gmail.com

(Tanggal Submission: 20 November 2025, Tanggal Accepted : 26 Februari 2026)



Kata Kunci :

*Edukasi,
Manajemen
Menstruasi,
Orang Tua*

Abstrak :

Menstruasi merupakan tanda kematangan organ reproduksi yang dialami setiap perempuan. Pada masa ini remaja dituntut untuk dapat menerima kondisi perubahan tersebut. Sayangnya, masih banyak remaja putri yang belum memahami cara mengelola menstruasi secara benar, ada hubungan yang signifikan antara peran orang tua terhadap manajemen menstruasi remaja putri. Oleh karena itu orang tua sebaiknya memiliki pengetahuan yang mendalam tentang menstruasi agar dapat menyampaikan informasi kesehatan kepada anaknya dengan baik dan benar. Kegiatan pengabdian ini berfokus pada pemberian edukasi kepada orang tua tentang pola pengasuhan remaja dengan fokus pada optimalisasi manajemen menstruasi pada remaja putri. Kegiatan dilaksanakan di SDN 028 Selumit Pesisir, Kota Tarakan, dengan tujuan mendukung penguatan masa pubertas yang cerdas sebagai bagian dari pembangunan manusia menuju Dewasa Sehat Indonesia Emas 2045. Tujuan kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah menilai tingkat pengetahuan dan kesiapan orang tua, khususnya ibu, dalam pola pengasuhan dan manajemen menstruasi, memberikan edukasi kesehatan, serta mengevaluasi peningkatan pengetahuan setelah edukasi diberikan. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan oleh Prodi pendidikan profesi bidan, jurusan kebidanan, Universitas Borneo Tarakan pada hari Sabtu 18 Oktober 2025. Pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat ini terdiri dari tahap persiapan dan pelaksanaan. Intervensi edukasi yang diberikan melalui ceramah interaktif, diskusi, dan media visual terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman peserta. Hal ini terlihat dari hasil pre dan post-test dengan rata-rata nilai 60 meningkat menjadi 86.



Key word :

*Education,
Menstrual
Management,
Parents*

Abstract :

Menstruation is a sign of the maturity of the reproductive organs experienced by every woman. During this period, teenagers are required to be able to accept these changing conditions. Unfortunately, there are still many young women who do not understand how to manage menstruation properly. There is a significant relationship between the role of parents and the personal menstruation of young women. Therefore, parents should have in-depth knowledge about menstruation so they can convey health information to their children properly and correctly. This service activity focuses on providing education to parents about parenting patterns for teenagers with a focus on optimizing menstrual management in teenage girls. The activity was carried out at SDN 028 Selumit Pesisir, Tarakan City, with the aim of supporting the strengthening of intelligent puberty as part of human development towards Healthy Adults in Golden Indonesia 2045. The aim of this community service activity is to assess the level of knowledge and readiness of parents, especially mothers, in parenting patterns and menstrual management, provide health education, and evaluate the increase in knowledge after the education is provided. This community service activity was carried out by the midwife professional education study program, midwifery department, University of Borneo Tarakan on Saturday 18 October 2025. Implementation of this community service consists of preparation and implementation stages. Educational interventions provided through interactive lectures, discussions and visual media have proven effective in increasing participants' understanding. This can be seen from the pre and post-test results with an average score of 60 increasing to 86.

Panduan sitasi / citation guidance (APPA 7th edition) :

Alvionita, A., Susanti, Padilah, R., Noviyanti, N. I., Sari, A. P., Rusmiati, Yulianti, I., Laily, N. A., & Lestary, T. T. (2026). Edukasi Pola Pengasuhan dan Manajemen Menstruasi Remaja Putri Bagi Orang Tua di SDN 028 Selumit Pesisir Kota Tarakan. *Jurnal Abdi Insani*, 13(2), 1250-1258. <https://doi.org/10.29303/abdiinsani.v13i2.3592>

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan fase transisi penting dari masa kanak-kanak menuju dewasa yang ditandai dengan perubahan fisik, psikologis, dan sosial. Salah satu tanda utama pubertas pada remaja putri adalah datangnya menstruasi pertama (menarche). Menstruasi merupakan tanda kematangan organ reproduksi yang dialami setiap perempuan. Pada masa ini remaja dituntut untuk dapat menerima kondisi perubahan tersebut. Sayangnya, masih banyak remaja putri yang belum memahami cara mengelola menstruasi secara benar, baik karena kurangnya informasi maupun karena tabu budaya yang membuat pembicaraan tentang menstruasi dianggap hal yang memalukan. Kurangnya edukasi mengenai manajemen menstruasi menyebabkan remaja mengalami kecemasan, ketidaksiapan dan masalah menstruasi lainnya (Fithriani *et al.*, 2024). Salah satu cara mengurangi kecemasan pada anak adalah dengan melibatkan orang tua agar mereka aktif memberikan penjelasan sejak awal mengenai perubahan yang akan dialami seorang perempuan ketika memasuki usia produktif (Villasari, 2021). Selanjutnya untuk mengatasi ketidaksiapan tersebut juga membutuhkan peran dan dukungan orang tua (Pratiwi *et al.*, 2024).

Orang tua yang mampu membangun hubungan pengasuhan yang sehat sejak masa kanak-kanak berkontribusi pada perkembangan kemandirian anak. Kemandirian ini menjadi dasar penting



dalam proses pembentukan identitas pada masa remaja. Sebaliknya, pola hubungan yang tidak sehat antara orang tua dan anak dapat menghambat proses tersebut, sehingga remaja berisiko mengalami kesulitan dalam menemukan identitas diri atau bahkan mengalami kebingungan identitas (Sari, 2023).

Berdasarkan penelitian didapati bahwa ada hubungan yang signifikan antara peran orang tua terhadap manajemen menstruasi remaja putri. Oleh karena itu orang tua sebaiknya memiliki pengetahuan yang mendalam tentang menstruasi agar dapat menyampaikan informasi kesehatan kepada anaknya dengan baik dan benar (Khasanah, 2021). Demikian pentingnya peran orang tua dalam pemenuhan kebutuhan informasi terkait kesehatan reproduksi (Hariyadi, 2024). Menurut Hawari (2007), ibu memegang peranan sentral dalam mendukung tumbuh kembang anak perempuan, terutama dalam aspek kesehatan reproduksi seperti menstruasi. Ibu juga menjadi sumber informasi utama bagi anak untuk memahami proses menstruasi dan cara mengelolanya dengan baik. Diharapkan Ibu yang memiliki anak perempuan baik yang mendekati usia pubertas maupun telah pubertas dianjurkan untuk dapat mempersiapkan dan mendampingi anak menghadapi menarche atau menstruasi awal. Informasi yang diberikan lebih awal dapat meningkatkan kesiapan anak dari aspek pengetahuan, perilaku, maupun psikologis (Khasanah, 2021). Selain itu menurut Dwi tahun 2020 ibu juga sebaiknya menjadi orang yang dapat memberikan contoh yang baik dan senantiasa memiliki sikap terbuka kepada putrinya untuk menjawab semua pertanyaan anaknya sesuai kemampuannya (Khasanah, 2021).

Kegiatan pengabdian ini berfokus pada pemberian edukasi kepada orang tua tentang pola pengasuhan remaja dengan fokus pada optimalisasi manajemen menstruasi pada remaja putri. Kegiatan dilaksanakan di SDN 028 Selumit Pesisir, Kota Tarakan, dengan tujuan mendukung penguatan masa pubertas yang cerdas sebagai bagian dari pembangunan manusia menuju Dewasa Sehat Indonesia Emas 2045.

Sebagai lembaga pendidikan dasar, SDN 028 Selumit Pesisir menjadi tempat strategis dalam membentuk pemahaman awal tentang pubertas dan kebersihan reproduksi pada anak perempuan. Di wilayah ini, sebagian besar orang tua memiliki latar belakang sosial ekonomi menengah ke bawah, dengan keterbatasan informasi kesehatan reproduksi. Oleh karena itu, pemberdayaan orang tua dan masyarakat melalui edukasi tentang manajemen menstruasi menjadi langkah penting untuk meningkatkan kesiapan anak menghadapi masa pubertas dengan sehat dan percaya diri.

Tujuan kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah menilai tingkat pengetahuan dan kesiapan orang tua, khususnya ibu, dalam pola pengasuhan dan manajemen menstruasi, memberikan edukasi kesehatan, serta mengevaluasi peningkatan pengetahuan setelah edukasi diberikan.

METODE KEGIATAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan oleh Prodi pendidikan profesi bidan, jurusan kebidanan, Universitas Borneo Tarakan pada hari Sabtu 18 Oktober 2025, dimulai pada pukul 09.00 – 12.00 WITA, berlokasi di salah satu sekolah yang berada di wilayah Pesisir Kalimantan Utara, yaitu SDN 028 Selumit Pesisir, Kelurahan Selumit Pantai. Kegiatan ini dilaksanakan dalam bentuk sosialisasi dan edukasi dengan metode ceramah, diskusi serta sesi tanya jawab antara peserta dan pemateri. Di akhir sesi dilanjutkan dengan pemberian *doorprize* bagi peserta yang aktif dalam proses pelaksanaan kegiatan. Materi ini berfokus pada penilaian tingkat pengetahuan peserta sebelum dan setelah pemberian edukasi yang berfokus pada materi Pola Pengasuhan dan Manajemen Menstruasi Remaja Putri bagi Orang Tua khususnya ibu kepada remaja putri yang telah memasuki masa pubertas. Adapun pelaksanaan pengabdian kepada Masyarakat ini terdiri dari tahap persiapan dan pelaksanaan yang diuraikan sebagai berikut:

1. Tahap persiapan

- a. Observasi Lokasi Kegiatan: Tim pengabdian masyarakat melakukan kunjungan awal ke lokasi sasaran, yaitu Kelurahan Selumit Pantai, di sekitar SDN 028 Selumit Pesisir, untuk melihat kondisi sekolah, fasilitas yang tersedia, serta memetakan kebutuhan peserta



(orang tua). Observasi ini bertujuan memastikan kesesuaian materi, metode, serta teknis pelaksanaan kegiatan.

- b. Perizinan kepada Pihak sekolah: Tim mengajukan surat permohonan izin kegiatan kepada kepala sekolah SDN 028 Selumit Pesisir. Dilakukan koordinasi terkait waktu pelaksanaan, tempat, jumlah peserta, serta dukungan logistik yang dibutuhkan. Menyepakati jadwal, alur kegiatan, dan penanggung jawab teknis dari pihak sekolah.

2. Tahap Pelaksanaan kegiatan

- a. Pengukuran pengetahuan awal (*pre-test*)
Sebelum pemberian edukasi, peserta diberikan instrumen penilaian berupa kuesioner singkat untuk mengetahui tingkat pengetahuan awal terkait pola pengasuhan dan manajemen menstruasi. Hasil *pre-test* menjadi dasar untuk menyesuaikan fokus materi edukasi.
- b. Pemberian edukasi kesehatan: Edukasi diberikan menggunakan metode ceramah, diskusi interaktif, dan media visual berupa power point. Materi mencakup pemahaman pola pengasuhan remaja, kesiapan orang tua menghadapi pubertas remaja, dan manajemen menstruasi yang tepat dan sehat. Peserta diberi kesempatan bertanya dan berdiskusi untuk memperdalam pemahaman.
- c. Evaluasi pengetahuan setelah edukasi (*post-test*): Peserta kembali mengisi kuesioner *post test* setelah penyampaian materi dengan pertanyaan yang sama seperti *pre-test*. Hasil *post-test* digunakan untuk mengevaluasi peningkatan pengetahuan dan efektivitas kegiatan edukasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini menunjukkan bahwa intervensi edukasi kesehatan mampu meningkatkan pemahaman orang tua, khususnya ibu, terkait pengasuhan remaja dan manajemen menstruasi. Kondisi awal peserta yang memiliki pengetahuan terbatas dapat dipengaruhi oleh minimnya akses informasi yang akurat di masyarakat pesisir.

Sebelum melakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat terlebih dahulu dilakukan observasi lokasi kegiatan dengan melakukan junjungan awal ke lokasi sasaran guna mendapatkan informasi terkait kebutuhan masyarakat terkait edukasi kesehatan. Pada tahap ini tim pelaksanaan kegiatan dilakukan untuk memperoleh gambaran nyata mengenai kondisi lapangan, karakteristik peserta, serta fasilitas yang tersedia. Melalui proses ini, penyelenggara dapat menilai apakah materi yang disiapkan sudah relevan dengan kebutuhan sasaran, apakah metode penyampaian (misalnya ceramah, diskusi, demonstrasi) sesuai dengan tingkat pemahaman peserta. Dalam tahap persiapan, tim pelaksana juga melakukan koordinasi dengan pihak keamanan setempat, yaitu kepolisian yang bertugas di wilayah kerja sekolah dasar tersebut. Koordinasi ini dilakukan untuk memastikan bahwa kegiatan pengabdian masyarakat dapat berjalan dengan aman, tertib, dan sesuai aturan keamanan lingkungan. Pihak kepolisian memberikan arahan terkait prosedur keamanan selama kegiatan, antisipasi keramaian, serta langkah mitigasi apabila terjadi situasi yang tidak diinginkan. Dengan dukungan pihak kepolisian, pelaksanaan kegiatan dapat berlangsung lebih terkontrol, terlindungi, dan memberikan rasa aman bagi peserta, guru, dan masyarakat.



Gambar 1. Observasi Lokasi Kegiatan

Selanjutnya tim pelaksana kegiatan melakukan perizinan kepada pihak sekolah yaitu kepala sekolah dan telah disepakati waktu pelaksanaan, tempat, jumlah peserta yaitu melibatkan orang tua siswi, serta dukungan logistik yang dibutuhkan untuk menunjang kelancaran kegiatan. Peran kepala sekolah dan dukungan dari orang tua sangat diperlukan agar pendidikan kesehatan reproduksi dapat berlangsung secara optimal (Direktorat Sekolah Dasar im, 2020). Dengan demikian, baik observasi lokasi kegiatan maupun perizinan kepada pihak sekolah menjadi langkah krusial untuk meminimalkan hambatan selama pelaksanaan dan memastikan kegiatan berjalan efektif serta mencapai tujuan yang diharapkan.



Gambar 2. Perizinan kepada Pihak Sekolah

Kegiatan pembukaan pengabdian diawali dengan sambutan oleh Wakil Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan sebagai perwakilan dosen atau pelaksana kegiatan dan selanjutnya dibuka oleh kepala sekolah SDN 028 Selumit Pesisir yang diwakili oleh salah satu Guru Kelas SDN 028 Selumit Pesisir. Adapun jumlah peserta yang hadir dalam kegiatan pembukaan adalah 98 termasuk di dalamnya adalah dosen, perwakilan mahasiswa, remaja karang taruna, guru, dan siswi SD kelas 5 dan 6. Adapun yang menjadi peserta dalam kegiatan tersebut adalah 20 peserta yaitu orang tua (ibu dan kakak perempuan) siswi kelas 5 dan 6. Selain itu kegiatan ini juga dihadiri oleh 4 orang guru, remaja karang taruna kelurahan Selumit Pantai dan perwakilan mahasiswa.



Gambar 3. Pembukaan Kegiatan

Tabel 1. Sebaran Responden Peserta Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat

	Jumlah responden (orang)	Persentase (%)	Rata-rata
Jenis Kelamin			
Laki-laki	0	0	
Perempuan	20	100	
Pekerjaan			
IRT	16	80	
Swasta	3	15	
Mahasiswa	1	5	
Pendidikan			
Tamat SD	8	40	
Tamat SMP	3	15	
Tamat SMA/SMK	9	45	

Berdasarkan sebaran responden pada Tabel 1 di atas dapat dilihat seluruh responden berjenis kelamin perempuan, dalam hal ini 19 responden merupakan ibu dari siswi dan 1 responden adalah kakak perempuan siswi. Adapun tingkat pendidikan sebanyak 40% dengan pendidikan terakhir sekolah dasar.

Pada tahap pelaksanaan sebelum diberikan edukasi, dilakukan penilaian atau pengukuran awal peserta dan didapatkan hasil rata-rata nilai pre tes dalam kategori cukup yaitu 60. Berdasarkan penelitian yang dilakukan melalui wawancara dan studi kasus oleh Juniar *et al.* (2024), bahwa keterbatasan akses layanan, adanya stigma sosial, serta minimnya kemampuan membicarakan isu kesehatan reproduksi turut berkontribusi pada rendahnya pengetahuan awal orang tua mengenai kesehatan reproduksi remaja. Hal ini akan berdampak pada kualitas komunikasi orang tua dengan remaja mengenai kesehatan seksual dan kesehatan reproduksi. Beberapa faktor yang membuat rendahnya komunikasi tersebut diantaranya adalah tingkat pendidikan orang tua, serta tingkat pengetahuan orang tua yang turut menentukan sejauh mana mereka mampu menyampaikan informasi yang benar dan terbuka kepada remaja. Oleh karena itu diperlukan integrasi pendidikan kesehatan reproduksi yang tidak hanya difokuskan pada remaja, tetapi juga melibatkan orang tua sebagai bagian penting dalam proses edukasi (Susanti *et al.*, 2025).



Gambar 4. Pelaksanaan Pre Test

Pada kegiatan ini, edukasi yang digunakan, yaitu ceramah interaktif dan diskusi. Metode ini efektif dalam membangun pemahaman peserta karena terbukti meningkatkan pengetahuan peserta setelah pemberian edukasi dan sesi diskusi atau tanya jawab dilanjutkan dengan pengisian *post test* dengan hasil didapati peningkatan pengetahuan responden dengan rata-rata nilai 86 termasuk dalam kategori pengetahuan baik. Selain itu antusiasme yang tinggi pada proses diskusi atau tanya jawab. Hal ini sesuai dengan hasil kegiatan pengabdian yang dilaksanakan oleh Fajriani (2024). Adapun media yang digunakan adalah penggunaan media visual yaitu pemaparan materi dengan power point juga membantu menjelaskan konsep yang bersifat biologis maupun praktis. Antusiasme peserta selama sesi tanya jawab memperlihatkan bahwa media yang digunakan masih sangat relevan dengan kebutuhan mereka sebagai orang tua. Hal ini sesuai dengan hasil pengabdian masyarakat yang dilakukan dengan menggunakan media visual power point yang mampu meningkatkan pengetahuan peserta dengan rata-rata atau nilai mean 45,33 menjadi 83,33 (Fadhila *et al.*, 2025).



Gambar 5. Pelaksanaan Kegiatan dengan Ceramah Interaktif

Berdasarkan hasil kegiatan ini peningkatan skor *pre test* dengan rata-rata nilai 60 menjadi rata-rata nilai 86 pada pelaksanaan *post-test* menandakan bahwa peserta mampu menangkap dan memahami materi dengan baik. Hal ini juga memperkuat bahwa pendekatan edukasi langsung sangat diperlukan untuk masyarakat yang masih memiliki akses terbatas terhadap informasi kesehatan reproduksi. Hal ini sesuai dengan hasil yang didapatkan pada pengabdian masyarakat bahwa setelah penyuluhan mengenai pendidikan kesehatan reproduksi sejak dini diberikan, peserta kegiatan menunjukkan peningkatan pengetahuan (Rochmayanti *et al.*, 2024).



Gambar 6. Pelaksanaan Post Test

Selain itu, kegiatan ini berpotensi memberikan dampak jangka panjang, yaitu terbentuknya pola pengasuhan yang lebih suportif dan pemahaman yang benar mengenai kesehatan reproduksi remaja putri. Dengan demikian, intervensi ini dapat mendukung upaya sekolah dan keluarga dalam menciptakan lingkungan tumbuh kembang remaja yang sehat dan siap menghadapi pubertas.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan pengabdian masyarakat mengenai edukasi pengasuhan remaja dan manajemen menstruasi di SDN 028 Selumit Pesisir berhasil dilaksanakan dengan baik dan memberikan dampak positif yang signifikan. Tahap persiapan yang mencakup observasi lokasi, koordinasi dengan pihak keamanan, serta perizinan dari pihak sekolah menjadi faktor penting dalam mendukung kelancaran pelaksanaan kegiatan. Kondisi awal peserta menunjukkan bahwa pengetahuan orang tua masih terbatas, ditandai dengan rata-rata nilai pre-test sebesar 60.

Intervensi edukasi yang diberikan melalui ceramah interaktif, diskusi, dan media visual terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman peserta. Hal ini terlihat dari hasil post-test dengan rata-rata nilai meningkat menjadi 86. Peningkatan tersebut mencerminkan tingginya penerimaan dan pemahaman peserta terhadap materi yang disampaikan, sekaligus menunjukkan bahwa pendekatan edukatif langsung sangat relevan bagi masyarakat pesisir yang memiliki keterbatasan akses informasi. Kegiatan ini juga berpotensi memberikan dampak jangka panjang berupa pola pengasuhan yang lebih suportif dan komunikasi yang lebih terbuka antara orang tua dan remaja terkait pola pengasuhan dan manajemen menstruasi. Orang tua diharapkan terus meningkatkan pengetahuan mengenai pola pengasuhan dan manajemen menstruasi melalui membaca, mengikuti kegiatan edukasi, atau berkonsultasi dengan tenaga kesehatan. Adapun saran untuk pelaksana kegiatan pengabdian kepada masyarakat selanjutnya yaitu perlu dilakukan pendampingan lanjutan atau *follow-up* untuk memantau perubahan perilaku dan penerapan pengetahuan dalam tingkat keluarga.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami menyampaikan apresiasi yang sebesar-besarnya kepada DIPA LPPM Universitas Borneo Tarakan selaku penyandang dana yang telah mendukung terlaksananya kegiatan pengabdian masyarakat ini. Ucapan terima kasih juga kami sampaikan kepada Kepala Sekolah SDN 028 Selumit Pesisir, beserta jajarannya yang telah memberikan izin dan fasilitas selama pelaksanaan kegiatan. Tidak lupa, kami menghaturkan terima kasih kepada seluruh guru yang berpartisipasi, para orang tua siswi sebagai peserta kegiatan dan pihak Kelurahan Selumit Pantai, remaja karang taruna Kelurahan Selumit Pantai serta aparaturnya setempat, atas kerja sama serta dukungan yang diberikan, sehingga kegiatan ini dapat berjalan dengan baik, lancar, dan tepat sasaran. Semoga sinergi ini terus terjalin untuk meningkatkan kualitas pendidikan dan kesehatan masyarakat di wilayah kita. Terima kasih.

DAFTAR PUSTAKA

- Direktorat Sekolah Dasar Tim. (2020). *Buku Panduan Pelaksanaan Pendidikan Kesehatan Reproduksi di Sekolah Dasar*. Direktorat Sekolah Dasar, Direktorat Jendral PAUD, Pendidikan Dasar dan Pendidikan Menengah, Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan.
- Fadhila, F., Fithriani, Z. W., & Sholihah, I. (2025). Peningkatan Pengetahuan Pola Asuh pada Orang Tua melalui Edukasi Kelompok di Desa Aeng Sareh. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bhinneka*, 3(4), 235–239.
- Fajriani, E. (2024). Penyuluhan Kesehatan Reproduksi pada Remaja di Pondok Pesantren Nurul Haramain. *Jurnal Pengabdian Masyarakat dan Riset Pendidikan*, 2(4), 527–529.
- Fithriani, F., Lubis, Z., Agustian, I., & Marbun, A. H. (2024). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Menstruasi Terhadap Pengetahuan Remaja dalam Menghadapi Menarche pada Siswi UPT SMPN 15 Medan. *Indonesia Trust Health Journal*, 7(2).
- Hariyadi, A. M. (2024). Peran Orang Tua dalam Pemenuhan Kebutuhan Informasi Kesehatan Reproduksi pada Remaja. *SEHATMAS (Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat)*, 3(1), 151–160. <https://doi.org/10.55123/sehatmas.v3i1.2826>
- Juniar, E. N., Dianasari, N. I., Mar, A., & Pathiria, J. (2024). Pelayanan Kesehatan Remaja di Daerah Terpencil : Strategi Holistik untuk Meningkatkan Kesehatan Mental dan Edukasi Seksual. *Bengawan Nursing Journal*, 2(1), 7–14.
- Khasanah, N. (2021). Aktifitas Fisik , Peran Orang Tua , Sumber Informasi terhadap Personal Hygiene saat Menstruasi pada Remaja Putri. *SIMFISIS Jurnal Kebidanan Indonesia*, 01(1), 23–35. <https://doi.org/10.53801/sjki.v1i1.3>
- Pratiwi, J., Cahyati, A. W., & Febrian, V. (2024). Persepsi Remaja Mengenai Peran (Dukungan) Orang Tua dengan Kesiapan Remaja Putri Menghadapi Menarche di Wilayah Kerja Puskesmas Cijedil Kabupaten Cianjur. *Jurnal Cahaya Mandalika*, 5(1), 608–613.
- Rochmayanti, S. N., Badrus, A. R., & Purwitasari, A. A. (2024). Pendidikan Kesehatan Reproduksi Sejak Dini Sebagai Upaya Tua Hebat di Kelurahan Pagesangan Kota Surabaya. *STIKes Mitra Keluarga Jurnal Mitra Masyarakat (JMM)*, 05(02), 96–102.
- Sari, G. (2023). Stresor Pubertas dan Keterlibatan Orang Tua pada Remaja. *Diligentia: Journal of Theology and Christian Education*, 5(1), 31–40.
- Susanti, N. F., Octaliana, H., & Listya, E. P. (2025). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Komunikasi Orang Tua- Remaja dalam Isu Kesehatan Seksual dan Reproduksi : Tinjauan Literatur Sistematis. *Media Kesehatan Politeknik Kese*, XX(1), 180–191.
- Villasari, A. (2021). *Fisiologi Menstruasi* (Tim Strada Press (ed.); 1st ed.). Strada Press.