

Faktor-Faktor Yang Berhubungan dengan Tingkat Kecemasan dalam menghadapi Menarche pada Siswi di SDI Teladan Al-Hidayah 1 Jakarta Selatan

Sheny Salsabila Nadila^{1*}, Nur Fajariyah²

¹⁻²Program Studi Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Nasional

Email Korespondensi: shenysalsabilanadila@gmail.com

Disubmit: 27 Februari 2023

Diterima: 08 Maret 2023

Diterbitkan: 09 Maret 2023

DOI: <https://doi.org/10.33024/mahesa.v3i2.9419>

ABSTRACT

Anxiety is a psychological state of a person who is in a state of excessive anxiety continuously and difficult to control, thus causing bad things to life, anxiety arises at the time of events that cause discomfort, difficulty concentrating and difficulty relaxing. According to data from the World Health Organization (WHO) anxiety penetrates more than 2,000,000,00 people worldwide or 3,6% of the population suffering from anxiety. Anxiety is one of the factors that arise when about to face menarche. Purpose to identify the factors related to anxiety level dealing with menarche among student in Islamic Elementary School Teladan Al-Hidayah 1 South Jakarta. This quantitative study uses a descriptive design with a correlation approach using the correlation research method. Respondents in this study were 36 female students with purposive sampling techniques. The research instrument was a questionnaire. Data were analyzed using the chi-square test to determine the relationship of each factor with anxiety levels. The results of the class level study showed no relationship with a p-value of a 0,328, and showed a relationship in the factors of age, knowledge, attitude and parental support with a p-values of $0,001 < 0,005$ in female students at SDi Teladan Al-Hidayah 1 South Jakarta. The respondent's class level shows that is no relationship to the level of anxiety, but the factors of knowledge attitude and parental support have a relationship to the level of anxiety, because the information and situations that respondents get are not enough, so respondents are expected to seek wider information about menarche through books, the internet, teachers and parents to prepare themselves for menarche.

Keywords : Age, knowledge, Attitude, Family Support

ABSTRAK

Kecemasan merupakan suatu keadaan psikologi seseorang berada dalam keadaan cemas yang berlebihan secara terus menerus dan sulit untuk dikendalikan, sehingga menyebabkan hal buruk terhadap kehidupan, rasa cemas timbul pada saat kejadian yang menimbulkan rasa tidak nyaman, sulit konsentrasi dan sulit rileks. Menurut data World Health Organization (WHO) kecemasan menembus lebih dari 2.000.000.000 orang di seluruh dunia atau 3,6% dari populasi menderita kecemasan. Kecemasan adalah salah satu faktor yang timbul ketika hendak menghadapi menarche. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi menarche. Penelitian kuantitatif ini menggunakan desain deskriptif dengan pendekatan korelasi menggunakan metode correlation research. Responden pada penelitian ini sebanyak 36 siswi dengan teknik dalam pengambilan sampel yaitu purposive

sampling. Instrumen penelitian adalah kuesioner. Data dianalisis menggunakan uji chi-square untuk mengetahui hubungan masing-masing faktor dengan tingkat kecemasan. Hasil penelitian tingkat kelas menunjukkan tidak ada hubungan dengan nilai p-value 0,328, serta menunjukkan hubungan pada faktor usia, pengetahuan, sikap dan dukungan orang tua dengan nilai p-value $0,001 < 0,005$ pada siswi di SDI Teladan Al-Hidayah 1 Jakarta Selatan. Tingkat pendidikan responden menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan pada tingkat kecemasan, namun faktor pengetahuan, usia, sikap dan dukungan orang tua memiliki hubungan pada tingkat kecemasan, karena informasi dan sitausi yang responden dapatkan belum cukup, sehingga responden diharapkan dapat mencari informasi lebih luas mengenai menarche melalui buku, internet, guru dan orang tua untuk mempersiapkan diri menghadapi menarche.

Kata Kunci: Tingkat Kelas, Usia, Pengetahuan, Sikap, Dukungan Orang Tua, Tingkat Kecemasan, Menarche

PENDAHULUAN

Kecemasan merupakan kondisi psikologi seseorang mengalami rasa cemas berlebihan secara konstan dan sulit dikendalikan, sehingga berdampak buruk terhadap kehidupan, rasa cemas timbul pada saat kejadian yang menimbulkan rasa tidak nyaman, sulit konsentrasi dan sulit rileks. Kecemasan adalah ketegangan, rasa tidak aman dan kekhawatiran yang timbul karena dirasakan terjadi sesuatu yang tidak menyenangkan tetapi sumbernya sebagian besar tidak diketahui dan berasal dari dalam (Kemenkes, 2018).

Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan menyatakan bahwa kondisi kecemasan pada akhir tahun 2021 di Indonesia meningkat 6,8% dari tahun sebelumnya, berdasarkan data Kemenkes sepanjang tahun 2020 masyarakat Indonesia sebanyak 18.373 jiwa mengalami gangguan kecemasan lebih dari 23.000 mengalami depresi dan sebanyak 1.193 jiwa melakukan percobaan bunuh diri (Delianna, 2021)

Kecemasan juga di alami oleh masyarakat DKI Jakarta, menurut data terbaru yang di lansir oleh dr.Maxi Rein Rondonuwu Kemenkes pada Agustus 2022 bahwa masyarakat DKI Jakarta sebanyak

64,8% jiwa yang mengalami kecemasan, dan merupakan salah satu provinsi yang di kelompokkan ke kategori pekerjaan menderita gangguan mental emosional yang cukup tinggi dengan masalah kesehatan kecemasan. Hasil Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) pada akhir tahun 2018 menyatakan jumlah angka kejadian gangguan mental emosional di Jakarta sebesar 10,1% dengan jumlah responden 28.746 jiwa (Rondonuwu, 2018).

Kecemasan yang mempengaruhi perubahan fisiologis dialami oleh perempuan ketika hendak menghadapi menstruasi pertama atau menarche, kecemasan pada kejadian ini didukung dengan hasil survey di Amerika Serikat mengenai prevalensi yang diperoleh dari penelitian masalah remaja perempuan dalam menghadapi pubertas, diperoleh hasil 5-50% remaja perempuan mengalami kecemasan premenarche dalam menghadapi menarche. Kecemasan dengan intensitas yang wajar dapat dianggap memiliki nilai positif sebagai motivasi. Apabila intensitasnya sangat kuat dan bersifat negatif, justru akan menimbulkan kerugian dan dapat mengganggu keadaan fisik dan psikis (Mukholil, 2018).

Menarche merupakan menstruasi pertama yang biasa

terjadi dalam rentang usia 10-16 tahun atau pada masa awal remaja yaitu 10-19 tahun menurut world health organization (WHO). Menarche adalah perdarahan periodik dan siklik dari uterus disertai dengan pengelupasan (deskuamasi) endometrium. Menarche merupakan tanda yang penting bagi seorang perempuan yang menunjukkan adanya 4 produksi hormon yang normal yang dibuat oleh hipotalamus dan kemudian diteruskan pada ovarium dan uterus (Delfriana, 2020).

Faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan dalam menghadapi menarche pada perempuan adalah faktor tingkat kelas, usia, pengetahuan, sikap dan dukungan orang tua, faktor tingkat kelas mempengaruhi seseorang dalam pengetahuan dan rasa ingin tahu lebih, yang berhubungan dengan faktor usia dimana semakin seseorang bertambah usia semakin tambah pengetahuannya, faktor pengetahuan mempengaruhi seseorang perempuan yang belum menghadapi haid pertama karena memiliki pengetahuan mengenai tanda dan gejala mempengaruhi seseorang dalam kesiapan menghadapi suatu hal termasuk haid pertama bagi perempuan, lalu faktor sikap mempengaruhi seseorang dalam menghadapi perubahan biologis dalam tubuh bagaimana seseorang siap dalam perubahan dan menerima perubahan tersebut, dan faktor dukungan orang tua merupakan faktor yang penting dan berdampak dalam menghadapi haid pertama karena peran orang tua dapat mempengaruhi seorang anak dalam kesiapan menghadapi perubahan dengan memberikan informasi mengenai menarche (Tahiruddin, 2021).

KAJIAN PUSTAKA

Kecemasan atau anxiety berasal dari Bahasa latin angustus yang berarti kaku dan ango, anci yang berarti mencekik. Kecemasan adalah emosi yang tidak menyenangkan seperti perasaan tidak enak, perasaan kacau, was-was yang ditandai dengan kekhawatiran, keprihatinan dan rasa takut yang terkadang dialami dalam tingkat dan situasi yang berbeda (Fudyartanta, 2018).

Kecemasan adalah suatu respon yang berasal dari persepsi kurang baik atau ancaman yang di terima oleh system saraf pusat dan persepsi ini muncul akibat adanya rangsangan dari bagian luar serta dari bagian dalam yang berupa 10 pengalaman masa lalu dan dari faktor genetik. Rangsangan ini di persepsi oleh panca indra yang di lanjutkan dan di respon oleh system saraf pusat sesuai dengan pola hidup tiap individu. Proses yang terjadi pada system saraf pusat yaitu proses cortex cerebrit - limbic system - reticular activating system - hypothalamus yang memberikan implus ke kelenjar hipofise yang bertugas untuk mensekresi mediator hormonal terhadap target organ yaitu pada kelenjar hormonal. Corticotropin - releasing factor, peptide lain dan neurotransmitter juga terlibat dalam gejala kecemasan dan system saraf otonom yang terletak di perifer, terutama pada system saraf simpatis sistem saraf ini memperantai banyak gejala kecemasan (Owen, 2018).

Faktor yang mempengaruhi gangguan kecemasan menurut Kementrian Kesehatan Direktorat Promosi Kesehatan dan Pemberdayaan Masyarakat merupakan kondisi psikologis seseorang mengalami rasa cemas yang berlebihan secara konstan dan sulit untuk dikendalikan, sehingga berdampak buruk terhadap

kehidupan sehari-hari, rasa cemas dapat timbul akibat adanya suatu kejadian yang tertentu saja, seperti akan menghadapi ujian di sekolah atau masalah baru yang dihadapi (Kemenkes, 2018). Kecemasan terjadi akibat beberapa faktor yang mempengaruhi, kecemasan terjadi, dimulai dari akibat faktor internal yaitu faktor usia, pengetahuan dan sikap dan faktor eksternal yaitu pendidikan dan dukungan orang tua.

Menarche atau menstruasi pertama merupakan suatu tanda adanya perubahan lain seperti pertumbuhan payudara, distribusi lemak pada daerah pinggul, pertumbuhan rambut di daerah aksila dan pubis. Menstruasi merupakan tanda bahwa siklus masa subur telah dimulai, menstruasi terjadi saat lapisan dalam dinding rahim luruh dan keluar dalam bentuk yang dikenal dengan istilah darah menstruasi (Ernawati, 2021).

Menarche memiliki 2 macam kategori, yaitu *menarche* dini merupakan menstruasi pertama yang dialami anak perempuan di bawah 12 tahun. *Menarche* tarda merupakan menstruasi pertama pada usia 14 tahun yang disebabkan oleh faktor keturunan.

Pada penjelasan di atas maka tujuan dari penelitian ini ingin mengetahui frekuensi pada faktor-faktor yang berhubungan dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi menarche pada siswi di SDI Teladan Al-Hidayah 1 Jakarta Selatan.

Penelitian ini memiliki sumber informasi dari jurnal ilmiah karya kesehatan yang berjudul "Faktor-faktor yang berhubungan dengan tingkat kecemasan remaja putri yang mengalami *menarche* di SMPN 1 Sawa" dengan hasil penelitian bahwa nilai pada usia 0,001, pengetahuan 0,684 dan nilai peranan orang tua 0,140 dengan kesimpulan bahwa terdapat hubungan usia dengan

kecemasan dan tidak terdapat hubungan antara pengetahuan dan peranan orang tua dengan tingkat kecemasan.

METODOLOGI PENELITIAN

Jenis penelitian menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan menggunakan desain deskriptif dengan pendekatan korelasi menggunakan metode *correlation research*. Instrumen penelitian adalah kuesioner. Data dianalisis menggunakan uji *chi-square* untuk mengetahui hubungan masing-masing faktor dengan tingkat kecemasan.

Populasi pada penelitian sebanyak 40 populasi dengan ketentuan sesuai dengan judul penelitian, sampel penelitian sebanyak 36 sampel yang didapatkan sesuai dengan kriteria yang ternasuk serta di hitung berdasarkan rumus *slovin* dan teknik *sampling* menggunakan *purposive sampling*

Alat ukur / Instrumen pada penelitian dilakukan menggunakan kuisisioner berupa kertas yang diberikan kepada seluruh responden dengan menjelaskan terlebih dahulu mengenai tata cara pengisian kuisisioner kepada responden sesuai kriteria inklusi.

Uji layak etik instrumen merupakan bagian dari proses validasi empirik. Melalui uji coba tersebut, instrumen diberikan kepada sejumlah responden sebagai sampel uji coba yang mempunyai karakteristik sama atau ekuivalen dengan karakteristik populasi penelitian. Jawaban atau respon dari sampel uji coba merupakan data empiris yang akan dianalisis untuk menguji validitas empiris atau validitas kriteria yang dikembangkan.

Analisis data yang digunakan adalah analisis univariat dan analisis bivariat. Untuk uji

hubungan yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji *non probability sampling*. Tingkat

kecemasan diukur menggunakan Depression Anxiety Stress Scale (DASS).

HASIL PENELITIAN

Tabel 1 Hasil uji Validitas dan Reabilitas Pengetahuan

NO	PERNYATAAN	Corrected Item-Total Correlation
1.	<i>Menarche</i> adalah menstruasi yang sudah dialami berulang kali oleh seorang perempuan.	0,089
2.	<i>Menarche</i> adalah menstruasi pertama kali bagi seorang perempuan.	0,258
3.	<i>Menarche</i> adalah pengeluaran darah dari alat kandungan lewat alat kelamin.	0,944
4.	<i>Menarche</i> sebagai tanda mulai memasuki usia dewasa atau puber dari segi biologis.	0,944
5.	Rata-rata wanita mengalami <i>menarche</i> dalam rentang usia 10-16 tahun atau awal remaja tengah pubertas.	0,258
6.	Perempuan dapat mengalami <i>menarche</i> pada usia berapapun.	0,012
7.	Banyaknya darah pada waktu menstruasi adalah kira-kira dua kali ganti pembalut dalam sehari.	0,441
8.	Umumnya sebulan sekali seorang perempuan akan menstruasi.	0,258
9.	Lamanya menstruasi pada perempuan sama.	0,944
10.	Rata-rata jarak menstruasi saat ini dengan menstruasi yang akan datang pada dasarnya berkisar 28 hari.	0,651
11.	Pada saat menstruasi pasti perut terasa sakit.	0,690
12.	Perempuan yang belum pernah mendapatkan menstruasi sampau usia 18 tahun disebut <i>amenorrhoea</i> primer.	0,719
13.	Nyeri perut bagian bawah yang terjadi sebelum pada saat dan sesudah menstruasi disebut desminore.	0,606
14.	Selama menstruasi 1 hari tidak perlu ganti pembalut.	0,025
15.	Tidak menjaga kebersihan saat menstruasi dapat menyebabkan seseorang mudah terkena penyakit infeksi alat kelamin.	0,325
16.	Pada saat menstruasi kalua makan amis darah yang keluar akan berbau amis juga.	0,944
17.	Pada saat menstruasi dilarang berenang karena bisa menyebabkan infeksi	0,651
18.	Karena perempuan yang menstruasi mengeluarkan banyak darah maka saat menstruasi dianjurkan makan-makanan bergizi.	0,101
19.	Perempuan dengan jaringan lemak yang banyak lebih cepat mengalami <i>menarche</i> dibandingkan remaja putri yang kurus.	0,160
20.	Cepet lambatnya <i>menarche</i> tidak dipengaruhi oleh genetic atau bawaan orang tua.	0,375
21.	Perempuan yang tinggal di desa lebih cepat mendapatkan <i>menarche</i> dibandingkan wanita yang tinggal di kota.	0,651
22.	Cemas bukan merupakan salah satu keluhan yang dialami perempuan pada saat menstruasi.	0,108

23.	Perasaan bingung, gelisah, tidak nyaman selalu menyelimuti perasaan perempuan pada saat menstruasi.	0,010
24.	Wanita tidak mengalami keluhan apapun saat mengalami <i>menarche</i> .	0,944
25.	Menstruasi yang pertama kali dapat menyebabkan kecemasan pada perempuan.	0,224
26.	Gejala menjelang menstruasi antara lain nyeri di payudara sekitar pinggul, pegal linu, muncul jerawat, lebih mudah marah.	0,944

Validnya setiap item pertanyaan jika nilai r-tabel lebih besar dari r-hitung, dimana nilai r-tabel adalah 0,514 dengan melihat signifikansi 5% (0,05) dengan n = 15 responden. Nilai *Corrected Item Total Correlation* dikatakan valid jika nilai r

hitung > r-tabel (0,514) untuk n = 15. Berdasarkan interpretasi diatas, dapat disimpulkan bahwa nilai *corrected item total correlation* dikatakan valid atau layak dijadikan kuesioner/angket karena masing-masing nilai r-tabel > r-hitung (0,514).

Tabel 2. Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.827	26

Nilai alpha dari semua item pertanyaan adalah sebesar 0,827, sesuai dengan materi menyatakan bahwa instrument dikatakan reliabel jika koefisien reliabilitas Alfa

Cronbach lebih dari 0,70 ($r_i > 0,70$). Jadi kuesioner atau angket tingkat pengetahuan tersebut dikatakan riabel karena nilai alpha 0,827 > 0,70.

Tabel 3 Hasil uji Validitas dan Reabilitas Sikap

NO	PERNYATAAN	Corrected Item-Total Correlation
1.	Saya siap menghadapi menstruasi karena melihat ibu dan saudara perempuan saya juga mendapatkan menstruasi.	0,754
2.	Saya tidak siap menghadapi menstruasi karena pernah melihat orang menstruasi perutnya sakit.	0,784
3.	Saya siap menghadapi menstruasi walau kata orang menstruasi itu sakit.	0,103
4.	Saya siap menghadapi menstruasi karena melihat iklan di TV atau Internet ada minuman pengurang rasa nyeri pada saat menstruasi.	0,112
5.	Saya siap menghadapi menstruasi karena biasanya anak seumuran saya juga mendapatkan menstruasi.	0,191
6.	Saya tidak siap menghadapi menstruasi karena menstruasi saya tidak bisa menjalankan ibadah.	0,754
7.	Saya siap mendapatkan menstruasi karena kata guru hal itu wajar dialami oleh setiap perempuan.	0,193

8.	Apabila ada teman saya yang sudah mendapatkan menstruasi saya baru siap mendapatkan menstruasi.	0,710
9.	Walaupun teman-teman saya belum ada yang mengalami menstruasi saya sudah siap mendapatkan menstruasi.	0,754
10.	Saya tidak siap menghadapi menstruasi karena saya melihat orang menstruasi itu repot.	0,805
11.	Saya tidak siap menghadapi menstruasi karena pernah melihat perempuan yang menstruasi tidak bisa kemana-mana.	0,784
12.	Saya siap menghadapi menstruasi karena datangnya 1 bulan sekali.	0,132
13.	Saya tidak siap menghadapi menstruasi karena melihat orang yang sedang menstruasi tubuhnya lemas.	0,784
14.	Saya siap menghadapi menstruasi karena dengan menstruasi saya menjadi perempuan normal.	0,805
15.	Saya siap menghadapi menstruasi karena saya sudah mendapatkan informasi dari media sosial.	0,784

Validnya setiap item pertanyaan jika nilai *r*-tabel lebih besar dari *r*-hitung, dimana nilai *r*-tabel adalah 0,514 dengan melihat signifikansi 5% (0,05) dengan *n* = 15 responden. Nilai *Corrected Item Total Correlation* dikatakan valid jika nilai *r*

hitung > *r*-tabel (0,514) untuk *n* = 15. Berdasarkan interpretasi diatas, dapat disimpulkan bahwa nilai *corrected item total correlation* dikatakan valid atau layak dijadikan kuesioner/angket karena masing-masing nilai *r*-tabel > *r*-hitung (0,514).

Tabel 4. Reliability Statistics Sikap

Cronbach's Alpha	N of Items
.897	15

Nilai alpha dari semua item pertanyaan adalah sebesar 0,897, sesuai dengan materi menyatakan bahwa instrument dikatakan reliabel jika koefisien reliabilitas Alfa Cronbach lebih

dari 0,70 ($r_i > 0,70$). Jadi kuesioner atau angket tingkat pengetahuan tersebut dikatakan reliabel karena nilai alpha 0,897 > 0,70.

Tabel 5 Hasil uji Validitas dan Reabilitas Dukungan Orang Tua

NO	PERNYATAAN	Corrected Item-Total Correlation
1.	Orang tua memberikan informasi mengenai masalah yang muncul pada awal haid pertama.	0,447
2.	Orang tua memberikan informasi mengenai cara menggunakan pembalut.	0,211
3.	Orang tua memberikan informasi tentang perubahan yang dialami.	0,487
4.	Orang tua memberikan dukungan yang membersakan hati dan memuji saya dalam menghadapi haid pertama.	0,525

5.	Orang tua memberikan motivasi agar tidak cemas menghadapi haid pertama.	0,871
6.	Orang tua memberikan dorongan kepada saya untuk tetap tenang dalam menghadapi haid pertama.	0,865
7.	Orang tua memberikan waktu luang pada saat saya membutuhkan.	0,502
8.	Orang tua meluangkan waktu untuk mendengarkan cerita ataupun keluhan yang ingin saya sampaikan tentang haid pertama.	0,831
9.	Orang tua menjaga perasaan saya dan berusaha menyenangkan hati saya.	0,683
10.	Orang tua merawat saya ketika saya sakit.	0,590
11.	Orang tua memberikan penghibur ketika saya mengalami kesedihan.	0,611
12.	Orang tua mengajarkan untuk sering mengganti celana dalam.	0,046
13.	Orang tua menyediakan apa yang dibutuhkan saat haid pertama.	0,663
14.	Orang tua mengajarkan menarik nafas ketika saat nyeri menstruasi.	0,390
15.	Orang tua menceritakan pengalaman saat pertama kali menstruasi.	0,618

Validnya setiap item pertanyaan jika nilai r-tabel lebih besar dari r-hitung, dimana nilai r-tabel adalah 0,514 dengan melihat signifikansi 5% (0,05) dengan n = 15 responden. Nilai *Corrected Item Total Correlation* dikatakan valid jika nilai r hitung > r-tabel (0,514) untuk n

= 15. Berdasarkan interpretasi diatas, dapat disimpulkan bahwa nilai *corrected item total correlation* dikatakan valid atau layak dijadikan kuesioner/angket karena masing-masing nilai r-tabel > r-hitung (0,514).

Tabel 6. Reliability Statistics Dukungan orang tua

Cronbach's Alpha	N of Items
.884	15

Nilai alpha dari semua item pertanyaan adalah sebesar 0,884, sesuai dengan materi menyatakan bahwa instrument dikatakan reliabel jika koefisien reliabilitas Alfa

Cronbach lebih dari 0,70 (ri > 0,70). Jadi kuesioner atau angket tingkat pengetahuan tersebut dikatakan reliabel karena nilai alpha 0,884 > 0,70.

Hasil Univariat

Tabel 7 Distribusi Frekuensi Tingkat kelas

Tingkat Kelas	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Kelas 3	7	19,2
Kelas 4	13	36,2
Kelas 5	12	33,4
Kelas 6	4	11,2
Total	36	100

Berdasarkan table hasil penelitian menunjukkan bahwa responden kelas 3 sebanyak 7 responden, responden kelas 4 sebanyak 13 responden, responden kelas 5 sebanyak 12 responden, dan responden kelas 6 sebanyak 4 responden.

Tabel 8 Distribusi Frekuensi Usia

Usia	Frekuensi (f)	Persentase (%)
9 Tahun	4	11,2
10 Tahun	16	44,4
11 Tahun	14	39,2
12 Tahun	2	5,2
Total	36	100

Berdasarkan table 8 hasil penelitian menunjukkan bahwa usia 9 tahun sebanyak 4 responden, dengan usia 10 tahun sebanyak 16 responden, usia 11 tahun 14 responden dan usia 12 tahun sebanyak 2 responden.

Tabel 9 Distribusi Frekuensi Pengetahuan

Pengetahuan	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Baik	2	5,6
Cukup	24	66,7
Kurang	10	27,8
Total	36	100

Berdasarkan table 9 hasil penelitian menunjukkan bahwa pengetahuan dengan hasil kurang sebanyak 10 responden, hasil cukup sebanyak 24 responden dan hasil baik sebanyak 2 responden.

Tabel 10 Distribusi Frekuensi Sikap

Sikap	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Negatif	29	80,6
Positif	7	19,4
Total	36	100

Berdasarkan table 10 hasil penelitian menunjukkan bahwa frekuensi sikap dengan hasil negatif sebanyak 29 responden, dan hasil positif sebanyak 7 responden.

Tabel 11 Distribusi Frekuensi Dukungan Orang Tua

Dukungan Orang Tua	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Negatif	27	75,0
Positif	9	25,0
Total	36	100

Berdasarkan table 11 hasil penelitian menunjukkan bahwa frekuensi dukungan orang tua

dengan hasil negatif sebanyak 27 responden, dan hasil positif sebanyak 9 responden.

Tabel 12 Tingkat Kecemasan

Tingkat Kecemasan	Frekuensi (F)	Persentase %
Tidak cemas	2	5,6
Ringan	3	8,3
Sedang	9	25,0
Berat	10	27,8
Sangat berat	12	33,3
Total	36	100

Berdasarkan table 12 hasil penelitian menunjukkan bahwa frekuensi tingkat kecemasan dengan hasil tidak cemas 2 responden, hasil ringan 3

responden, hasil sedang 9 responden, hasil berat 10 responden dan hasil sangat berat 12 responden.

Hasil Bivariat

Tabel 13 Hubungan Tingkat Kelas dengan Tingkat Kecemasan

Tingkat Kelas	Tingkat Kecemasan										Total	<i>p</i> -Value	<i>Likelihood Ratio</i>	
	Tidak Cemas		Ringan		Sedang		Berat		Sangat Berat					
	n	%	n	%	N	%	n	%	n	%				N
Kelas 3	0	0,0	3	8,3	2	5,6	2	5,6	0	0,0	7	19,3	0,328	4,883
Kelas 4	1	2,8	1	2,8	1	2,8	6	16,8	4	11,2	13	36,3		
Kelas 5	0	0,0	0	0,0	0	0,0	2	5,6	10	27,8	12	33,3		
Kelas 6	0	0,0	0	0,0	0	0,0	1	2,8	3	8,3	4	11,1		
Total	1	2,8	4	11,2	3	8,3	11	30,8	17	47,6	36	100		

Berdasarkan data diatas, dapat diketahui bahwa responden kelas 3 yang memiliki tingkat kecemasan yang ringan sebanyak 3 (8,3%), memiliki tingkat kecemasan yang sedang sebanyak 2 (5,6%), memiliki tingkat kecemasan yang berat sebanyak 2

(5,6%). Responden kelas 4 yang memiliki tingkat kecemasan yang tidak cemas sebanyak 1 (2,8%), memiliki tingkat kecemasan yang ringan sebanyak 1 (2,8%), memiliki tingkat kecemasan yang sedang sebanyak 1 (2,8%), memiliki tingkat kecemasan yang

berat sebanyak 6 (16,8%) dan memiliki tingkat kecemasan yang sangat berat sebanyak 4 (11,2%). Responden kelas 5 memiliki tingkat kecemasan yang berat sebanyak 2 (5,6%) dan memiliki tingkat kecemasan yang sangat berat sebanyak 10 (27,8%). Responden kelas 6 memiliki tingkat kecemasan yang berat sebanyak 1 (2,8%) dan memiliki tingkat kecemasan yang sangat berat sebanyak 3 (7,3%).

Berdasarkan hasil uji *chi-square* yang telah dilakukan dengan tingkat kecemasan 95% pada tabel 5x4 didapatkan nilai *p-value* 0,328 < dari $\alpha = 0,05$, dimaan H_0 ditolak dan H_a di terima. Maka, dapat disimpulkan bahwa faktor pendidikan tidak terdapat hubungan signifikan antara tingkat kecemasan dalam menghadapi *menarche* pada siswi di SDI Teladan Al-Hidayah 1 Jakarta Selatan.

Tabel 13 Hubungan Usia dengan Tingkat Kecemasan

Usia	Tingkat Kecemasan										Total	<i>p-Value</i>	<i>Likelihood Ratio</i>	
	Tidak Cemas		Ringan		Sedang		Berat		Sangat Berat					
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%				
9-10	2	5,6	3	8,3	9	25,0	6	16,7	0	0,0	20	55,6	0,001	36,001
11-12	0	0,0	0	0,0	0	0,0	4	11,1	12	33,3	16	44,4		
Total	2	5,6	3	8,3	9	25,0	10	27,8	12	33,3	36	100		

Berdasarkan data diatas, dapat diketahui bahwa responden usia 9-10 tahun yang memiliki tingkat kecemasan yang tidak cemas sebanyak 2 (5,6%), memiliki tingkat kecemasan yang ringan sebanyak 3 (8,3%), memiliki tingkat kecemasan yang sedang sebanyak 9 (25,0%), memiliki tingkat kecemasan yang berat sebanyak 10 (27,8%) dan memiliki tingkat kecemasan yang sangat berat 12 (33,3%). Responden dengan usia 11-12 tahun yang memiliki tingkat kecemasan yang berat sebanyak 4

(11,1%) dan memiliki tingkat kecemasan yang sangat berat sebanyak 12 (33,3%).

Berdasarkan hasil uji *chi-square* yang telah dilakukan dengan tingkat kecemasan 95% pada tabel 5x2 didapatkan nilai *p-value* 0,001 lebih besar dari $\alpha = 0,05$, dimaan H_0 ditolak dan H_a di terima. Maka, dapat disimpulkan bahwa faktor usia terdapat hubungan signifikan antara tingkat kecemasan dalam menghadapi *menarche* pada siswi di SDI Teladan Al-Hidayah 1 Jakarta Selatan.

Tabel 14 Hubungan Pengetahuan dengan Tingkat Kecemasan

Pengetahuan	Tingkat Kecemasan										Total	p-Value	Likelihood Ratio	
	Tidak Cemas		Ringan		Sedang		Berat		Sangat Berat					
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%				N
Kurang	0	0,0	0	0,0	0	0,0	2	5,6	8	22,2	10	27,8		
Cukup	1	2,8	2	5,6	9	25,0	8	22,2	4	11,1	24	66,7	0,001	
Baik	1	2,8	1	2,8	0	0,0	0	0,0	0	0,0	2	5,6	24,766	
Total	2	5,6	3	8,3	9	25,0	10	27,8	12	33,3	36	100		

Berdasarkan data di atas dapat diketahui, bahwa pengetahuan kurang dengan tingkat kecemasan berat dalam menghadapi *menarche* sebanyak 2 (5,6%), memiliki pengetahuan cukup dengan tingkat kecemasan tidak cemas sebanyak 1 (2,8%), memiliki pengetahuan cukup dengan tingkat kecemasan ringan sebanyak 2 (5,6%), memiliki pengetahuan cukup dengan tingkat kecemasan sedang sebanyak 9 (25,0%), memiliki pengetahuan cukup dengan tingkat kecemasan berat sebanyak 8 (22,2%) dan memiliki pengetahuan cukup dengan tingkat kecemasan sangat berat sebanyak 4 (11,1%). Responden

yang memiliki pengetahuan baik dengan tingkat kecemasan tidak cemas sebanyak 1 (2,8%) dan memiliki pengetahuan baik dengan tingkat kecemasan ringan sebanyak 1 (2,8%).

Berdasarkan hasil uji *chi-square* yang telah dilakukan dengan tingkat kecemasan 95% pada tabel 5x3 didapatkan nilai *p-value* 0,001 lebih besar dari $\alpha = 0,05$, dimana H_0 ditolak dan H_a di terima. Maka, dapat disimpulkan bahwa pengetahuan terdapat hubungan signifikan antara tingkat kecemasan dalam menghadapi *menarche* pada siswi di SDI Teladan Al-Hidayah 1 Jakarta Selatan.

Tabel 15 Hubungan Sikap dengan Tingkat Kecemasan

Sikap	Tingkat Kecemasan										Total	p-Value	Likelihood Ratio	
	Tidak Cemas		Ringan		Sedang		Berat		Sangat Berat					
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%				N
Negatif	0	0,0	0	0,0	7	19,4	10	27,8	12	33,3	29	80,6	0,001	25,933
Positif	2	5,6	3	8,3	2	5,6	0	0,0	0	0,0	7	19,4		
Total	2	5,6	3	8,3	9	25,0	10	27,8	12	33,3	36	100		

Berdasarkan data diatas, dapat diketahui bahwa responden yang memiliki sikap negatif terhadap tingkat kecemasan sedang dalam menghadapi *menarche* sebanyak 7 responden (19,4%), memiliki sikap negatif terhadap tingkat kecemasan

berat dalam menghadapi *menarche* sebanyak 10 (27,8%), responden yang memiliki sikap negatif terhadap tingkat kecemasan sangat berat dalam menghadapi *menarche* sebanyak 12 responden (33,3%). Responden yang memiliki sikap positif

terhadap tingkat kecemasan tidak cemas sebanyak 2 responden (5,6%), memiliki sikap positif terhadap tingkat kecemasan ringan sebanyak 3 (8,3%) dan memiliki sikap positif terhadap tingkat kecemasan sedang sebanyak 2 (5,6%).

Berdasarkan hasil uji *chi-square* yang telah dilakukan dengan tingkat kecemasan 95%

pada tabel 5x2 didapatkan nilai *p-value* 0,001 lebih besar dari $\alpha = 0,05$, dimaan H0 ditolak dan Ha di terima. Maka, dapat disimpulkan bahwa sikap terdapat hubungan signifikan antara tingkat kecemasan dalam menghadapi *menarche* pada siswi di SDI Teladan Al-Hidayah 1 Jakarta Selatan.

Tabel 16 Hubungan Dukungan Orang Tua dengan Tingkat Kecemasan

Dukungan Orang Tua	Tingkat Kecemasan										Total	<i>p-Value</i>	<i>Likelihood Ratio</i>	
	Tidak Cemas		Ringan		Sedang		Berat		Sangat Berat					
	n	%	N	%	n	%	n	%	n	%				N
Negatif	0	0,0	0	0,0	6	19,4	9	25,0	12	33,3	27	75,0	0,001	22,529
Positif	2	5,6	3	8,3	3	5,6	1	2,8	0	0,0	9	25,0		
Total	2	5,6	3	8,3	9	25,0	10	27,8	12	33,3	36	100		

Berdasarkan data diatas, dapat diketahui bahwa responden yang memiliki dukungan orang tua negatif terhadap tingkat kecemasan sedang dalam menghadapi *menarche* sebanyak 6 responden (19,4%), responden yang memiliki dukungan orang tua negatif terhadap tingkat kecemasan berat sebanyak 9 (25,0%), responden yang memiliki dukungan orang tua negatif terhadap tingkat kecemasan sangat berat sebanyak 12 (33,3%). Responden yang memiliki dukungan orang tua positif terhadap tingkat kecemasan tidak cemas sebanyak 2 (5,6%), memiliki dukungan orang tua positif terhadap tingkat kecemasan ringan sebanyak 3

(8,3%), memiliki dukungan orang tua positif terhadap tingkat kecemasan sedang sebanyak 3 (8,3%) dan memiliki dukungan orang tua positif terhadap tingkat kecemasan berat sebanyak.

Berdasarkan hasil uji *chi-square* yang telah dilakukan dengan tingkat kecemasan 95% pada tabel 5x2 didapatkan nilai *p-value* 0,001 lebih besar dari $\alpha = 0,05$, dimaan H0 ditolak dan Ha di terima. Maka dapat disimpulkan bahwa dukungan orang tua terdapat hubungan signifikan antara tingkat kecemasan dalam menghadapi *menarche* pada siswi di SDI Teladan Al-Hidayah 1 Jakarta Selatan.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai tingkat kelas terhadap tingkat kecemasan mendapatkan hasil bahwa yang memiliki frekuensi terbanyak yaitu pada tingkat kecemasan yang sangat berat sebanyak 10 (27,8%) dengan hasil *p-value* 0,328. Hipotesesi ditolak apabila nilai *p-value* > 0,05. Pada hasil penelitian pendidikan di dapatkan hasil *p-value* 0,328 > 0,05, hal ini menjelaskan bahwa H_0 diterima ($p > 0,05$) yang berarti tidak ada hubungan yang signifikan antara pendidikan dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi *menarche*.

Menurut teori tingkat kelas tidak dapat menjadi tolak ukur dalam tingkat kelas yang baik dapat mempengaruhi seseorang dalam menghadapi suatu hal dengan baik, karena sikap dan pengetahuan dapat di dapatkan dari faktor eksternal seperti sekolah formal.

Hal ini selaras dengan penelitian yang dilakukan (Utari, 2019) bahwa hasil penelitian menunjukkan hasil *p-value* 0,527 menyatakan bahwa tidak ada hubungan antar tingkat kelas terhadap tingkat kecemasan dalam menghadapi *menarche*, oleh (Nofia, 2018) mengatakan bahwa kecemasan pada siswi yang belum *menarche* terdapat di kelas 5 dengan tingkat kecemasan sangat cemas dengan frekuensi terbanyak di antara tingkat kelas atau tingkat pendidikan yang lain, hasil yang di peroleh pada penelitian pendidikan terhadap tingkat kecemasan tidak terdapat hubungan karena pendidikan yang tinggi tidak dapat memastikan bahwa tingkat kecemasan seseorang rendah, karena banyak faktor lain yang mempengaruhi kecemasan seperti pengetahuan, usia bahkan dukungan orang tua.

Menurut asumsi peneliti, berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan pada 36 responden di dapatkan bahwa tidak terdapat hubungan antara tingkat kelas dengan tingkat kecemasan dengan hasil *p-value* 0,328. Hal ini membuktikan bahwa tingkat pendidikan tidak memiliki hubungan terhadap tingkat kecemasan pada siswi yang belum menghadapi *menarche* karena tidak menjadi jaminan bahwa seseorang yang tingkat pendidikan tinggi tidak mengalami kecemasan.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan tentang usia terhadap tingkat kecemasan dapat diketahui hasil yang memiliki frekuensi terbesar pada usia 9-10 dengan 20 responden (55,6%) dengan nilai *p-value* 0,001. Pada hasil penelitian nilai *p-value* 0,001 yaitu < 0,005. Hal ini menjelaskan bahwa memiliki hubungan yang signifikan antara usia dengan tingkat kecemasan.

Menurut teori bahwa usia merupakan tolak ukur seseorang dalam menstruasi pertama, karena usia menjadi tolak ukur seseorang khususnya wanita ketika memasuki masa pubertas dimana hal tersebut merupakan ciri awal seseorang akan mendapatkan menstruasi pertama.

Hal ini selaras dengan hasil penelitian tentang usia terhadap tingkat kecemasan pada penelitian ini dapat diketahui bahwa rentang usia terbanyak pada usia 9-10 tahun jumlah responden 36 dengan nilai *p-value* 0,001, selaras dengan penelitian (Sabila.D.B.Y, 2020) menunjukkan hasil pada *p-value* 0,003 bahwa terdapat hubungan faktor sikap dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi *menarche*, penelitian yang dilakukan oleh (Yunita, 2020) juga menyatakan bahwa mayoritas responden yang belum menghadapi *menarche* pada rentang usia 9-10

tahun sebanyak (60,8%), usia siswi yang cukup matang ketika mengalami *menarche* sangat mempengaruhi kecemasan, karena pada usia tersebut terdapat banyak anak yang sudah mengalami menstruasi hal tersebut menyebabkan anak dengan rentan usia 9-10 tahun yang belum menghapai *menarche* mengalami tingkat kecemasan yang tinggi dengan tingkat kecemasan sangat berat, pada usia 9-10 tahun merupakan usia masa pubertas masa perubahan, mulai dari perubahan fisik sampai emosional hal mempengaruhi tingkat kecemasan tinggi..

Menurut asumsi peneliti menyatakan bahwa usia siswi yang menjadi responden pada penelitian masih belum matang, karena apabila cukup tingkat pengetahuan yang dimiliki seseorang, maka dorongan untuk siap dalam menghadapi kemungkinan besar cukup tentang menstruasi akan mempengaruhi kesiapan siswi dalam menghadapi *menarche* atau menstruasi pertama.

Dari hasil penelitian yang dilakukan mengenai pengetahuan yang berhubungan dengan tingkat kecemasan dapat diketahui bahwa hasil dari responden yang cukup memiliki frekuensi terbanyak yaitu 24 responden dari jumlah keseluruhan 36 responden dengan hasil *p-value* $0,001 < 0,05$.

Hal ini selaras berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan dapat diketahui bahwa siswi dengan pengetahuan cukup terhadap tingkat kecemasan sedang memiliki hubungan yang erat dengan hasil nilai *p-value* $0,001$, hal ini selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh (Andayani, 2019) bahwa hasil penelitian yang dilakukan mendapatkan hasil *p-value* $0,001$ bahwa pengetahuan memiliki pengaruh terhadap kecemasan

dalam menghadapi *menarche*, penelitian yang dilakukan (Putra, 2020) mengatakan bahwa pengetahuan merupakan pemahaman seseorang terhadap suatu hal yang dapat menentukan sejauh mana seseorang dalam menanggapi suatu hal, seseorang dengan pengetahuan baik biasanya memiliki tingkat kecemasan yang rendah karena seseorang lebih menguasai dan mampu menanggapi suatu hal apabila seseorang tersebut paham dan menguasai terhadap suatu hal.

Menurut asumsi peneliti bahwa pendidikan yang cukup memiliki hubungan terhadap tingkat kecemasan karena seseorang yang memiliki kecemasan yang cukup kemungkinan besar memiliki kecemasan yang tinggi karena seseorang kurang memahami dan menguasai tentang suatu hal menyebabkan seseorang mengalami kecemasan yang tinggi .

Berdasarkan hasil penelitian mengenai sikap yang berhubungan dengan tingkat kecemasan dalam menghapai *menarche* bahwa responden yang memiliki sikap negatif terhadap tingkat kecemasan memiliki frekuensi terbesar sebanyak 29 (80,6%) responden dengan hasil nilai *p-value* $0,001 < 0,005$.

Hal ini selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh (Marwa, 2020) bahwa penelitian menunjukkan hubungan sikap terhadap tingkat kecemasan dalam menghadapi *menarche* dengan *p-value* $0,003$, pada penelitian yang dilakukan (Jarrah, 2019) menyatakan bahwa sikap yang negatif terhadap kesiapan *menarche* dapat dikaitkan dengan kecemasan, kesiapan mental yaitu proses yang berlangsung dalam diri seseorang yang berkaitan dengan pengalaman individual masing-masing mengarahkan dan

menentukan respon terhadap berbagai objek dan situasi.

Menurut asumsi peneliti berdasarkan hasil bahwa seseorang yang belum mengalami *menarche* memiliki sikap yang negatif merupakan sikap yang menunjukkan belum siap dalam menghadapi *menarche* faktor ketidaksiapan seseorang dalam menghadapi *menarche* dapat dipengaruhi oleh pengaruh internal maupun eksternal, pengaruh internal seperti pengendalian emosi, perubahan pubertas dan pengetahuan sedangkan faktor eksternal yang mempengaruhi kesiapan seseorang dalam menghadapi *menarche* dapat dipengaruhi oleh dukungan orang tua, tingkat pendidikan dan lingkungan.

Berdasarkan hasil dari penelitian mengenai dukungan orang tua terhadap tingkat kecemasan dalam menghadapi *menarche* menunjukkan bahwa responden yang memiliki dukungan orang tua negatif terhadap tingkat kecemasan memiliki frekuensi terbesar sebanyak 27 (75,0%) responden dengan nilai *p-value* 0,001 dapat disimpulkan memiliki hubungan yang signifikan.

Hal ini selaras dengan penelitian (Irnawati, 2019) bahwa hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan dengan *p-value* 0,001 menyatakan bahwa terdapat hubungan dukungan orang tua dengan tingkat kecemasan pada dalam menghadapi *menarche*, penelitian yang dilakukan (Leni, Suarni, 2019) menyatakan bahwa seseorang siswi yang memiliki dukungan orang tua yang baik akan mempengaruhi tingkat kecemasan karena seseorang akan lebih siap dalam menghadapi suatu hal karena telah diberikan pengarahan dan pengetahuan dasar dari orang tua, selaras dengan penelitian yang dilakukan (Viny, 2020) bahwa

dukungan orang tua yang kurang dapat mempengaruhi tingkat kecemasan pada siswi dalam menghadapi suatu hal yang baru seperti menghadapi *menarche* karena dukungan orang tua sangat berpengaruh pada kepercayaan diri seseorang karena memiliki dukungan, memberi pertolongan dan bantuan dalam menghadapi suatu permasalahan termasuk dalam menghadapi *menarche*.

Menurut asumsi peneliti mengenai dukungan orang tua memiliki hasil yang signifikan dengan nilai *p-value* $0,001 < 0,005$ dapat di simpulkan bahwa faktor orang tua yang negatif memiliki hubungan dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi *menarche*.

Berdasarkan penelitian dapat diketahui bahwa hasil faktor usia, pengetahuan, sikap dan dukungan orang dengan nilai 0,001 dan yang tidak memiliki hubungan adalah faktor tingkat kelas dengan nilai 0,328 dan 4,883. Sedangkan penelitian sebelum yang memiliki hubungan hanya pada faktor usia dengan hasil 0,001 dan pada faktor pendidikan dan peranan orang tua tidak memiliki hubungan dengan tingkat kecemasan.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan bahwa :

1. Frekuensi responden terbanyak berada pada tingkat kelas 4 dengan jumlah 13 (36,2%).
2. Frekuensi responden terbanyak berada pada usia 10 tahun dengan jumlah 16 (44,4%).
3. Frekuensi responden terbanyak berada pada pengetahuan cukup dengan jumlah 24 (66,7%).

4. Frekuensi responden terbanyak berada pada sikap negatif dengan jumlah 29 (80,6%).
5. Frekuensi responden terbanyak berada pada dukungan orang tua dengan jumlah 27 (75,0%).
6. Faktor-faktor yang memiliki hubungan pada tingkat kecemasan dalam menghadapi *menarche* adalah faktor usia, pengetahuan, sikap dan dukungan orang dengan nilai *p-value* 0,001 dan *likelihood ratio* 36,001, 24,766, 25,933, 22,529. Faktor yang tidak memiliki hubungan pada tingkat kecemasan dalam menghadapi *menarche* adalah faktor tingkat kelas dengan nilai 0,328 dan 4,883.

Saran

Pada hasil penelitian ini di harapkan penelitian selanjutnya dapat meneliti lebih banyak lagi faktor yang berhubungan dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi *menarche*, penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan ajaran dan ferefensi bagi penelitian selanjutnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Achmad, Y. R. (2019). Hubungan Pengetahuan Tentang Menarche Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Remaja Putri Awal.
- Andayani, R. (2019). Pengaruhi Pendidikan Kesehatan Terhadap Tingkat Pengetahuan Remaja Mengenai Menarvhe Di SMPN 1 Binamu Kabupaten Jeneponto.
- Anugroho. (2017). *Fase Siklus Menstruasi Pada Wanita*. Universitas Negeri Yogyakarta UNJ, Yogyakarta 41-52.
- Arikunto. (2016). Etiologi Kecemasan Dalam Menghadapi *Menarche*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Asroati. (2018). Hubungan Dukungan Orang Tua Dan Sikap Remaja Putri Dengan Kesiapan Menghadapi. *Poltekes Kendari, Kendari*.
- Ayu.Delfriana. (2020). Pengetahuan Remaja Putri Tentang Menarche. *Jurnal Ilmiah Keperawatan IMELDA*, 13.
- Ayudiah. (2018). *Faktor Psikoanalitik Kecemasan*. Naskah Kesehatan .
- Diana Elis, N. A. (2021). Aktifitas Fisik, Riwayat Dismenore Keluarga dan Kecemasan dengan Dismenore pada Remaja. *SIMFISIS Jurnal Kebidanan Indonesia*, 7-9.
- Dinda, A. (2021). Tingkat Kecemasan Mahasiswa dimasa Pandemi. *Proceeding of Inter-Islamic University Conference on Psychology*, 1-6.
- Elis Diana Putri, A. n. (2021). Aktifitas fisik, riwayat dismonere keluarga dan kecemasan dengan dismenore pada remaja. *SIMFISIS Jurnal Kebidanan Indonesia*, 41-42.
- Ernawati, S. N. (2021, Mei 6). *Menarche* (Menstruasi Pertama Bagi Remaja Perempuan). *Infokes*.
- Fajarsari, R. (2021). Hubungan Pengetahuan Tentang Menstruasi Dengan Kesiapan Menghadapi Menarche Pada Siswi Di Sdn 38 Kota Bengkulu . *Poltekes Kemenkes Bengkulu*, 45-47.
- Fathan. (2022). Hubungan IMT dengan Usia Menarche pada Remaja. *Health and Science*.
- Fudyartanta, K. (2018). *Psikologi Kepribadian*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Ghebreyesus, T. A. (2022, Maret 04). Warning Kecemasan di

- Dunia. CNCB, Indonesia, pp. 1-4.
- Gunarsa. (2017). Psikologi Keperawatan. *BPK Gunung Mulia*, 27.
- Irnawati. (2019). Faktor yang Berhubungan dengan Pengetahuan Remaja Putri Kelas IV, V, VI Tentang Menarche Di SD Negeri Karangankidul II Kecamatan Benjeng Kabupaten Gresik.
- Irnawati Ratna (2021). Faktor yang Berhubungan dengan Pengetahuan Remaja Putri Kelas IV, V, VI Tentang Menarche di SDN Karangkidul II Kecamatan Benjeng Kabupaten Gresik. *Kemenkes. (2021). Gangguan Kecemasan. Promkes Kesehatan Mental.*
- Ismi ian, w. t. (2021). Faktor-Faktor yang berhubungan dengan Tingkat Kecemasan Remaja Putri . *Jurnal Ilmiah Karya Kesehatan*, 3-7.
- Jalaludin. (2015). *Pengetahuan, Konsep dan Teori Kecemasan*. Jakarta: Aksara Baru.
- Jarrah, S. S. (2019). Attitudes and pasticies of school-aged girls towards menstruation. *Journal of Nursing Partice*, 308-315 18 (3).
- Julia Fitriany, dkk. (2018). Hubungan Indeks Massa Tubuh Dengan Usia Menarche Pada Siswi Smp Di Kota Lhokseumawe. *Jurnal Averrous*, 12-15.
- Juwita. (2018). *Hubungan Dukungan Ibu dengan Kesiapan Remaja Putri dalam Menghadapi Menarche*. KESMARS.
- Juzi Delianna, M. (2021). Angka Gangguan Kecemasan . *Kantor Berita Indonesia*, 1-3.
- Kadir, S. (2022). Hubungan Indeks Massa Tubuh dengan Usia Menarche pada Remaja Putri Di MTsN 3. *Journal Health and Science*, 7-10.
- Kaplan, S. d. (2016). *Kecemasan. Poltekes Kemenkes Yogyakarta*.
- Kemenkes. (2022). Direktur Jenderal WHO Mengingatkan Pandemi Covid-19 Belum Berakhir. *Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan*.
- Kemenkes, R. (2018). *Pengertian Kesehatan Mental. Kementrian Kesehatan Direktorat Promosi Kesehatan dan Pemberdayaan Masyarakat*, 16.
- Kevin Adrian. (2021). Fase-fase dalam Menstruasi. *Kesehatan*.
- Kurniawati, D. (2017). *Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Menstruasi Dengan Tingkat Kesiapan Menghadapi Menarche Pada Siswi Usia 10-1 Tahun di SD Muhammadiyah Dadapan Turi Sleman*. Yogyakarta: Naskah Publikasi STIKES Aisyiyah Yogyakarta.
- Leni, Suarni. (2019). Deskripsi Tingkat Kecemasan Remaja Putri yang Mengalami Menache di SMPI Terpadu Kholisaturrahmi Binjai. *Jurnal Jumantik*, Vol.5 No.1.
- Lestari, Prasetya. (2018). Hubungan Pengetahuan Menstruasi dan Komunikasi Teman Sebaya dengan Personal Hygiene Selama Menstruasi pada Siswi SMA. *Surakarta: Kesehatan* .
- Marwa, D. A. (2020). Gambaran Pengetahuan, Usia Menarche dan Sumber Informasi dengan Sikap Menghadapi Menarche Pada Siswi Kelas VII A-E SMPN 200 Jakarta. *resository.stikesrspadgs.ac.id* .
- Marvan, M. L. (2019). Experience of Menarche and Attitudes Toward Menstruation. *Journal of Pediatric and Adolescent Gynecology*, 358-38
- Maxi Rein Rondonuwu, D. (2022, mei 2). *Ditjen P2P KEMENKES RI*.

- Retrieved from Ditjen P2P KEMENKES RI: <http://p2p.kemkes.go.id/dirjen-p2p-kemenkes-ri-mengucapkan-selamat-hari- raya-idul-fitri-1443h-2022/>
- Meizela, D. (2020). Hubungan Pengetahuan dengan Kesiapan Siswi Kelas V dalam Menghadapi Menarche di SD Negeri 79 Kota Bengkulu tahun 2020.
- Mukholil. (2018). Kecemasan Dalam Menghadapi Menstruasi Pertama Jurnal Ekspone, Volume 8, Nomor 1, April 2018. *kecemasan*, 2.
- Musyasaroh. (2020). Tingkat Kecemasan pada Kesehatan Mental, HARS, Jakarta, 33-28.
- Na'im, N. J. (2020). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Tingkat Kecemasan Ibu Primipara Menghadapi Persalinan Di Puskesmas Pamulang Kota Tangerang Selatan . *Undergraduated Thesis*.
- Namora. (2016). Gejala terjadinya kecemasan. *Bintang Belajar*, 12-21.
- Nofia, V. R. (2018). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Menarche Terhadap Kecemasan Menghadapi Menarche Pada Siswa Kelas 4-6 Di SDN 24 Ujung Gurun Kecamatan Padang Barat. *Jurnal.syedzasaintika.ac.id*.
- Nora, R. (2020). Hubungan Pengetahuan Dengan Tingkat Kecemasan Menghadapi Menarche Pada Siswi Di Sd. *Al-Asalmiya Nursing*.
- Notoatmodjo. (2017). *Ilmu Perilaku Kesehatan*. Jakarta: PT.Rineka Cipta.
- Nursalam. (2016). *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Owen. (2018). *Hubungan Usia dan Jenis Kelamin Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 terhadap Tingkat Kecemasan Pasien di RSD dr Soebandi Jember*. Jember: Repository UNEJ.
- Proverawati, A dan Misaroh, S. (2019). *Menarche Menstruasi Pertama Penuh Makna*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Putra, A. Y. (2020). Hubungan Pengetahuan Tentang Menarcje Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Remaja Putri awal. *STIKES Insan Cendekia Medika Jombang*.
- Rosenna Febriyani, Darsono, R. Gunawan Sudarmanto. (2018). Model Interaksi Sosial Peran Teman Sebaya Dalam Pembentukan Nilai Kepribadian Siswa.
- Sabila.D.B.Y. (2020). Faktor faktor yang Mempengaruhi Kesiapan Menarche pada Remaja Putri.
- Sangging, N. K. (2018). Hubungan pengetahuan tentang Menstruasi dengan Kecemasan terhadap ketidakteraturan Siklus Mesntruasi . *Jurnal Keperawatan Sudirman*, Vol 9, No.02 .
- Sapitri, S. D. (2018). Hubungan Antara Tingkat Pengetahuan Siswi Kelas 5 dan 6 Tentang Menstruasi dengan Tingkat Kecemasan dalam Menghadapi Menache di SD Negeri Ketawanggede Kota Malang .
- Sinaga. (2017). Proses Terjadinya Menstruasi pada Perempuan Remaja di Indonesia, *ECG Kesehatan*.
- Stevany, S. (2017). Gejala Kecemasan Psikososial . *Nursing in critical care*, 19 (2), 1-8.
- Sobri, H. (2017). Kesehatan jiwa perlu di tingkatkan kesadaran dengan edukasi secara langsung,. Yogyakarta.

- Utari, E. P. (2019). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Menstruasi Terhadap Tingkat Kecemasan Menghadapi Menarche Pada Siswi Kelas V SDN 16 Pontianak. *Jurnal.Untan.ac.id*.
- Verawaty dan Rahayu. (2019). *Siklus Menstruasi Pada Wanita*. Science.
- Viny. (2020). Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Menarche dengan Kecemasan Menghadapi Menarche. *Jurnal.Garuda.Kemendikbud.go.id*.
- Viny Nuravni, S. H. (2021). Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Menarche Dengan Kecemasan Menghadapi Menarche Di SDN 1 Pasirhalang wilayah kerja puskesmas sukaraja Kabupaten Sukabumi. *Jurnal Ilmu Kesehatan Karya Bunda Husada* , Vol. 7 No. 2.
- Yamani. (2017). *Hubungan Pengetahuan Tentang Menarche Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Remaja Putri Awal*. Naskah Skripsi Kesehatan.
- Suliswati. (2017). *Konsep Dasar Keperawatan Kesehatan Jiwa*. Jakarta: EGC.
- Yunita, S. D. (2020). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kesiapan Menarche pada Remaja Putri. *repository.stikeshangtuah-sby.ac.id*.