

**HUBUNGAN PENGETAHUAN DENGAN KECEMASAN PADA
REMAJA PUTRI DALAM MENGHADAPI *MENARCHE***



SKRIPSI

Oleh

ANA DEWI SAPUTRI

04021181722014

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
BAGIAN KEPERAWATAN
FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS SRIWIJAYA
INDRALAYA (AGUSTUS, 2022)**

**HUBUNGAN PENGETAHUAN DENGAN KECEMASAN PADA
REMAJA PUTRI DALAM MENGHADAPI *MENARCHE***



SKRIPSI

**Diajukan sebagai persyaratan untuk memperoleh
Gelar Sarjana Keperawatan**

Oleh

ANA DEWI SAPUTRI

04021181722014

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
BAGIAN KEPERAWATAN
FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS SRIWIJAYA
INDRALAYA (AGUSTUS, 2022)**

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ana Dewi Saputri

NIM : 04021181722014

Dengan sebenarnya menyatakan bahwa skripsi ini saya susun tanpa tindakan plagiarisme sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Program Studi Keperawatan Universitas Sriwijaya. Jika di kemudian hari ternyata saya melakukan tindakan plagiarisme, saya bertanggung jawab sepenuhnya dan menerima sanksi yang dijatuhkan oleh Universitas Sriwijaya kepada saya.

Indralaya, Agustus 2022



Ana Dewi Saputri


**UNIVERSITAS SRIWIJAYA
FAKULTAS KEDOKTERAN
BAGIAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN**

LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI

NAMA : ANA DEWI SAPUTRI
NIM : 04021181722014
**JUDUL : HUBUNGAN PENGETAHUAN DENGAN KECEMASAN PADA
REMAJA PUTRI DALAM MENGHADAPI *MENARCHE***

PEMBIMBING I

Karolin Adhistry, S.Kep., Ns., M.Kep
NIP. 198807082020122008


(.....)

PEMBIMBING II

Fimaliza Rizona, S.Kep., Ns., M.Kep
NIP. 198911022018032001


(.....)

Mengetahui,


Ketua Bagian Keperawatan

Hikayati, S.Kep., Ns., M.Kep
NIP. 197602202002122001

Koordinator Program Studi Keperawatan


Eka Yulia Fitri Y., S.Kep., Ns., M.Kep
NIP. 198407012008122001

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

NAMA : ANA DEWI SAPUTRI
NIM : 04021181722014
JUDUL : HUBUNGAN PENGETAHUAN DENGAN KECEMASAN PADA
REMAJA PUTRI DALAM MENGHADAPI *MENARCHE*

Skripsi ini telah dipertahankan di hadapan Tim Penguji Skripsi Program Studi Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya pada tanggal 02 Agustus 2022 dan telah diterima guna memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Keperawatan.

Indralaya, 02 Agustus 2022

PEMBIMBING I

Karolin Adhistry, S.Kep., Ns., M.Kep
NIP. 198807082020122008


(.....)

PEMBIMBING II

Fimaliza Rizona, S.Kep., Ns., M.Kep
NIP. 198911022018032001


(.....)

PENGUJI I

Sri Maryatun, S.Kep., Ns., M.Kep
NIP. 197908162003122002

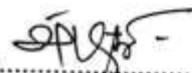
A.n PENGUJI I

Fuji Rahmawati, S.Kep., Ns., M.Kep
NIP. 198901272018032001


(.....)

PENGUJI II

Hikayati, S.Kep., Ns., M.Kep
NIP. 197602202002122001

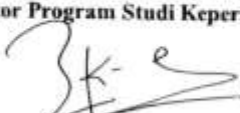

(.....)

Mengetahui,


Kata: Bagian Keperawatan

Hikayati, S.Kep., Ns., M.Kep
NIP. 197602202002122001

Koordinator Program Studi Keperawatan


Eka Yulia Fitri Y., S.Kep., Ns., M.Kep
NIP. 198407012008122001

**UNIVERSITAS SRIWIJAYA
FAKULTAS KEDOKTERAN
BAGIAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN**

**Skripsi, Agustus 2022
Ana Dewi Saputri**

**HUBUNGAN PENGETAHUAN DENGAN KECEMASAN PADA
REMAJA PUTRI DALAM MENGHADAPI *MENARCHE***

xv + 83 hal + 11 tabel + 2 skema + 15 lampiran

ABSTRAK

Masa remaja merupakan tahapan seseorang yang berada pada masa peralihan antara masa kanak-kanak yang ditandai dengan perubahan emosional, fisik, biologi, dan kognitif. *Menarche* merupakan menstruasi yang pertama kali dialami remaja putri yang ditandai dengan perdarahan dari uterus. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pengetahuan dengan kecemasan pada remaja putri dalam menghadapi *menarche*. Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan desain observasional analitik *cross sectional*. Sampel penelitian berjumlah 55 responden yang diambil dengan teknik *stratified random sampling*. Pengumpulan data menggunakan kuesioner. Hasil analisis data bivariat menggunakan uji *chi-square* diperoleh bahwa ada hubungan antara pengetahuan dengan kecemasan pada remaja putri dalam menghadapi *menarche* ($p\text{-value}=0,000$). Peningkatan pengetahuan remaja putri sangat diperlukan agar lebih memahami dan sadar akan pentingnya pengetahuan tentang menstruasi sebelum waktu *menarche* itu tiba. Oleh karena itu, semakin baik pengetahuan remaja putri tentang *menarche*, maka kecemasan yang dialami akan semakin menurun. Sebaliknya, apabila pengetahuan remaja putri kurang baik, maka kecemasan yang dialami akan semakin meningkat.

Kata kunci : Kecemasan, *Menarche*, Pengetahuan
Daftar Pustaka : 89 (2003-2021)

**SRIWIJAYA UNIVERSITY
FAKULTY OF MEDICINE
NURSING SECTION
NURSING STUDY PROGRAM**

*Thesis, August 2022
Ana Dewi Saputri*

**THE CORRELATION BETWEEN KNOWLEDGE AND ANXIETY OF
WOMEN IN FACING MENARCHE**

xv + 83 pages + 11 tables + 2 schemas + 15 attachments

ABSTRACT

Adolescence can be defined as a transitional stage of a person from childhood that is signified by emotional, physical, biological, and cognitive changes. Meanwhile, menarche refers to the first menstruation experienced by women where the blood comes from the uterus. Women's knowledge of menarche is sometimes only limited to its definition, without any understanding. The research aims to discover the relationship between knowledge and anxiety of women dealing with menarche. The study employs quantitative methods with a cross-sectional analytic observational design. The sample of this study were 55 respondents that collected by using stratified random sampling technique. Data was collected through questionnaires and then analysed using the chi-square test. The results of data analysis found that there is a relationship between knowledge and anxiety in women dealing with menarche ($p\text{-value} = 0.000$) with a value of $r = 0.709$. This indicates a strong correlation between knowledge and anxiety variables. The result of the study shows that the better women's knowledge of menarche, the less anxiety women experience and vice versa. Therefore, it is necessary to increase women's knowledge with health education and reading media such as menarche posters.

*Keywords : Anxiety, Knowledge, Menarche
References : 89 (2003-2021)*

LEMBAR PERSEMBAHAN

Alhamdulillah, atas izin Allah SWT dan ridho-Nya saya dapat menyelesaikan skripsi ini. Shalawat teriring salam selalu tercurahkan kepada Rasulullah SAW. Sebuah karya tulis sederhana ini saya persembahkan kepada:

1. Orang tua tercinta (Bapak Muhammad Munir dan Ibu Siti Asiah), terima kasih atas kasih sayang, do'a, dan segala hal yang telah diberikan untuk Ana yang tak bisa disebutkan karena begitu banyaknya pengorbanan sehingga bisa sampai pada titik ini. Ana sangat menyayangi Bapak dan Mamak.
2. Mamas tersayang (Prayoga Rendi Setiawan) terima kasih atas dukungan dan do'a untuk adek.
3. Ibu Karolin Adhistry, S.Kep., Ns., M.Kep terima kasih telah berkenan menjadi pembimbing 1 skripsi saya, selalu meluangkan waktu, memberikan ide dan saran serta motivasi dalam penulisan skripsi ini.
4. Ibu Fernaliza Rizona, S.Kep., Ns., M.Kep terima kasih telah berkenan menjadi pembimbing 2 skripsi saya, selalu meluangkan waktu, memberikan ide dan saran serta motivasi dalam penulisan skripsi ini.
5. Ibu Sri Maryatun, S.Kep., Ns., M.Kep terima kasih telah berkenan menjadi penguji 1 skripsi saya, meluangkan waktu dan memberikan saran dalam penulisan skripsi ini.
6. Ibu Hikayati, S.Kep., Ns., M.Kep terima kasih telah berkenan menjadi penguji 2 skripsi saya, meluangkan waktu dan memberikan saran dalam penulisan skripsi ini.
7. Dosen-dosen Program Studi Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya yang sangat tulus memberikan ilmu dan mendidik kami. Mohon maaf untuk perilaku dan sikap yang kurang berkenan. Semoga Allah selalu memberikan kesehatan dan keberkahan untuk semua.
8. Staf tata usaha Program Studi Keperawatan yang telah membantu dan mempermudah urusan selama kami menjadi mahasiswa khususnya dalam proses penyusunan skripsi ini.
9. Sahabat tersayang (Yunisah Anggraini, Maya Selviana, Dian Mayasari, Ija Meilinsa, Nurros Mei, Dwi Indah Mawarni, Siti Maryani, Amelia safitri, Yuyun Eliza, dan Yunita Lestari) terima kasih atas semangat dan do'a serta kebaikan selama penyusunan skripsi ini, mari kita sukses bersama.
10. Teman-teman seperjuangan PSIK reguler 2017 yang luar biasa, dan semoga kita semua menjadi orang yang bermanfaat dan sukses.
11. Diriku sendiri terima kasih telah berjuang, bersabar, dan berhasil menyelesaikan skripsi ini sampai akhir. Semoga lelah ini menjadi pahala dan ilmu yang telah didapatkan selama ini bisa bermanfaat bagi orang banyak serta diberikan keberkahan oleh Allah SWT, Aamiin Allahumma Aamiin.

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah puji dan syukur kepada Allah SWT karena rahmat dan karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul “Hubungan Pengetahuan Dengan Kecemasan Pada Remaja Putri Dalam Menghadapi *Menarche*”. Dalam penyusunan skripsi ini, peneliti mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah membimbing, membantu, serta mendukung penulis dalam menyelesaikan skripsi, diantaranya:

1. Ibu Hikayati, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Ketua Bagian Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya.
2. Ibu Eka Yulia Fitri Y, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Koordinator Program Studi Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya.
3. Ibu Karolin Adhisty, S.Kep., Ns., M.Kep selaku pembimbing 1 yang telah banyak meluangkan waktunya dalam membimbing, mengarahkan, serta memberikan saran-saran dalam penulisan skripsi.
4. Ibu Fernaliza Rizona, S.Kep., Ns., M.Kep selaku pembimbing 2 yang telah banyak meluangkan waktunya dalam membimbing, mengarahkan, serta memberikan saran-saran dalam penulisan skripsi.
5. Ibu Sri Maryatun, S.Kep., Ns., M.Kep selaku penguji 1 yang telah bersedia menjadi penguji, memberikan arahan, dan saran dalam skripsi ini.
6. Ibu Hikayati, S.Kep., Ns., M.Kep selaku penguji 2 yang telah bersedia menjadi penguji, memberikan arahan, dan saran dalam skripsi ini.
7. Seluruh dosen dan staf administrasi Program Studi Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya
8. Kedua orang tua tercinta (Bapak Muhammad Munir dan Ibu Siti Asiah) yang selalu memberikan doa, semangat, serta dukungan baik secara moril maupun materil.
9. Pihak SD Negeri 09 Lubai Ulu yang telah memberikan izin dalam melaksanakan penelitian serta memperoleh data guna mendukung penyelesaian penelitian skripsi ini.
10. Seluruh keluarga besar PSIK terkhusus reguler 2017 yang saat ini sedang berjuang bersama, dan selalu memberikan dukungan kepada peneliti untuk menyelesaikan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih banyak kekurangan baik dalam hal penulisan maupun isi yang terkandung didalamnya karena keterbatasan kemampuan dan pengetahuan yang penulis miliki. Akhir kata, semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua banyak pihak, khususnya bagi perkembangan Program Studi Keperawatan.

Indralaya, Agustus 2022

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
SURAT PERNYATAAN	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
ABSTRAK	v
<i>ABSTRACT</i>	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR SKEMA	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
RIWAYAT HIDUP	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah.....	7
C. Tujuan Penelitian	7
1. Tujuan Umum	7
2. Tujuan Khusus	8
D. Manfaat Penelitian	8
1. Manfaat Teoritis	8
2. Manfaat Praktis	8
E. Ruang Lingkup Penelitian.....	9
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	11
A. Remaja	11
1. Pengertian Remaja	11
2. Tahap Perkembangan Remaja.....	11
3. Aspek Perkembangan Remaja.....	12
4. Tugas Perkembangan Remaja	16
5. Masalah Umum Pada Remaja	17

B. Menarche	17
1. Pengertian <i>Menarche</i>	17
2. Siklus Menstruasi	18
3. Faktor-Faktor Penyebab Menstruasi	18
4. Fase-Fase Dalam Menstruasi	20
5. Tanda dan Gejala Menstruasi.....	21
6. Gangguan Menstruasi.....	21
7. Kebersihan Diri Saat Menstruasi	22
C. Pengetahuan	24
1. Definisi Pengetahuan	24
2. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Pengetahuan.....	25
3. Tingkat Pengetahuan.....	27
4. Pengukuran Pengetahuan	28
D. Kecemasan	29
1. Definisi Kecemasan	29
2. Mekanisme Kecemasan.....	29
3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan.....	30
4. Gejala Klinis Kecemasan	31
5. Tingkat Kecemasan.....	32
6. Respon Terhadap Kecemasan	33
7. Penatalaksanaan Kecemasan.....	35
E. Kerangka Teori	36
F. Penelitian Terkait	37
BAB III METODE PENELITIAN	41
A. Kerangka Konsep	42
B. Desain Penelitian	42
C. Hipotesis	42
D. Definisi Operasional	42
E. Populasi Dan Sampel	46
F. Tempat Penelitian	49
G. Waktu Penelitian	49
H. Etika Penelitian	49

I. Jenis Data Dan Alat Pengumpul Data.....	52
J. Uji Validitas Dan Reliabilitas.....	55
K. Prosedur Pengumpulan Data	57
L. Analisa Data.....	60
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	63
A. Gambaran Umum Tempat Penelitian.....	63
B. Hasil Penelitian.....	63
1) Analisis Univariat.....	65
2) Analisis Bivariat.....	66
C. Pembahasan Hasil Penelitian	64
1. Pembahasan Univariat.....	68
2. Pembahasan Bivariat.....	73
D. Keterbatasan Penelitian	75
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	76
A. Simpulan	76
B. Saran	77
DAFTAR PUSTAKA	78
LAMPIRAN.....	

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Penelitian Terkait	37
Tabel 3.1 Definisi Operasional	44
Tabel 3.2 Jumlah Sampel Per Unit Angkatan	48
Tabel 3.3 Perhitungan Jumlah Sampel Perkelas	48
Tabel 3.4 Kisi-Kisi Kuesioner Pengetahuan	53
Tabel 3.5 Kisi-Kisi Kuesioner Kecemasan	54
Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Usia.....	64
Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Kelas	64
Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Pengetahuan.....	65
Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi Kecemasan.....	65
Tabel 4.5 Analisis Hubungan Pengetahuan Dengan Kecemasan Pada Remaja Putri Dalam Menghadapi <i>Menarche</i>	66

DAFTAR SKEMA

Skema 2.1 Kerangka Teori.....	36
Skema 3.1 Kerangka Konsep	41

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Surat Studi Pendahuluan
- Lampiran 2 Sertifikat Etik
- Lampiran 3 Surat Izin Penelitian
- Lampiran 4 Surat Pernyataan Telah Melakukan Penelitian
- Lampiran 5 Lembar Penjelasan Penelitian
- Lampiran 6 Lembar *Informed Consent*
- Lampiran 7 Lembar Observasi Calon Responden
- Lampiran 8 Kuesioner Penelitian
- Lampiran 9 Dokumentasi Penelitian
- Lampiran 10 Hasil Uji Validitas
- Lampiran 11 Hasil Uji Reliabilitas
- Lampiran 12 Hasil SPSS Analisis Univariat
- Lampiran 13 Hasil SPSS Analisis Bivariat
- Lampiran 14 Lembar Konsultasi
- Lampiran 15 Uji Plagiat

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

A. Biodata Diri

1. Nama : Ana Dewi Saputri
2. NIM : 04021181722014
3. Tempat & Tanggal Lahir: Sumber Mulya, 07 Januari 1999
4. Anak Ke- : 2 dari 2 bersaudara
5. Nama Orang Tua
 Ayah : Muhammad Munir
 Ibu : Siti Asiah
6. Alamat :Ds.Sumber Mulya, Kec.Lubai Ulu,
 Kab.Muara Enim
7. Telp/HP : 081366941190
8. Email : anadewisaputri07@gmail.com
9. Agama : Islam

B. Riwayat Pendidikan

1. TK IKI PTPN7 Beringin: (2004-2005)
2. SDN 09 Lubai Ulu : (2005-2011)
3. SMPN 8 Prabumulih : (2011-2014)
4. SMAN 6 Prabumulih : (2014-2017)
5. PSIK FK UNSRI : (2017-Sekarang)

C. Riwayat Organisasi

1. Palang Merah Remaja SMPN 8 Prabumulih
2. Paduan suara SMAN 6 Prabumulih
3. Paduan Suara PSIK FK UNSRI
4. DPM KMIK FK UNSRI
5. LDPS SAHARA PSIK FK UNSRI
6. KMP UNSRI (Keluarga Mahasiswa Prabumulih Universitas Sriwijaya).

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Remaja adalah masa transisi sangat penting dalam perkembangan seseorang mulai dari masa kanak-kanak hingga waktu usia dewasa (Sinagadkk, 2017). *World Health Organization* (WHO) menerangkan 10-19 tahun merupakan batas usia remaja. Remaja ialah penduduk dalam rentang umur 10-18 tahun berdasarkan Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 25 Tahun 2015. Sementara itu, rentang usia pada remaja berdasarkan penjelasan dari BKKBN (Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional) yaitu usia 10 hingga 24 tahun dan juga belum menikah. Adapun Depkes RI (Departemen Kesehatan Republik Indonesia) pada tahun 2014, menyimpulkan bahwa usia 10-19 tahun dan belum menikah masuk dalam kategori remaja.

Masa remaja disebut sebagai masa peralihan yang didukung dalam berbagai perubahan fisik, psikis, emosi, dan juga masuk dalam periode pematangan organ reproduksi yang sering disebut masa pubertas. Masa ini terdapat pula perubahan biologis dan perubahan tuntutan dari lingkungan sehingga diperlukan suatu proses penyesuaian diri khususnya bagi remaja putri. Adapun perubahan secara sekunder yang dialami oleh remaja putri yaitu tumbuhnya rambut diarea kemaluan, pembesaran payudara, penambahan tinggi badan, dan lain sebagainya. Selain itu, terdapat juga perubahan primer pada remaja putri yaitu datangnya *menarche* (menstruasi pertama) (Lubis, 2013).

Menarche yang terjadi pada remaja putri menjadi suatu tanda bahwa ia telah berada ditahap kedewasaan terkhusus pada sistem reproduksi (Lubis, 2013). *Menarche* adalah menstruasi pertama yang terjadi akibat proses sistem hormonal yang kompleks. Setelah panca indera menerima rangsangan yang diteruskan kepusat dan diolah oleh hipotalamus, dilanjutkan dengan hipofise melalui sistem portal dikeluarkan hormon gonadotropin perangsang folikel dan luteinizing hormon untuk merangsang indung telur (Manuaba, 2007).

Usia *menarche* pada remaja putri sangat beragam, secara umum remaja putri mengalami *menarche* pada usia 13-14 tahun. *Menarche* juga bisa terjadi lebih awal pada usia 9-10 tahun atau lebih lambat pada usia 17 tahun tergantung pada perkembangan hormon ataupun faktor-faktor yang mempengaruhi kedewasaan remaja putri itu sendiri (Lubis, 2013). Hasil Riskesdas (2010) menunjukkan bahwa berdasarkan laporan responden yang sudah mengalami menstruasi, rata-rata usia *menarche* di Indonesia berusia 13 tahun (20,0%) dengan kejadian lebih awal pada usia kurang dari 9 tahun. Secara nasional rata-rata usia *menarche* 13-14 tahun terjadi pada 37,5% remaja putri di Indonesia dengan siklus yang berbeda-beda.

Menstruasi terjadi sesuai dengan siklusnya. Siklus menstruasi yang teratur yaitu jarak awal mulainya menstruasi yang lalu dan mulainya menstruasi berikutnya. lama siklus menstruasi yang normal adalah 28 hari (Prawiroharjo, 2009). Terdapat 10-15% perempuan mempunyai siklus menstruasi 28 hari (Nugroho & Utama, 2014). Siklus menstruasi memiliki waktu yang bervariasi, tidak hanya antara perempuan disetiap individunya,

bahkan sekalipun kembar identik mempunyai kemungkinan siklus yang berbeda (Bobak, 2004).

Menstruasi pertama (*menarche*) dapat menimbulkan perubahan psikologis bagi remaja putri, diantaranya berupa perubahan emosional yaitu perasaan cemas. Contoh dari perubahan psikologis pada rasa cemas yang dirasakan remaja putri seperti sering terkejut, timbulnya rasa takut, bersikap irasional bahkan mudah tersinggung (Kartono, 2006). Gejala yang sering terjadi pada remaja putri dalam menghadapi *menarche* yaitu kecemasan (Kartono, 2006).

Kecemasan adalah keadaan khawatir yang mengeluhkan bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi. Kecemasan (ansietas) merupakan suasana perasaan (*mood*) yang ditandai oleh gejala jasmaniah misalnya kekhawatiran tentang masa depan serta ketegangan fisik. Kecemasan memberikan sinyal untuk menyadarkan dan memperingatkan adanya bahaya yang mengancam, serta bisa terjadinya individu mengambil tindakan untuk mengatasi ancaman (Durand, 2006).

Kecemasan yang datang secara berkelanjutan dan tidak segera diatasi, akan menyebabkan rasa takut yang berulang-ulang bahkan berlebihan terhadap menstruasi (Kartono, 2006). Remaja putri akan terkena dampak perubahan psikologis yang menyebabkan menurunnya kemampuan untuk mengontrol dan menguasai emosi. Kondisi ini membuat remaja putri menjadi enggan bekerja, bosan pada setiap kegiatan yang melibatkan perorangan, kurang bertenaga, kurang bergairah menyelesaikan tugas-

tugas di sekolah yang menyebabkan tidak stabilnya prestasi remaja putri (Mansur, 2009).

Sasongko (2009) mengemukakan bahwa dari 60 responden terdapat 26,67% responden mengalami tingkat kecemasan berat, 55% mengalami tingkat kecemasan sedang, dan 18,33% siswa mengalami tingkat kecemasan ringan dalam menghadapi *menarche* (Proverawati & Sasongko, 2009). Remaja putri yang sudah merasakan menstruasi pertama ketika diberi pertanyaan tentang perasaan ketika mengalami menstruasi diperoleh jawaban 4 remaja putri (40%) merasa takut dan 6 remaja putri (60%) mengatakan cemas saat akan menstruasi, setelah ditanya lebih detail diketahui bahwa mereka belum sama sekali mendapatkan informasi tentang menstruasi (Nilawati, 2010).

Kecemasan berawal dari pertemuan stimulus berupa keadaan yang berpengaruh dalam membentuk kecemasan secara langsung maupun tidak langsung, sehingga diproses melalui kognitif dengan menggunakan schemata (Blackburn & Davidson dalam Andini, 2012). Salah satu faktor penyebab terjadinya kecemasan menghadapi *menarche* ialah pengetahuan (Azwar, 2011). Pengetahuan bisa diperoleh dari orang-orang terdekat, agama atau keyakinan yang berlaku didalam masyarakat, kebudayaan serta tradisi pada tempat tinggal, dan persepsi seseorang akan membentuk pengetahuan terhadap objek tertentu (Azwar, 2011).

Remaja putri dalam menghadapi *menarche* perlu ada persiapan berupa Pengetahuan dan informasi yang dibutuhkan seperti akan adanya perubahan secara psikologis, fisiologis, dan biologis (Aryani, 2010).

Adanya menstruasi menjadi tanda biologis pada kematangan seksual. Selain itu, perubahan yang terjadi secara fisiologis meliputi timbulnya jerawat, munculnya gejala seperti sakit pinggang, dan pegal linu. Bersamaan dengan hal tersebut, perubahan pada aspek psikologis yang terjadi ditandai dengan adanya perasaan bingung, rasa tidak nyaman, serta gelisah (Afifah & Hastuti, 2016).

Bagi remaja putri menjelang menstruasi menjadi peristiwa yang penting, sebab proses ini ternyata memberikan dampak secara langsung terhadap kejiwaan pada remaja itu sendiri (KEMENKES RI, 2013). Kejadian menstruasi pertama dapat menimbulkan kecemasan bagi remaja putri, namun sebaliknya peristiwa ini pula dapat menjadikan perasaan senang sebagai suatu proses untuk meningkatkan kepercayaan diri jika remaja putri sudah mendapatkan informasi tentang menstruasi dengan baik (Proverawati & Misaroh, 2009). Respon negatif yang akan terjadi seperti terkejut, merasa takut, sedih, malu, kecewa, bingung, dan khawatir (Fajri & Khairani, 2011).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan dengan wawancara dan membagikan kuesioner kepada 21 siswi di SD Negeri 09 Lubai Ulu kelas V dan VI. Didapatkan bahwa lima belas dari dua puluh satu siswi belum mengalami menstruasi. Enam dari dua puluh satu siswi siswi sudah mengalami menstruasi. Lima dari lima belas siswi yang belum mengalami menstruasi mengatakan belum mengetahui apa itu menstruasi, dua dari lima belas siswi yang belum menstruasi menyatakan sudah pernah mendengar kata menstruasi namun belum mengetahui tentang tindakan

persiapan saat *menarche*, tanda dan gejala *menarche*, siklus menstruasi dan mengapa menstruasi terjadi pada remaja putri. Sepuluh dari lima belas siswi yang belum menstruasi menyatakan pernah diberitahu oleh orang tuanya dan mendengar cerita teman sebayanya bahwa perempuan akan mengalami menstruasi, namun informasi tersebut hanya menyatakan bahwa saat menstruasi akan mengeluarkan darah saja. Siswi juga mengatakan belum pernah mendapatkan informasi terkait tentang *menarche*.

Berdasarkan latar belakang diatas peneliti tertarik melakukan penelitian tentang hubungan pengetahuan dengan kecemasan pada remaja putri dalam menghadapi *menarche*.

B. Rumusan Masalah

Remaja putri akan mengalami *menarche*. Remaja putri yang akan merasakan terjadinya perubahan psikis yang berbeda yaitu kecemasan saat menghadapi *menarche*. Salah satu penyebab kecemasan adalah pengetahuan. Kurangnya pengetahuan tentang menstruasi menjadi salah satu peristiwa adanya rasa kecemasan karena tidak semua remaja putri mengetahui mengenai *menarche* dan bagaimana cara menghadapinya. Informasi yang kurang tepat mengenai menstruasi akan mempengaruhi emosi dan gugup dalam menghadapi menstruasi seperti perasaan bingung dan takut dengan kondisi telah yang dialaminya. Sehingga peneliti merumuskan masalah hubungan pengetahuan dengan kecemasan pada remaja putri dalam menghadapi *menarche*?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan pengetahuan dengan kecemasan pada remaja putri dalam menghadapi *menarche*.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui karakteristik responden (usia dan kelas) pada remaja putri.
- b. Mengetahui distribusi frekuensi pengetahuan pada remaja putri dalam menghadapi *menarche*
- c. Mengetahui distribusi frekuensi kecemasan pada remaja putri dalam menghadapi *menarche*
- d. Menganalisis hubungan pengetahuan dengan kecemasan pada remaja putri dalam menghadapi *menarche*.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai sumber referensi bagi penelitian selanjutnya mengenai hubungan pengetahuan dengan kecemasan pada remaja putri dalam menghadapi *menarche*.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Pelayanan Kesehatan

Institusi pelayanan kesehatan terutama pada tenaga kesehatan di puskesmas setempat untuk lebih dapat memberikan intervensi pendidikan kesehatan mengenai menstruasi terutama bagi remaja putri yang belum mengalami *menarche* agar meningkatkan

pengetahuan dan remaja putri lebih bisa mempersiapkan diri saat mengalami *menarche* sehingga kecemasan bisa teratasi.

b. Bagi SD Negeri 09 Lubai Ulu

Pihak sekolah dapat melakukan kerjasama dengan Puskesmas setempat dalam memberikan pendidikan kesehatan mengenai menstruasi kepada siswi di Sekolah. Pihak Sekolah juga dapat membantu menyediakan baca seperti poster sebagai alat bantu penyampaian informasi untuk remaja putri saat pendidikan kesehatan.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian terkait intervensi pendidikan kesehatan mengenai *menarche* kepada remaja putri dengan menggunakan media untuk lebih mempermudah dalam menyampaikan informasi sehingga dapat meningkatkan pengetahuan yang lebih baik dan mengurangi kecemasan pada remaja putri.

E. Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan untuk mengetahui hubungan pengetahuan dengan kecemasan pada remaja putri dalam menghadapi *menarche* yang termasuk dalam ruang lingkup penelitian keperawatan maternitas. Populasi yang diambil pada penelitian ini yaitu remaja putri berusia 11-12 tahun berada di Sekolah Dasar Negeri 09 Lubai Ulu kelas V dan VI, dan belum mengalami menstruasi berjumlah 101 remaja putri. Jenis penelitian yang dilakukan adalah penelitian kuantitatif dengan

menggunakan desain penelitian *cross sectional*. Pengambilan sampel dilakukan dengan menggunakan *stratified random sampling* serta alat ukur penelitian yaitu kuisisioner pengetahuan dan kecemasan. Variabel independen atau variabel bebas pada penelitian ini yaitu pengetahuan, sedangkan variabel dependen (variabel terikat) ialah kecemasan remaja putri dalam menghadapi *menarche*. Uji statistik berupa uji *chi square* menggunakan bantuan *software computer* dengan derajat kemaknaan 5% atau (0,05). Hasil analisis bivariat menunjukkan bahwa nilai *p-value* = $0,000 < 0,05$. Hasil tersebut yang artinya terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan kecemasan pada remaja putri dalam menghadapi *menarche*. Penyajian data disajikan dalam bentuk perhitungan analisis bivariat atau tabulasi silang antara variabel dependen dan independen disertai interpretasi data.

DAFTAR PUSTAKA

- Ade. (2011). *Psikologi Kesehatan Wanita (Remaja, Menstruasi, Menikah, Hamil, Nifas Dan Menyusui)*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Afifah, A., & Hastuti, P. (2016). Hubungan Tingkat Pengetahuan tentang Menstruasi dengan Kesiapan Menghadapi Menarche pada Siswi Kelas V dan VI di SD Negeri Dangkel Parakan Temanggung. *Jurnal Kebidanan*,5(11), 49–61.
- Ajhuri, K. F. (2019). *Psikologi Perkembangan: Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga
- Anas, S. (2005). *Pengantar Evaluasi Pendidikan*. Jakarta: Paja Grafindo Persada.
- Anastasia. (2017). *Ini Dia 9 Keluhan Saat Menstruasi Dan Cara Mengatasinya*.*Detikhealth*. Diakses Pada Tanggal 02 Januari2021.
- Andini. (2012). *Hubungan Pola Asuh Orang Tua Dengan Tingkat Kecemasan Pada Remaja Dalam Menghadapi Menarche Di SD Negeri Nayu 77 Surakarta*. (Karya Tulis Ilmiah Universitas Sebelas Maret Tahun 2012). Diakses DigilibUns.Ac.Id
- Anggraini, D. (2016). *Hubungan Pengetahuan Tentang Menstruasi Dengan Kecemasan Menghadapi Menarche Pada Siswi Kelas V SD Muhammadiyah Wirobrajan 3 Yogyakarta* [Skripsi]. Yogyakarta: Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Yogyakarta
- Anggraini, W., & Sari, K. I. P. (2018). Hubungan Pengetahuan Remaja Tentang Menstruasi Dengan Tingkat Kecemasan Dalam Menghadapi Menarche Pada Siswi Kelas Iv Dan V Sdi Darul Hikmah Krian Sidoarjo. *Nurse And Health: Jurnal Keperawatan*, 7(1).
- Aprilia, E. N. (2018). Pengetahuan Tentang Menarche Sebagai Upaya Mengurangi Kecemasan Pada Remaja Putri Dalam Menghadapi Menarche. *Jurnal Keperawatan Notokusumo*. 6(1). 32-39
- Arikunto. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Aryani, R. (2010). *Kesehatan Remaja Problem dan Solusinya*. Jakarta: SalembaMedika.
- (2013). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Atikah., & Siti. (2009). *Menarche: Menstruasi Pertama Penuh Makna*.Yogyakarta: Nuha Medika.
- Azwar, S. (2012). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.
- Barus, E. M. B. (2018). Perbandingan tingkat nyeri haid (dismenorea) sebelum dan sesudah hipnoterapi pada mahasiswa kebidanan D-III tingkat I di poltekkes kemenkes Medan tahun 2018. [skripsi] Politeknik Kesehatan Kemenkes RI, Medan, Indonesia.
- Budiman., & Riyanto, A. (2014). *Kapita Selektu Kuesioner Pengetahuan Dan Sikap Dalam Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Salemba Medika.
- Cunningham, F., Gery.,&dkk. (2005). *Obstetri Williams Edisi 21*. Jakarta: EGC.
- Dahlan, M. S. (2016). *Statistik Untuk Kedokteran Dan Kesehatan: Deskriptif, Bivariat, Dan Multivariat*. Jakarta: Epidemiologi Indonesia.

- Depkes RI. (2014). *Profil kesehatan Indonesia 2014*. Jakarta: Depkes RI
- Dharma, K.K. (2011). *Metodologi Penelitian Keperawatan: Pandua Melaksanakan Dan Menerapkan Hasil Penelitian*. Jakarta: Cv Trans Info Media.
- Dieny. (2014). *Permasalahan Gizi Pada Remaja Putri*. Yogyakarta: Graha Ilmu
- Durand, M. V. (2006). *Intisari Psikologi Abnormal*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.
- Eny, K. (2013). *Kesehatan Reproduksi Remaja Dan Wanita*. Jakarta: Salemba Medika.
- Fajri, A., & Khairani. (2011). Hubungan Antara Komunikasi Ibu-Anak Dengan Kesiapan Menghadapi Menstruasi Pertama (Menarche) Pada Siswi SMP Muhammadiyah Banda Aceh. *Jurnal Psikologi Undip*, 10(2), 133-143.
- Farida,. & Yudi. (2010). *Buku Ajar Keperawatan Jiwa*. Jakarta: Salemba Medika.
- Fitriani, R., Sulistyarini, T., & Richard, S, D. (2018). Pengetahuan Berhubungan Dengan Kecemasan Remaja Putri Menghadapi Menarche. *Jurnal stikes*, 11(1), 1-90.
- Gamis, D. G. A. L. (2018). Determinan personal hygiene organ reproduksi eksterna wanita di SMA Advent Bitung Provinsi Sulawesi Utara tahun 2018. [skripsi] Universitas Hasanuddin, Makassar, Indonesia.
- Hastono, S., P. (2018). *Analisis Data Pada Bidang Kesehatan*. Depok: Rajawali.
- Heriana, C. (2015). *Manajemen Pengolahan Data Kesehatan*. Bandung: Refika Aditama.
- Hidayat, A.A.(2003). *Riset Keperawatan & Teknik Penulisan Ilmiah*. Jakarta: Salemba Medika.
- _____. (2010). *Metodologi Penelitian Dan Teknik Analisis Data*. Jakarta: Salemba Medika
- _____. (2021). *Cara Praktis Uji Statistik Dengan Spss*. Surabaya: Health Books Publishing.
- Hurlock, E. B .(2011). *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan Edisi 5*. Jakarta : Erlangga.
- Imam, Z., & Ella, M. (2012). *Hubungan Sikap dengan Tingkat Kecemasan Remaja Putri Kelas V Menjelang Menarche di SDN Kandang Sapi II Kota Pasuruhan*[Skripsi]. STIKES Bina Sehat PPNI.
- Janti, S. (2014). Analisis Validitas Dan Reliabilitas Dengan Skala Likert Terhadap Pengembangan Si/Ti Dalam Penerapan Paengambilan Keputusan Penerapan Strategis Planning Pada Industry Garmen. *Jurnal Prosing Seminar Nasional Aplikasi Sanins& Teknologi (SNAST)*, 1979-911x.
- Jayanti, F. N., & Purwanti, S. (2011). Deskripsi Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kesiapan Anak dalam Menghadapi Menarche di SD Negeri 1 Kretek Kecamatan Brebes. *Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 3(1), 1–14.
- Kakani, C. R., & Bhatt, J. K. (2017). Study of adaptability and efficacy of menstrual cup in managing menstrual health and hygiene. *International Journal of*

- Kaplan, H. I., Sadock, B.J., & Grebb, J.A. (2010). *Sinopsis Psikiatri Jilid 2*. Jakarta: Binarupa EGC
- Kartono, K. (2006). *Psikologi Wanita: Mengenal Gadis Remaja Dan Wanita Dewasa*. Bandung: Manda.
- Kemendes RI. (2013). *Riset Kesehatan Dasar*. Jakarta.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2018. Ministry Of Health Indonesia*. Jakarta
- Kementrian Kesehatan RI. (2015). *Situasi Kesehatan Reproduksi Remaja*. [www.Depkes.Go.Id](http://www.depkes.go.id). Jakarta : Pusat Data Dan Informasi.
- Kholid. (2014). *Promosi Kesehatan Dengan Pendekatan Teori Perilaku, Media, Dan Aplikasinya*. Jakarta: Raja Grafindo Persada
- Kusmiran, E. (2011). *Kesehatan Reproduksi Remaja Dan Wanita*. Jakarta: SalembaMedika.
- Kusmiran, E. (2012). *Kesehatan Reproduksi Remaja Dan Wanita*. Jakarta: SalembaMedika.
- Lestari, T. (2015). *Kumpulan Teori Untuk Kajian Pustaka Penelitian Kesehatan*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Lubis, N. L. (2013). *Wanita Dan Reprodukasinya*. Jakarta: Kencana Prenada MediaGroup
- Lutfiyana, I. (2016). Analisis Kesiapan Siswi Sekolah Dasar Dalam Menghadapi Menarche. *Jurnal Biometrika Dan Kependudukan*, Vol. 5, No. 2
- Mansur, H. (2009). *Psikologi Ibu & Anak Untuk Kebidanan*. Jakarta: Salemba Medika Manuaba. (2007). *Pengantar Kuliah Obstetri*. Jakarta: EGC.
- Masturoh, I. & Nauri, A., T. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: BPPSDM Kesehatan.
- Meiriza, W., & Satria, O. (2017). Hubungan berat badan tidak normal dengan kejadian amenore pada remaja putri. *Jurnal Kesehatan Perintis*. 4(2), 102-108.
- Nilawati, & dkk. (2013). Hubungan Dukungan Ibu Dengan Kecemasan Remaja Dalam Menghadapi Menarche Di SD Negeri Lomanis 01 Kecamatan Cilacap Tengah Kabupaten Cilacap. *Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 4(1). .
- Nixson. (2016). *Terapi Reminiscence: Solusi Pendekatan Sebagai Upaya Tindakan Keperawatan Dalam Menurunkan Kecemasan, Stres, Dan Depresi*. Jakarta: Trans Info Media.
- Notoatmodjo, S. (2003). *Pendidikan Dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- _____. (2010). *Promosi Kesehatan Teori Dan Aplikasi Edisi Revisi 2010*. Jakarta: Rineka Cipta
- _____. (2012). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- _____. (2014). *Promosi Kesehatan Dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.

- _____. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- _____. (2018). *Promosi Kesehatan Dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nora, R. (2020). Hubungan Pengetahuan Dengan Tingkat Kecemasan Menghadapi Menarche Pada Siswi Di SDN 2 Lubuk Buaya Padang. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 9(1), 27-35.
- Nugroho, T., & Utama, B. I. (2014). *Masalah Kesehatan Reproduksi*. Jakarta; EGC.
- Nurmala, I., Rahman, F., Nugroho, A., Erlyani, N., Laily, N., *et al.* (2018). *Promosi Kesehatan*. Surabaya: Airlangga University Press.
- Nurrauni, V., Susilawati., & Haryani, H. (2021). Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Menarche Dengan Kecemasan Menghadapi Menarche Di Sd Negeri 1 Pasirhalang Wilayah Kerja Puskesmas Sukaraja Kabupaten Sukabumi. *Jurnal Ilmu Kesehatan Karya Bunda Husada*, 7(1).
- Nursalam. (2017). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan : Pendekatan Praktis, Edisi 4*. Jakarta : Salemba Medika.
- Pakpahan, M., *et al.* (2021). *Promosi Kesehatan Dan Perilaku Kesehatan*. Medan: Yayasan Kita Menulis
- Pancawati.,& dkk. (2008). Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Menstruasi Dengan Kecemasan di SD Muhammadiyah Gombong. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Keperawatan*, 4(1).
- Permana, Y, I., & Untari, I. (2012). Hubungan antara pengetahuan dengan kecemasan menghadapi menarche pada siswi kelas VI. *Jurnal kebidanan*, 4 (2).
- Pina, D, W. (2013). *Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Menarche Terhadap Tingkat Kecemasan Siswi Dalam Menghadapi Menarche Di SD N Blimbing 01 Gatak Sukoharjo* [Skripsi]. Surakarta [ID]: Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Potter., & Perry. (2005). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan Edisi 4 Konsep, Proses, Dan Praktik*. Jakarta: EGC.
- Prawirohardjo, S. (2009). *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: PT. Bina Puataka Sarwono Prawirohardjo.

- Proverawati, A., & Misaroh, S. (2011). *Menarche, Menstruasi Pertama Penuh Makna*. Jogjakarta: Nuha Medika
- Rahmawati, D. T., Situmorang, R. B., & Yulianti, S. (2019). Pengaruh akupresur terhadap penurunan nyeri dysmenorhea. *Jurnal Kebidanan dan Kesehatan Tradisional*. 4(2), 57-119.
- Ratna. (2009). *Hubungan Tingkat Pengetahuan Nyeri Haid Primer Dengan Tingkat Kecemasan Menghadapi Menarche Pada Siswi Kelas VI SDN Mangkubumen Lor* [skripsi]. Universitas Mangkubumen Lor.
- Riskesdas. (2010). *Laporan Riset Kesehatan Dasar, Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Republik Indonesia*.
- Ristiana, N. (2016). Faktor yang berhubungan dengan praktik personal hygiene organ genitalia eksterna pada santriwati di pondok pesantren Al-Uswah Semarang. [skripsi] Universitas Negeri Semarang, Indonesia
- Rosyidah, M. & Fijra, R. (2021). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Deepublish
- Santrock., & John , W. (2003). *Adolescence Perkembangan Remaja Edisi 6*. Jakarta :Erlangga.
- Sarwono, S. W. (2008). *Psikologi Remaja*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Sasongko, B. (2009). *Tingkat Kecemasan Siswa Dalam Menghadapi Menarche. [Skripsi]. Banyuwangi [ID]: Universitas Bakti Indonesia Banyuwangi*.
- Sastroasmoro, S., & Ismael. (2010). *Dasar-Dasar Metodologi Penelitian Klinis*. Jakarta: Alfabeta.
- Sinaga, D, N. (2009). *Hubungan Pengetahuan Tentang Menstruasi Dengan Tingkat Kecemasan Menghadapi Menarche Pada Siswi Kelas VII di SMP Negeri 35 Palembang Tahun 2009* [skripsi]. Universitas Sriwijaya.
- Sinaga, dkk. (2017). *Manajemen kesehatan menstruasi*. Indonesia: Universitas Nasiona; IWWASH Global One.
- Sinaga, dkk. (2017). *Manajemen kesehatan menstruasi*. Indonesia: universitas nasional; IWWASH Global One

- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Soetjoningsih. (2010). *Tumbuh Kembang Remaja Dan Permasalahannya*. Jakarta: CV Sagung Seto.
- Stuart, G. W. (2007). *Buku Saku Keperawatan Jiwa Edisi 5*. Jakarta: EGC
- Suarni, L. (2019). Deskripsi Tingkat Kecemasan Remaja Putri Yang Mengalami Menarche Di SMP Islam Terpadu Kholisaturrhmi Binjai. *Jurnal Jumantik*, 5(1).
- Sulung, N., & Yellisia, M. (2017). Factors Associated With Menarche At Seventh Grade Students In Junior High School. *Jurnal Human Care*, 3(2).
- Suryani, E., & Widyasih, H. (2010). *Psikologi Ibu Dan Anak*. Yogyakarta: Fitramaya Syntia, N. (2012). *Biologi Reproduksi*. Yogyakarta: Pustaka Rihama
- Tantry., dkk. (2019). Gambaran Pengetahuan, Sikap, Dan Perilaku Perawatan Diri Selama Menstruasi Pada Siswi SMPN 13 Bandung. *Jurnal Ilmu KeperawatanDan Kebidanan*, 10(1).
- Tartowo. (2010). *Kesehatan Remaja, Problem Dan Solusinya*. Jakarta: Salemba Medika.
- UNICEF. (2011). *The state of the world's children 2011*.
- Waht., dkk. (2007). *Promosi kesehatan: sebuah pengantar proses belajar mengajar dalam pendidikan*. Yogyakarta: graha imu.
- Waryana. (2010). *Gizi Reproduksi*. Yogyakarta: Pustaka Rihama.
- WHO. (2014). Health For The World's Adolescents: A Second Chance In The Second Decade. *Geneva, World Health Organization Departemen Of Noncommunicable Disease Surveillance*.
- Widyaningrum, P. (2010). *HubunganAntara Pengetahuan TentangMenstruasi Dengan Sikap MenghadapiMenarche Pada Remaja Putri di SDNegeri Bulukantil Jebres SurakartaTahun 2010* [skripsi]. Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret Surakarta.
- Wiknjosastro. (2005). *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: Yayasan Bina Sehat Pustaka. Wong, D. (2009). *Buku Ajar Keperawatan Pediatric*. Jakarta: EGC.

- Yusuf, S. (2010). *Psikologi Perkembangan Anak & Remaja*. Bandung: Pt Remaja Rosdakarya.
- Zulmiyetri, Nurhastuti & Safaruddin. (2019). *Penulisan Karya Ilmiah*. Jakarta: Kencana Zuyina., & Siti. (2011). *Psikologi Kesehatan*. Yogyakarta: Nuha Medika.