

JURNAL SAKTI BIDADARI

p-ISSN: [2580-1821](#) ; e-ISSN: [2615-3408](#)

HUBUNGAN PENGETAHUAN REMAJA PUTRI DENGAN TINGKAT KECEMASAN TERHADAP MENARCHE PADA SISWI MTS MIFTAHUL ULUM DI DESA GUGUL KECAMATAN TLANAKAN KABUPATEN PAMEKASAN

Teguh Achmalona fajariawan u.¹, Tety Ripursari², Emi Yunita³

¹Fakultas keperawatan Universitas Qamarul Huda Baddarudin Bagu
Jl. Turmuzi Badrudin, Bagu, Praya, Central Lombok Regency,
West Nusa Tenggara 83371

Email : teguhachmalona@gmail.com

²Fakultas keperawatan dan kebidanan IIK strada Kediri
Jl. Manila No.37, Sumberece, Tosaren, Kec. Pesantren, Kota Kediri,
Jawa Timur 64133

tetty30578ripursari@gmail.com

³Program Studi D3 Kebidanan Universitas Islam Madura
Jl.PP. Mifathul Ulum Bettet, Pamekasan 69351, Madura
fenidanaku@gmail.com

ABSTRACT

Adolescence is one of the stages in human life which is often referred to as puberty, which is a period of transition from children to adulthood. At this stage, adolescents will experience physical, emotional and social changes as a feature of puberty. This researcher aims to analyze the relationship between adolescent knowledge and the level of anxiety of adolescent girls about menarche. The research design used a correlation analytic design, with a Cross Sectional approach. With the independent variable is the knowledge of adolescents, while the dependent variable is the level of anxiety of young women about menarche. The sample studied was 30 female students. By taking samples using Non Probability Sampling, namely the total sampling technique. Data collection using Questionnaires and Checklists. The data is presented in tabular form, narration and cross tabulation is performed. The results showed that the knowledge of adolescents was sufficient as many as 26 people (86.6%). The level of anxiety of young women about menarche with a mild level of anxiety as many as 24 people (80%). The results of the statistical test obtained a significance result of $P 0.000 < \alpha 0.05$, then H_0 was rejected and H_1 was accepted. So it can be concluded that there is a relationship between adolescent knowledge and the level of anxiety of adolescent girls about menarche. With the problem of menarche, it is necessary to strive for problem solving between related parties, namely institutions, health service agencies, health centers by providing counseling so that risk factors can be identified and handled early.

Keywords: *Knowledge, Level of anxiety, Menarche*

1. PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan masa peralihan antara masa kehidupan anak-anak dan masa kehidupan orang dewasa yang ditandai dengan pertumbuhan dan

perkembangan biologis dan psikologis. Secara biologis ditandai dengan tumbuh dan berkembangnya seks primer dan seks sekunder sedangkan secara psikologis ditandai dengan sikap dan perasaan,

keinginan dan emosi yang labil atau tidak menentu[1].

Menarche adalah kejadian pertama dari menstruasi seorang wanita, sebuah peristiwa yang melambangkan kapasitas reproduksi, dan yang dalam banyak budaya mewakili transisi seorang wanita dari masa anak menjadi wanita. Selama masa transisi ini, seorang wanita mengalami banyak perubahan budaya, sosiologis, psikologis, dan fisik[2]. Gejala yang sering terjadi dan mencolok pada peristiwa menarche adalah kecemasan atau ketakutan diperkuat oleh keinginan untuk menolak proses fisiologis[3]

"Waktu menarche" adalah usia ketika seorang wanita muda pertama kali mulai menstruasi, dan sering dipelajari dalam hal menggambarkan mereka yang mengalami menarche dini atau terlambat relatif terhadap populasi tertentu. Waktu menarche penting untuk kesehatan wanita secara umum karena telah dikaitkan dengan tingkat kesuburan dan kematian wanita suatu negara; khususnya, menarche terjadi kemudian di negara-negara dengan tingkat kematian dan kesuburan yang tinggi[4].

Peristiwa menarche yang tidak disertai dengan pemberian informasi atau pendidikan kesehatan tentang menstruasi atau menarche dengan benar dan tepat akan mengakibatkan munculnya gejala - gejala seperti ketidaksiapan, ketakutan, kecemasan, gangguan berupa pusing, mual, dismenorhea, haid tidak teratur dan berbagai macam gangguan lainnya sehingga, Pendidikan kesehatan tentang menstruasi merupakan suatu aplikasi atau suatu proses penyampaian informasi tentang kesehatan menstruasi yang bertujuan untuk memberikan pengetahuan kepada remaja putri mengetahui apa yang harus dilakukan di saat mengalami menarche atau menstruasi pertama. Diharapkan dengan diberikannya pendidikan kesehatan tentang menstruasi remaja putri akan merasa siap dan tidak takut atau cemas dalam menghadapi menarche[5]

Pengetahuan remaja tentang kesehatan reproduksi remaja (KRR) relatif masih rendah sebagaimana ditunjukkan oleh hasil Survey Kesehatan Reproduksi

Remaja Indonesia (SKRRI) tahun 2007. Sebanyak 13% remaja perempuan tidak tahu tentang perubahan fisiknya dan hampir separuhnya (47,9%) tidak mengetahui kapan masa subur seorang perempuan. Setelah dilakukan pengambilan data awal cakupan dari tahun 2012 mulai dari januari sampai desember di peroleh data di MTs Miftahul Ulum di Desa Gugul Kecamatan Tlanakan Kabupaten pamekasan yaitu 40 siswi. Dari 40 siswi tersebut yang mengalami menarche berjumlah 30 orang (76,92%). Sedangkan remaja putri yang tidak mengalami menarche sebanyak 10 orang (23,08%). Dari 30 siswi yang mengalami menarche, di dapatkan 7 (70%) remaja putri yang mengalami menarche disertai dismenorhoe. Sedangkan 3 (30%) merupakan remaja putri yang mengalami menarche tidak disertai dismenorhoe.

Pada kenyataannya, orang tua masih merasa risih atau segan bahkan tidak mengerti cara yang tepat untuk berdiskusi tentang menstruasi. Pembicaraan tentang menstruasi masih dianggap sebagai suatu hal yang tabu, apalagi dibicarakan dengan remaja. Memang kompleks sekali permasalahan ini, orang tua mengalami hambatan dalam menjelaskan menstruasi karena menganggap tabu. Anggapan tabu ini mengakibatkan kepercayaan diri orang tua kecil dalam memberikan penjelasan. Akibatnya juga, proses untuk memberikan kepercayaan diri dan bekal pengetahuan bagi putrinya pun membutuhkan waktu yang lama. Pada akhirnya, semuanya dianggap sudah terlambat. Di sekolah remaja juga hanya mendapat materi tentang alat reproduksi dan tidak mengarah pada pengetahuan tentang menarche. Peranan orang tua atau pendidik amatlah besar dalam memberikan alternative jawaban dari hal-hal yang dipertanyakan oleh remaja putrinya. Untuk mengurangi masalah tersebut, sebagai tenaga kesehatan seharusnya memberikan kepeduliannya dengan cara memberikan penyuluhan tentang kesehatan reproduksi khususnya pada pengetahuan tentang menarche, sehingga dapat mengurangi kecemasan, perasaan takut, khawatir, dan gelisah dan Orang tua yang bijak akan memberikan lebih dari satu jawaban dan

alternative supaya remaja itu bisa berpikir lebih jauh dan memilih yang terbaik.

Pengetahuan mempunyai pengaruh terhadap kecemasan remaja dalam menghadapi menarche. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui “Hubungan pengetahuan remaja putri dengan tingkat kecemasan remaja putri tentang menarche pada siswi MTs Miftahul Ulum di Desa Gugul Kecamatan Tlanakan Kabupaten Pamekasan”.

2. METODE PENELITIAN

2.1 Desain Penelitian

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan desain penelitian Analitik Korelasi, yaitu dengan penelitian yang bertujuan untuk membutuhkan jawaban mengapa dan bagaimana. Sedangkan berdasarkan waktu penelitian peneliti menggunakan *cross-sectional*. Penelitian cross sectional adalah, suatu kegiatan penelitian tentang satu bagian dari gejala (populasi) dalam suatu waktu tertentu

2.2 Identifikasi variable

Variabel mengandung pengertian ukuran atau ciri yang dimiliki oleh anggota-anggota suatu kelompok berbeda dengan yang dimiliki oleh kelompok lain (Notoatmodjo, 2010). Variabel dalam penelitian ini adalah pengetahuan remaja putri dengan tingkat kecemasan remaja putri tentang menarche. Dalam penelitian ini variabel dependen yang digunakan adalah Tingkat Kecemasan Remaja Tentang Menarche.

Setelah variabel - variabel diidentifikasi dan diklasifikasikan, maka variabel-variabel tersebut perlu didefinisikan secara operasional. Penyusunan definisi operasional ini perlu, karena definisi operasional itu akan menunjuk alat pengambil data mana yang cocok untuk digunakan.[6]

2.2 Sampel Penelitian

Populasi dalam penelitian ini adalah sejumlah 30 siswi Sampel dalam penelitian ini menggunakan total

sampling dan Sampel dalam penelitian ini adalah remaja putri yang berjumlah 30 orang di MTs Miftahul Ulum Desa Gugul Kecamatan Tlanakan Kabupaten Pamekasan, dan Teknik Sampling yang digunakan adalah *Non probability sampling* yaitu *Total sampling* (sampling jenuh).[7]

2.3 Tempat Penelitian

Penelitian dilaksanakan di MTs Miftahul Ulum Desa Gugul Kecamatan Tlanakan Kabupaten Pamekasan, karena berdasarkan hasil study pendahuluan di wilayah ini pengetahuan remaja putri tentang menarche sangat rendah.

2.4 Analisa Data Penelitian

Dalam penelitian ini data bivariat adalah pengetahuan tentang menarche pada remaja putri. Data penelitian menggunakan ilmu statistika terapan yang disesuaikan dengan tujuan yang hendak dianalisis dan menggunakan SPSS untuk mencari ada tidaknya hubungan antara pengetahuan menarche dengan tingkat kecemasan menggunakan *Sperman Rank* merupakan uji yang digunakan untuk mengukur tingkat atau eratnya hubungan antara dua variabel yang berskala ordinal. dan instrument yang digunakan adalah kuisisioner tipe *Closed Ended* dan checklist digunakan untuk mengetahui tingkat kecemasan remaja putri dalam menghadapi menarche dengan menggunakan Skala HARS.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Data Umum

Tabel 1 : Umur

Karakteristik responden berdasarkan umur remaja putri

Umur	Frekuensi	Presentase%
11-12	11	36.66
13-14	16	53.33
< 15	3	10
Total	30	100

Sumber : Data primer

Berdasarkan Tabel 4.1 menunjukkan bahwa dari 30 remaja putri, sebagian besar

berumur 13-14 tahun yaitu sebanyak 16 responden (53.33%).

Tabel 2 : Pendidikan Karakteristik responden berdasarkan pendidikan orang tua remaja putri

Pendidikan	Frekuensi	Presentase%
Dasar	18	60,00
Menengah	7	23,03
Tinggi	5	16,6
Jumlah	30	100

Sumber : Data primer

Berdasarkan Tabel 4.2 menunjukkan bahwa dari 30 remaja putri hampir seluruhnya orang tua siswi lulusan sekolah dasar yaitu sebanyak 18 responden (60%).

Tabel 3. Pekerjaan Karakteristik responden berdasarkan pekerjaan orang tua remaja putri

Pekerjaan	Frekuensi	Persentase%
Petani	21	70
Wiraswasta	5	16.66
PNS	4	13.33
Total	30	100

Sumber : Data primer

Berdasarkan Tabel 4.2 menunjukkan bahwa dari 30 remaja putri, sebagian besar berasal dari keluarga petani yaitu sebanyak 21 responden (70%).

b.Data Khusus

Tabel 5 : Karakteristik Pengetahuan Karakteristik responden berdasarkan pengetahuan remaja putri tentang menarche

Pengetahuan	Frekuensi	Presentase%
Baik	3	10.00
Cukup	26	86.06
Kurang	1	3
Total	30	100

Sumber : Data primer

Berdasarkan Tabel 4.4 menunjukkan bahwa pengetahuan remaja

putri tentang menarche sebagian besar cukup yaitu sebanyak 26 responden (86.6%).

Tabel 6 : Karakteristik responden berdasarkan tingkat kecemasan remaja tentang menarche

Skala HARS	Frekuensi	Presentase%
Tidak Cemas	3	10.00
Kecemasan ringan	24	80.00
Kecemasan Sedang	2	6,6
Kecemasan Berat	1	3,3
Total	30	100

Sumber : data primer

Berdasarkan Tabel 4.5 menunjukkan bahwa dari 30 responden, sebagian besar mengalami kecemasan ringan yaitu sebanyak 24 responden (80%).

Tabel 7 : Tabulasi silang antara Pengetahuan remaja dengan Tingkat kecemasan remaja tentang menarche

Tingkat kecemasan remaja tentang menarche										
Pengetahuan	Tidak cemas		Kecemasan ringan		Kecemasan sedang		Kecemasan berat		Total	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Baik	3	100	0	0	0	0	0	0	3	100
Cukup	0	0	24	92.3	2	7.6	0	0	26	100
Kurang	0	0	0	0	0	0	1	100	1	100
Jumlah	3	100	24	80	2	6.6	1	3.3	30	100

Uji statistik Spearman Rank, $\alpha : 0,05$, $P : 0,000$, $r = 0,846$

Sumber : data primer

Berdasarkan tabel 7 tentang distribusi silang antara pengetahuan remaja dengan tingkat kecemasan remaja tentang menarche didapat hasil dari tabulasi silang yaitu bahwa dari 30 responden, sebagian besar remaja putri mengalami kecemasan ringan yaitu sebanyak 24 responden (80%).

4. PEMBAHASAN

a. Pengetahuan remaja putri tentang menarche

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dipaparkan pada tabel 5 diketahui bahwa dari 30 responden didapatkan remaja putri yang mempunyai pengetahuan cukup hampir seluruhnya yaitu 26 responden (86.6%).

Fenomena diatas dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya yaitu pendidikan dan pekerjaan. Dimana data yang diperoleh menunjukkan hampir sebagian besar berpendidikan Dasar sebanyak 18 responden (60%). Semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang maka semakin cakap dalam menyikapi tugas dan perannya dalam kehidupan sehari-hari. Hal ini disebabkan karena orang tua responden dengan tingkat pendidikan dasar mempunyai tingkat pemikiran dan pemahaman yang kurang tentang pengetahuan menarche dan orang tua masih merasa risih atau segan bahkan tidak mengerti cara yang tepat untuk berdiskusi tentang menstruasi.

Pembicaraan tentang menstruasi masih dianggap sebagai suatu hal yang tabu, apalagi dibicarakan dengan remaja. Anggapan tabu ini mengakibatkan kepercayaan diri orang tua kecil dalam memberikan penjelasan. Akibatnya, proses untuk memberikan kepercayaan diri dan bekal pengetahuan bagi putrinya pun membutuhkan waktu yang lama. Pada akhirnya, semuanya dianggap sudah terlambat sehingga informasi yang diterima tentang pengetahuan menstruasi tidak diserap dengan baik. Selain itu,

tingkat pendidikan dasar orang tua belum cukup untuk membentuk karakter kecakapan pada remaja putrinya dalam menghadapi menarche.

Pengetahuan merupakan salah satu faktor yang menentukan seseorang bersikap dalam hal ini sikap menerima/kesiapan menghadapi menarche[8]. Pengetahuan merupakan hasil “tahu”, dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terjadi melalui panca indera manusia, yakni indera penglihatan, pendengaran, penciuman, dan perabaan. Sebagian besar melalui mata dan telinga[9]

Pada penelitian ini menunjukkan hampir seluruhnya orang tua siswi lulusan sekolah dasar yaitu sebanyak 18 responden (60%). Tingkat pendidikan mempengaruhi sejauh mana pengetahuan seseorang Pendidikan diperlukan untuk mendapatkan dan menyerap informasi seperti hal-hal yang menunjang kesehatan. Diharapkan dengan pendidikan tinggi pengetahuan tentang kesehatan lebih baik khususnya dalam hal pengetahuan tentang menarche[9]. Pendidikan kesehatan merupakan kegiatan untuk membantu individu, kelompok dan masyarakat dalam meningkatkan pengetahuan, sikap dan keterampilan untuk mencapai hidup sehat secara optimal, Dengan adanya pendidikan kesehatan, remaja menjadi lebih tau tentang pendidikan kesehatan menstruasi dan terdapat pengaruh pendidikan kesehatan tentang menstruasi terhadap tingkat kecemasan menghadapi menarche[10]

Selain pendidikan, pekerjaan orang tua juga tidak kalah penting terhadap pengetahuan remaja putri tentang menarche. Hal ini sesuai dengan adanya hasil penelitian menyatakan bahwa pekerjaan orang tua sebagai petani sebagian besar 21 responden

(70%). Pekerjaan disini menentukan tingkat ekonomi dari keluarga dimana semakin tinggi tingkat ekonomi seseorang maka semakin cukup terpenuhi. Kita tahu bahwa bekerja sebagai petani memperoleh hasilnya setelah panen. Dari pernyataan di atas dapat dikatakan bahwa masyarakat didesa gugul yang bekerja sebagai petani dapat mempengaruhi pengetahuan yang diberikan kepada putrinya. Pekerjaan dan keadaan ekonomi yang baik akan memungkinkan putrinya mendapatkan informasi tentang menarche dengan baik dari berbagai media, misalnya TV, radio, atau surat kabar maka hal itu akan dapat meningkatkan pengetahuan seseorang.

Dalam penelitian ini, pekerjaan tidak menjadi faktor yang berhubungan signifikan dengan pengetahuan. Pekerjaan orang tua disini dibedakan menjadi Tiga yaitu petani, wiswasta dan PNS. Dulu sebagai Petani dianggap suatu kondisi ibu yang kurang informasi dan banyak menghabiskan waktu hanya diladang dengan akses informasi yang terbatas, tetapi saat ini banyak media yang dapat dengan mudah diakses dimanapun dan kapanpun[11].

b. Tingkat kecemasan remaja tentang menarche

Berdasarkan hasil penelitian yang tertera dalam tabel 6 menunjukkan bahwa remaja mengalami tingkat kecemasan ringan hampir seluruhnya yaitu 24 responden (80%). Kecemasan (ansietas/anxiety) adalah gangguan alam perasaan (affective) yang ditandai dengan perasaan ketakutan ajuan tau kekhawatiran yang mendalam dan berkelanjutan, tidak mengalami gangguan dalam menilai realitas (Reality Testing Ability/RTA), kepribadian masih utuh, perilaku dapat terganggu tetapi dalam batas-batas normal[12]

Fenomena di atas dipengaruhi oleh faktor Umur. Berdasarkan tabel 4.1 menunjukkan umur remaja putri 13-14 tahun sebagian besar yaitu 16 responden

(53.33%). Kita ketahui bahwa umur seseorang sangat berpengaruh terhadap sikapnya, remaja putri yang berumur antara 13-14 tahun merupakan hal yang baru secara psikologis belum siap untuk menghadapi menarche karena menstruasi pertama bisa menjadi saat yang meresahkan bagi remaja putri, seringkali disertai dengan perasaan takut, cemas dan membingungkan.

Aspek negatif dari menarche bagi remaja yaitu kerepotan. Perasaan semacam ini disebabkan karena kurangnya atau salahnya informasi yang didapat remaja mengenai menstruasi. Pengetahuan yang kurang dapat menyebabkan terjadinya kecemasan dan dapat menimbulkan rasa tidak percaya diri dengan keadaan yang di alami remaja. Dengan memberikan health education tentang pengetahuan menarche akan menambah pengetahuan pada remaja putri sehingga dapat mengurangi faktor kecemasan psikologis yang dihadapinya diantaranya perubahan fisik, perubahan emosional dan perubahan sosial.

Usia produktif merupakan usia yang paling berperan dan memiliki aktivitas yang padat serta memiliki kemampuan kognitif yang baik. Sehingga, pada usia ini memiliki pengaruh terhadap tingkat pengetahuan.. Seperti yang terlihat pada siswi MTs miftahul ulum didesa gugul bahwa remaja putri, sebagian besar berumur 13-14 tahun pengetahuannya cukup tentang menarche[13].

c. Hubungan antara pengetahuan remaja dengan tingkat kecemasan remaja Putri tentang menarche

Berdasarkan tabel 7 yang telah dipaparkan diatas diperoleh, 24 responden (80%) mengalami kecemasan ringan. Setelah dilakukan tabulasi silang antara pengetahuan dengan tingkat kecemasan di MTs Miftahul Ulum, selanjutnya untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara dua variabel tersebut maka dilakukan pengujian statistik yaitu dengan

menggunakan uji statistik *Spearman Rank*, dengan SPSS 18 dari 30 responden didapat $P=0,000$ dengan $\alpha=0,05$ ($P < \alpha$) yaitu $0,000 < 0,05$. Hal ini menunjukkan bahwa H_0 ditolak H_1 diterima, yaitu ada hubungan pengetahuan remaja dengan tingkat kecemasan remaja putri tentang menarche pada siswi MTs Miftahul Ulum didesa gugul Kecamatan Tlanakan Kabupaten Pamekasan Tahun 2013.

Pengetahuan adalah suatu proses hasil dari pembelajaran atau rasa keingintahuan yang bisa didapati dari indra tubuh manusia. Pengetahuan berperan sangat penting dalam membentuk perilaku dari seseorang[14]. pengetahuan sangatlah perlu dimiliki oleh remaja putri supaya tidak akan terjadi kecemasan, karena Semakin luas pengetahuan seseorang semakin mengerti tindakan yang harus dilakukan dan semakin berkurang juga kecemasan yang dialami. Informasi akan memberikan pengaruh pada pengetahuan seseorang. Meskipun seseorang memiliki pendidikan yang rendah tetapi jika ia mendapatkan informasi yang baik dari berbagai media, misalnya TV, radio atau surat kabar maka hal itu akan dapat

meningkatkan pengetahuan seseorang. Remaja yang telah mendapatkan pengetahuan sejak sekolah dasar dan mendapatkan informasi dari orang tua tentang menarche tidak akan merasa cemas, takut dan khawatir dengan keadaannya karena sudah mendapatkan pengetahuan yang cukup. Namun, jika orang tua ikut berperan penting untuk memberikan informasi tentang menarche pada putrinya maka hal tersebut diatas tidak akan terjadi. Kecemasan mengakibatkan perubahan sistemik dalam tubuh khususnya pada sistem saraf. Kecemasan memicu lepasnya hormon kortisol dimana hormon kortisol akan menekan hipotalamus dan mengganggu kerja dan fungsi hipotalamus, yang salah satunya adalah mensekresi hormon

menstruasi follicle stimulating hormone (FSH) dan luteinizing hormone (LH)[15].

5. KESIMPULAN

Berdasarkan analisa hasil penelitian yang telah dilakukan maka dapat disimpulkan , Sebagian besar pengetahuan remaja putri tentang menarche pada siswi MTs Miftahul Ulum dengan pengetahuan cukup yaitu 26 responden. Kemudian untuk tingkat kecemasan remaja putri tentang menarche pada siswi MTs Miftahul Ulum dengan kecemasan ringan yaitu 24 responden. Dan terdapat hubungan pengetahuan remaja dengan tingkat kecemasan remaja putri terhadap menarche pada siswi MTs Miftahul Ulum, kedua variabel memiliki kekuatan hubungan cukup.

Dengan demikian Perlu adanya penelitian lebih lanjut mengenai pengetahuan remaja dengan tingkat kecemasan remaja putri terhadap menarche dengan menggunakan uji statistik yang lain dan sampel yang lebih besar sehingga mencapai hasil penelitian yang lebih sempurna

6. DAFTAR PUSTAKA

- [1] T. A. Sirupa, J. J. E. Wantania, and E. Suparman, "Pengetahuan, sikap, dan perilaku remaja tentang kesehatan reproduksi," *e-CliniC*, vol. 4, no. 2, pp. 137–144, 2016, doi: 10.35790/ec1.4.2.2016.14370.
- [2] M. Sommer, C. Sutherland, and V. Chandra-Mouli, "Putting menarche and girls into the global population health agenda," *Reprod. Health*, vol. 12, no. 1, pp. 10–12, 2015, doi: 10.1186/s12978-015-0009-8.
- [3] T. Fitriyani and W. Oktanasari, "Perbedaan Tingkat Kecemasan Menghadapi Menstruasi pada Siswi Yang Diberikan Penyuluhan Metode Ceramah dengan Diskusi Kelompok," *J. Ilmu Kesehat.*, vol. 7, no. I, pp. 440–450, 2019.

- [4] G. Šaffa, A. M. Kubicka, M. Hromada, and K. L. Kramer, "Is the timing of menarche correlated with mortality and fertility rates?," *PLoS One*, vol. 14, no. 4, pp. 1–15, 2019, doi: 10.1371/journal.pone.0215462.
- [5] S. E. Syarif, D. T. Mau, and C. Anugrahini, "Jurnal sahabat keperawatan," *J. sahabat keperawatan*, vol. 2, no. 2, pp. 13–17, 2017, [Online]. Available: file:///C:/Users/hp/Downloads/1382-Article Text-4548-1-10-20210807.pdf.
- [6] A. Syahza, *Metodologi Penelitian (Edisi Revisi Tahun 2021)*, no. September. 2021.
- [7] J. A. H. Hardani. Ustiawaty, *Buku Metode Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif*. 2022.
- [8] I. Nurmawati and F. Erawantini, "Hubungan Pengetahuan Tentang Menstruasi Dengan Kesiapan Siswi Sd Dalam Menghadapi Menarche," *J. Kesehat.*, vol. 12, no. 2, pp. 136–142, 2019, doi: 10.23917/jk.v12i2.9770.
- [9] S. Juwita and N. Yulita, "Hubungan Pengetahuan dengan Kesiapan Remaja Putri dalam Menghadapi Menarche," *JOMIS (Journal Midwifery Sci.)*, vol. 2, no. 2, pp. 50–54, 2018, [Online]. Available: <http://jurnal.univrab.ac.id/index.php/jomis/article/view/411>.
- [10] E. Dianawati, A. Y. Cahyaningtyas, and Y. N. Rahmayanti, "Pengaruh Pendidikan Kesehatan tentang Menstruasi terhadap Tingkat Kecemasan Menghadapi Menarche pada Siswi di SD Neg," *J. Stethosc.*, vol. 2, no. 1, pp. 70–74, 2021, doi: 10.54877/stethoscope.v2i1.837.
- [11] A. Rahmawati, T. Nurmawati, and L. Permata Sari, "Faktor yang Berhubungan dengan Pengetahuan Orang Tua tentang Stunting pada Balita," *J. Ners dan Kebidanan (Journal Ners Midwifery)*, vol. 6, no. 3, pp. 389–395, 2019, doi: 10.26699/jnk.v6i3.art.p389-395.
- [12] P. D. Arini, I. Utami, S. ST, M. Keb, and S. S. T. Mufdlilah, "Literature Review Hubungan Pengetahuan Tentang Menstruasi Dengan Kecemasan Remaja Putri Menghadapi Menarche," 2020.
- [13] A. W. S. Putra and Y. Podo, "Faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat pengetahuan masyarakat dalam mitigasi bencana alam tanah longsor," *Urecol 6th*, pp. 305–314, 2017, [Online]. Available: <http://journal.unimma.ac.id/index.php/urecol/article/view/1549>.
- [14] I. J. Manoppo, A. J. Suwardi, F. Keperawatan, U. Klabat, and M. Utara, "Knowledge and Anxiety Dealing With Menarche Among," vol. 8, no. 1, pp. 49–58, 2022.
- [15] V. Silalahi, "Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi Tingkat Akhir," *J. Kesehat. Mercusuar*, vol. 4, no. 2, pp. 1–10, 2021, doi: 10.36984/jkm.v4i2.213.