

HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN DENGAN KECEMASAN REMAJA DALAM MENGHADAPI MENARCHE PADA REMAJA USIA 10-13 TAHUN DI DESA TALAWAAN

THE RELATIONSHIP BETWEEN KNOWLEDGE LEVEL AND ADOLESCENT ANXIETY IN FACING MENARCHE IN ADOLESCENTS AGED 10-13 YEARS IN TALAWAAN VILLAGE

Maria Wuisan¹, Adriani Natalia¹, Lenny Gannika¹

^{1,2,3} Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran; Universitas Sam Ratulangi; Manado; Indonesia

*E-mail Korespondensi: mariawuisan04@gmail.com

Abstract

Background: Knowledge is the result of "knowing" and this occurs after people perceive a particular object, anxiety is a subjective feeling of disturbing mental tension as a general reaction to the inability to solve a problem or a lack of security. **Research Objectives:** To determine the relationship between the level of knowledge and the anxiety level of adolescents in facing menarche in grades V and VI at St Nikolaus Catholic Elementary School, SD N 1, SD N 2, SD GP Talawaan. **Research Methods:** This research was conducted on students of grades V & VI SD with a total sample of 84 students. The sampling technique uses a purposive sample. **Research Results:** The results in this study were that the majority of respondents had a good level of knowledge as many as 78 people (92.2%). The majority of respondents experienced mild anxiety as many as 59 people (70.2%). **Conclusion:** There is no relationship between the level of knowledge and the level of adolescent anxiety in facing menarche in grades V and VI at St Nikolaus Catholic Elementary School, SD N 1, SD N 2, SD GP Talawaan. **Suggestion:** This research is expected to be a guideline for existing teachers to maintain education about menarche in grades V & VI SD. **Keywords:** Health Literacy, Self-Care Management, Diabetes Mellitus

Keywords: Menarche, Knowledge, Anxiety

Abstrak

Latar Belakang: Pengetahuan merupakan hasil "tahu" dan ini terjadi setelah orang mengadakan penginderaan terhadap suatu obyek tertentu, kecemasan merupakan suatu perasaan subjektif mengenai ketegangan mental yang menggelisahkan sebagai reaksi umum dari ketidakmampuan mengatasi suatu masalah atau tidak adanya rasa aman. **Tujuan Penelitian:** Diketuinya hubungan tingkat pengetahuan dengan tingkat kecemasan remaja dalam menghadapi menarche pada siswi kelas V dan VI di SD Katolik St Nikolaus, SD N 1, SD N 2, SD GP Talawaan. **Metode Penelitian:** Penelitian ini dilakukan pada siswa kelas V & VI SD dengan jumlah sampel 84 siswi. Teknik sampel menggunakan purposive sampli. **Hasil Penelitian:** Hasil dalam penelitian ini adalah mayoritas responden memiliki tingkat pengetahuan baik sebanyak 78 orang (92.2%). Mayoritas responden mengalami kecemasan ringan sebanyak 59 orang (70.2%). **Kesimpulan:** Tidak ada hubungan antara tingkat pengetahuan dengan tingkat kecemasan remaja dalam menghadapi menarche pada siswi kelas V dan VI di SD Katolik St Nikolaus, SD N 1, SD N 2, SD GP Talawaan. **Saran:** Penelitian ini diharapkan dapat menjadi pedoman bagi guru-guru yang ada untuk mempertahankan pendidikan tentang menarche pada siswi kelas V & VI SD.....

Kata Kunci : Literasi Kesehatan, Manajemen Perawatan Diri, Diabetes Melitus

1. PENDAHULUAN

Proses perkembangan dan pertumbuhan manusia di mulai dari bayi, balita, remaja, dewasa, dan lanjut usia. Masa remaja ialah masa perubahan atau peralihan dari anak-anak ke masa dewasa yang meliputi perubahan biologis, perubahan psikologis, dan perubahan social (Kumalasari, 2012). Remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-18 tahun (Mentri Kesehatan RI no 25, 2014), Remaja dengan rentang usia 10-24 tahun dan belum menikah (BKKBN). Jumlah remaja di Indonesia 66.892 juta jiwa (BPS Indonesia, 2021), Jumlah remaja perempuan usia 10-24 tahun di Indonesia 33.467 juta jiwa (BPS Indonesia, 2021), Jumlah remaja perempuan usia 10-24 tahun di Sulawesi Utara 289.364 jiwa (BPS, Sulut, 2021), Jumlah remaja perempuan di kabupaten Minahasa Utara 109.531 jiwa (BPS, Minahasa Utara, 2020), Jumlah remaja perempuan usia 10-13 tahun di Desa Talawaan 90 orang.

Perubahan fisik yang paling mencolok adalah pertumbuhan pada tubuh yang semakin tinggi, pertumbuhan payudara dan pinggul yang semakin melebar, pertumbuhan rambut pubis serta mulai berfungsinya alat-alat reproduksi yang ditandai dengan adanya menstruasi pertama atau yang dikenal dengan istilah menarche pada remaja putri dan mimpi basah pada remaja laki-laki (Soetjiningih, 2014). Kematangan seksual dan terjadinya perubahan bentuk tubuh sangat berpengaruh pada kejiwaan remaja, apa bila mereka belum di persiapkan sejak dini dan kurang mendapatkan informasi tentang perubahan tersebut maka akan timbul kecemasan dan reaksi negative lainnya. Salah satu faktor yang menyebabkan kecemasan pada remaja adalah karena kurangnya pengetahuan tentang kesehatan reproduksi, kurangnya informasi baik dari remaja atau pun dari orang tua, adanya hambatan sopan santun dan rasa malu (Panjaitan, 2018).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Hardianingsi tahun 2017 menunjukkan bahwa dari 56 siswi, presentase tertinggi yaitu pada siswi yang mengalami kecemasan ringan akibat perubahan fisik, sebanyak 17 orang dengan presentase 30.4%. Penelitian yang dilakukan oleh Ningrum tahun 2019 menunjukkan bahwa dari 70 responden yang memiliki kecemasan akibat perubahan fisik, 34 responden (49%) mengalami kecemasan ringan, 24 responden (34%) tidak mengalami kecemasan, 9 responden (13%) mengalami cemas sedang, dan 3 responden (4%) mengalami cemas berat. Dampak yang akan terjadi jika kecemasan remaja tidak di atasi secara dini, akan menimbulkan dampak negative seperti remaja tidak percaya diri, menjadi sangat khawatir dan berpikir sesuatu yang buruk akan terjadi (Sudrajat, 2002).

Remaja mengalami kecemasan karena perubahan psikologis dan fisik pada tubuhnya, setiap remaja memiliki karakteristik yang berbeda dalam menerima perubahan biologis yaitu mulai tumbuhnya kematangan, kematangan secara fisik maupun secara social-psikologis. Seiring perkembangan biologis pada usia remaja seseorang akan mencapai tahapan kematangan organ seks, ditandai dengan haid pertama atau di sebut menarche. Menarche dapat menimbulkan perubahan psikologis bagi remaja putri, berupa perasaan emosional dan perasaan cemas.

Menarche adalah menstruasi pertama atau darah yang keluar dari vagina wanita sewaktu ia sehat bukan disebabkan oleh melahirkan anak atau karena terluka, yang biasanya terjadi pada remaja umur 10-13 tahun, Menarche merupakan tanda diawalinya masa puber pada perempuan. Pada masa tersebut seorang perempuan memerlukan perhatian orang tua, karena sejak masa menstruasi pertama berarti ada kemungkinan menjadi hamil bila berhubungan dengan lawan jenisnya (Waryana, 2010). Hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Lutfiya pada tahun 2016, bahwa pengetahuan remaja sebagian besar pada kategori pengetahuan cukup 70,73%, Penelitian yang dilakukan di SDN Sampangan 01 Semarang pada tahun 2014 menunjukkan bahwa rata-rata tingkat pengetahuan siswi termasuk kategori kurang yaitu sebesar 89,1%. Data awal yang di ambil oleh peneliti di 4

Sekolah Dasar di Desa Talawaan pada remaja usia 10-13 tahun terdapat 90 orang, sampel yang di ambil 84 remaja, remaja yang mengatakan cemas saat mengalami menarche di karenakan kurangnya pengetahuan tentang menarche. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk mengetahui lebih lanjut bagaimana hubungan tingkat pengetahuan dengan kecemasan remaja dalam menghadapi menarche pada remaja usia 10-13 di Desa Talawaan.

2. TUJUAN PENELITIAN

Untuk mengetahui hubungan tingkat pengetahuan dengan kecemasan remaja dalam menghadapi menarche di Desa Talawaan

3. METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah penilaian kuantitatif, menggunakan desain correlative study dengan pendekatan cross sectional study. Penelitian ini telah dilaksanakan pada bulan bulan April sampai Juli 2023 dengan di ambil peneliti remaja usia 10-13 tahun yang sudah menarche berjumlah 84 remaja. Sampel diambil menggunakan teknik purposive sampling yaitu pengambilan sampel dengan pertimbangan tertentu yang dikehendaki peneliti.

No.	Pernyataan	Jumlah Soal	Favourable	Unfavourble
1.	Pengertian Menarche	4	2,3,4	1
2.	Fisiologi Menstruasi	3	5,7	6
3.	Siklus Menstruasi	3	8,10	9
4.	Kelainan Menstruasi	3	12, 13	11
5.	Kebersihan diri saat menstruasi	2	15	14
6.	Hal yang dilarang saat menstruasi	2	1	16
7.	Faktor yang mempengaruhi menstruasi	4	18, 19	20,21
8.	Reaksi psikis tentang menstruasi	5	23, 25, 26	22, 24
Jumlah		16	10	26

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan instrumen lembar kuesioner tingkat pengetahuan oleh penelitian Supriyadi tahun 2014 dan telah memiliki validasi dan reabilitas yang kuat yaitu 0,834 dan 0,861. Kuesioner telah di uji validasi dan reabilitas. Kuesioner tingkat pengetahuan di susun dari beberapa unsur antara lain pengertian menarche, fisiologi menstruasi, siklus menstruasi, kelainan menstruasi, kebersihan diri saat menstruasi, hal-hal yang dilarang saat menstruasi, faktor- faktor yang mempengaruhi menstruasi, reaksi psikis tentang menstruasi. Pengukuran pengetahuan tentang menarche berupa lembar kuesioner berisi pertanyaan tertutup kemudian memilih benar atau salah. 26 pertanyaan yang terdiri dari 16 butir Favourable dan 10 butir Unfavourble. Pertanyaan Favourable (Mendukung) : "salah" nilai 0, "benar" nilai 1 Pertanyaan Unfavourble (Tidak mendukung) : "salah" nilai 1, "benar" nilai 0. Skor setiap responden dijumlahkan lalu dihitung dan didapatkan hasil dalam bentuk presentase.

Rumus yang digunakan untuk mengukur presentase dari jawaban yang di dapat dari kuesioner menurut arikunto tahun 2013 yaitu :

$$Presentase = \frac{Jumlah\ nilai\ yang\ benar}{Jumlah\ soal} \times 100\%$$

Jumlah soal

Kategori tingkat pengetahuan :

- Tingkat pengetahuan kategori Baik jika nilainya $\geq 76-100\%$
- Tingkat pengetahuan kategori Cukup jika nilainya $56-75\%$
- Tingkat pengetahuan kategori kurang jika nilainya $\leq 56\%$

Dalam penelitian ini, dalam mengukur tingkat kecemasan peneliti menggunakan kuesioner Zung Self-Rating Anxiety Scale. Zung Self-Rating Anxiety Scale (SAS/SRAS) dengan 20 butir pertanyaan yang tertera pada lampiran. Terdapat 20 pertanyaan, dimana setiap pertanyaan dinilai 1-4 (1: tidak pernah, 2: kadang-kadang, 3: sebagian waktu, 4: hampir setiap waktu). Terdapat 15 pertanyaan ke arah peningkatan kecemasan dan 5 pertanyaan ke arah penurunan kecemasan (Zung Self-Rating Anxiety Scale dalam Ian mcdowell, 2006). Rentang penilaian 20-80, dengan pengelompokan antara lain: Skor 20- 44 : kecemasan ringan Skor 45-59 : kecemasan sedang Skor 60-74 : kecemasan berat Skor 75-80 : kecemasan panik.

4. HASIL

1. Karakteristik Responden

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden (n=84)

Karakteristik Responden	Frekuensi (n)	Presentase %
Usia		
10 Tahun	22	26.2
11 Tahun	35	41.7
12 Tahun	21	25.0
13 Tahun	6	7.1
Kelas		
V	40	47.6
VI	44	52.4

Sumber: Data Primer 2023

Berdasarkan tabel1 menunjukan sebagian besar responden kelas VI SD dengan jumlah 34siswi (%) dan sebagian kecil responden kelas V SD dengan jumlah 32 siswi (%). Siswi yang sudahmenarache berumur 10 tahun dengan jumlah responden 22 siswi (26,2%), siswi berumur 11 tahun dengan jumlah 35 responden (41.7%), umur 12 tahun dengan responden 21 siswi (25,0%) dan siswi berumur 13 tahun berjumlah 6 responden (7.1%).

2. Tingkat Pengetahuan

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan (n=84)

Tingkat Pengetahuan	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Baik	78	92.9
Cukup	6	7.1
Kurang	0	0
Total	84	100.0

Sumber: Data Primer 2023

Berdasarkan hasil distribusi pada tabel 2 menunjukkan bahwa sebagian besar siswi memiliki tingkat pengetahuan yang baik tentang menarche yaitu sebanyak 78 orang (92.9%) dan siswi yang memiliki tingkat pengetahuan yang cukup sebanyak 6 orang (7.1%).

3. Tingkat Kecemasan

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan (n=84)

Tingkat Kecemasan	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Ringan	59	70.2
Sedang	22	26.2
Berat	3	3.6
Panik	0	0
Total	84	100.0

Sumber: Data Primer 2023

Berdasarkan hasil distribusi pada tabel 3 diperoleh bahwa responden yang mengalami kecemasan ringan sebanyak 59 orang (70.2%), responden yang mengalami kecemasan sedang berjumlah 22 orang (26.2%) dan sebagian kecil responden mengalami kecemasan berat sebanyak 3 orang (3.6%).

4. Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Tingkat Kecemasan Remaja dalam Menghadapi Menarche pada Siswi Kelas V dan VI di SD Katolik ST Nikolaus, SD N 1, SD N 2, SD GP Talawaan

		Kecemasan				P-Value
Tingkat Pengetahuan		Ringan	Sedang	Berat	Total	
	Cukup	4,9	1,8	3	7,0	0,526
	Baik	54,1	20,2	2,8	77,0	
Total		59,0	22,0	3,0	84,0	

Sumber: Data Primer 2023

Berdasarkan tabel 4 menunjukkan bahwa berdasarkan hasil uji fisher diperoleh p-value = 0,526 sehingga di temukan tidak ada hubungan antara tingkat pengetahuan dengan tingkat kecemasan remaja dalam menghadapi menarche pada siswi kelas V & VI SD di Desa Talawaan.

5. PEMBAHASAN

5.1 Tingkat Pengetahuan

Penelitian yang dilakukan di SD Katolik ST Nikolaus, SD N 1, SD N 2, SD GP Talawaan menggunakan kuesioner tingkat pengetahuan tentang menarche dari 84 responden yang diteliti, didapatkan hasil bahwa sebagian besar siswi memiliki tingkat pengetahuan tentang menarche berada pada kategori baik, sedangkan sebagian kecil responden memiliki tingkat pengetahuan kategori cukup. Pengetahuan pada dasarnya terdiri dari sejumlah fakta dan teori yang memungkinkan seseorang untuk dapat memecahkan masalah yang dihadapinya. Faktor yang mempengaruhi pengetahuan seseorang antara lain pendidikan, informasi, kebudayaan lingkungan sekitar, pengalaman, pekerjaan, umur, dan minat.

Teori lain yang mendukung hasil penelitian ini yaitu menurut Notoatmodio (2010) bahwa factor yang mempengaruhi pengetahuan tentang menstruasi yaitu tingkat pendidikan, informasi, budaya, pengalaman, dan sosial ekonomi. Siswi yang memiliki pengetahuan baik, tentang menarche dikarenakan faktor dari pendidikan ditiap sekolah yang sudah mengajarkan tentang menarche atau haid pertama sejak dini dalam mata pelajaran IPA dan factor lainnya yang mempengaruhi tingkat pengetahuan siswi tentang menarche adalah lingkungan teknologi yang sudah lebih maju dan siswi-siswi kelas V dan VI di Desa Talawaan sudah dapat mengakses tentang menarche lewat internet. Siswi yang memiliki pengetahuan baik juga dikarenakan oleh factor lingkungan sekitar yang menganggap menarche adalah suatu hal yang biasa bagi remaja perempuan, pada saat guru di SD mengetahui ada siswi yang mengalami menarche guru langsung memberikan penjelasan tentang apa itu menarche dan itu adalah hal yang wajar bagi seorang remaja putri.

Dari hasil analisa kuesioner tingkat pengetahuan remaja dalam menghadapi menarche, remaja yang berpengetahuan baik adalah remaja yang sudah mengerti tentang pengertian menarche dan fisiologi menarche, sedangkan masih banyak remaja yang belum terlalu memahami tentang kelainan mentruasi dan hal-hal yang dilarang saat menstruasi. Menurut penelitian Hardiningsih 2013, remaja usia 10-13 tahun menghabiskan 6-9 jam menonton tv, youtube, dan membuka internet perhari, remaja yang terpapar media informasi mendapatkan pengetahuan yang baik, sedangkan remaja yang tidak terpapar media informasi memiliki pengetahuan yang kurang.

5.2 Hubungan Literasi Kesehatan dengan Manajemen Perawatan Diri

Dalam penelitian ini tingkat kecemasan pada siswi kelas V & VI SD dalam menghadapi menarche ada pada ketegori cemas ringan, sedang dan berat dan sebagian besar siswi mengalami cemas ringan saat menghadapi menarche. Dari hasil analisa kuisisioner diketahui bahwa tingkat kecemasan dengan kategori kecemasan berat biasanya merasa takut dengan alasan yang tidak jelas, tangan merasa dingin dan sering basah oleh keringat, pada ketegori kecemasan sedang kebanyakan siswi merasa gelisah dan gugup dari biasanya. Menurut Kholil Lur Rochman (2010 : 104) dalam (Sari 2020), kecemasan merupakan suatu perasaan subjektif mengenai ketegangan mental yang menggelisahkan sebagai reaksi umum dari ketidakmampuan mengatasi suatu masalah atau tidak adanya rasa aman.

Kecemasan merupakan perasaan keprihatinan, ketidakpastian dan ketakutan tanpa stimulus yang jelas, dikaitkan dengan perubahan fisiologis. Tingkat kecemasan menghadapi menarche pada siswi kelas V dan VI di SD Katolik St. Nikolaus, SD N 1, SD N 2 dan SD GP Talawaan berbeda-beda, factor yang mempengaruhi tingkat kecemasan siswi adalah

karena pengalaman yang sebelumnya terjadi pada teman sekelas yang sudah lebih dulu mendapatkan menarche dan mereka melihat tidak ada hal yang buruk yang terjadi, faktor lainnya yang menjadi kurangnya kecemasan remaja dalam menghadapi menarche adalah informasi yang di dapatkan lewat guru di sekolah, ataupun lewat sumber informasi seperti internet atau majalah. Berdasarkan Penelitian Yudha (2012) yang berjudul Hubungan antara Pengetahuan dengan Kecemasan Menghadapi Menarche pada Siswi Kelas VI di SD Negeri 3 Tekaran Wonogiri menyatakan bahwa tidak terdapat hubungan antara pengetahuan dengan kecemasan menghadapi menarche pada siswi kelas VI SDN 3 Tekaran Selogiri Wonogiri dengan ($p\text{-value} = 0,296$). Berdasarkan hal tersebut, dapat dikatakan bahwa pengetahuan tentang menarche mempunyai peranan penting dalam mengatasi kecemasan yang timbul saat akan menghadapi menarche.

5.3. Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Kecemasan Remaja menghadapi Menarche pada Remaja Usia 10-13 Tahun di Desa Talawaan

Berdasarkan hasil penelitian ini didapatkan analisa bivariat nilai $p\text{-value} = 0.526$ yang berarti tidak ada hubungan antara tingkat pengetahuan dengan kecemasan remaja dalam menghadapi menarche. Penelitian ini berbeda dengan hasil penelitian Rista (2020), yaitu ada hubungan antara tingkat pengetahuan dengan kecemasan pada remaja dalam menghadapi menarche dengan $p\text{-value} = 0,003$ perbedaan dalam penelitian ini yaitu dalam teknik analisa data, pada penelitian endang 2016 menggunakan chi-square, sedangkan peneliti melakukan alternative fisher. Faktor pembeda selanjutnya yaitu jumlah sampel yang di gunakan dalam penelitian Rista 2020 jumlah sampel yang digunakan adalah 32 responden sedangkan jumlah sampel peneliti 84 responden.

Selain tingkat pengetahuan faktor-faktor yang dapat mempengaruhi tingkat kecemasan dalam menghadapi menarche adalah sumber informasi yang diterima responden, dukungan ibu kepada remaja dalam menghadapi menarche sangat berpengaruh dalam menghadapi menarche. Pengetahuan tentang menarche yang baik sangatlah penting untuk meminimalkan kecemasan saat mengalami menarche karena jika sudah memiliki pengetahuan yang baik di harapkan saat terjadi menstruasi pertama, anak perempuan tidak terlalu cemas untuk menghadapinya. Seperti yang telah dipaparkan oleh (Purwanti, 2012) bahwa kesiapan siswi dalam menghadapi menarche dipengaruhi oleh usia, pengetahuan dan sumber informasi. Faktor lainnya yang berperan dalam kesiapan siswi dalam menghadapi menarche yaitu paparan informasi dari media massa atau medsos, orang tua dan petugas kesehatan. Masalah yang dihadapi remaja putri terutama di negara berkembang yaitu masih minimnya tingkat pengetahuan mereka tentang menstruasi atau menarche (Chandra Mouli dan Patel, 2020). Remaja putri yang sudah mengalami menarche, kebanyakan masih belum mengetahui bagaimana cara memelihara kebersihan saat menstruasi.

Dampak dari kurangnya pengetahuan tentang menstruasi pertama pada remaja putri akan berpengaruh terhadap kesiapan dalam menghadapi menarche dimana individu tersebut memiliki gambaran fantasi yang sangat aneh bersamaan dengan perasaan bersalah dimana semua hal tersebut di kaitkan dengan masalah pendarahan pada organ kelamin dan proses haidnya. Menurut peneliti memberi pendidikan atau penyuluhan tentang menarche sejak awal sangat penting karena berpengaruh pada kecemasan remaja saat menghadapi menarche, karena semakin baik tingkat pengetahuan siswi akan mengurangi kecemasan

remaja saat mengalami menarche.

6. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan terhadap 84 siswi kelas V dan VI SD Katolik St. Nikolaus, SD N 1, SD N 2, SD GP Talawaan tentang hubungan tingkat pengetahuan dengan tingkat kecemasan remaja dalam menghadapi menarche adalah Sebagian besar siswi kelas V dan VI di SD Katolik St. Nikolaus, SD N 1, SD N 2, SD GP Talawaan mempunyai tingkat pengetahuan baik tentang menarche, Mayoritas siswi kelas V dan VI di SD Katolik St. Nikolaus, SD N 1, SD N 2, SD GP Talawaan mengalami kecemasan ringan, dan Tidak terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan dengan kecemasan remaja dalam menghadapi menarche pada siswi kelas V dan VI di SD Katolik St. Nikolaus, SD N 1, SD N 2, SD GP Talawaan.

Bibliografi

- Arikunto, S. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta : Rineka Cipta, 2010
- Arikunto, S. *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta, 2013
- Arip Ambulan Panjaitan, Sherly Angelia, Nurdaniah Apriani. *Respon Remaja Putri dalam Menghadapi Perubahan Fisik Saat Pubertas*. Vol 4, No 2 (2018)
- Azwar, S. *Metodologi Penelitian Edisi I Cetakan XIV*. Pustaka Pelajar. 2013
- Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional. *Badan Pusat Statistik Indonesia*. (2021)
- Badan Pusat Statistik Sulawesi utara. (2021)
- Badrya, L. *Perbedaan Tingkat Kecemasan antara Mahasiswa Kedokteran Laki-laki dan Perempuan Angkatan 2011 FKIK UIN Syarif Hidayatullah Jakarta dalam Menghadapi Ujian OSCE*. (2011)
- Fani Kumalasari, Latifah Nur Ahyani. *Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Penyesuaian Diri Remaja Vol 1, No 1 (2012)* Jakarta : Salemba Medika. Jakarta: Rineka Cipta. (2012) *Kementrian Kesehatan RI*. No 25, tahun 2014
- KI, Fudyartanta. *Psikologi kepribadian : Berbagai pendekatan : eksistensial, trait (sifat), teorimedan, factorial, stimulus respon (sr) dan biobudaya religious* Yogyakarta : pustaka belajar (2012)
- Mönks, F.J., Knoers, A.M.P., & Haditono, S.R. *Psikologi Perkembangan: Pengantar dalam BerbagaiBagiannya*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.(2008)
- Muyasaroh et al, *Kajian jenis kecemasan*, 2020
- Ningsih, E. *Hubungan Antara Tingkat Pengetahuan Tentang Menstruasi Dengan Kecemasan Pada Remaja Putri Kelas VII di SMP Tarakanita Solo Baru Sukoharjo*. Indonesian Journal On Medical Science, Vol. III, No. 01 Januari 2016
- Notoatmodjo, S. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: PT Rineka Cipta. *Notoatmodjo, S. Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta. 2004. *Nursalam*. *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*.

- Permana, Y. Hubungan Antara Pengetahuan dengan Kecemasan Menghadapi Menarche pada Siswi Kelas VI di SD Negeri 3 Tekaran. *Jurnal Kebidanan*, Vol. IV, No. 02 Desember 2012. *Potter & Perry*. Buku Ajar Fundamental Keperawatan Konsep, Proses, dan Praktik. Edisi 4 Volume 1. EGC. Jakarta. (2005)
- Proverawati, A., & Misaroh, S. Menarche: Menstruasi Pertama Penuh Makna.
- Putra. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Umur Menarche (Menstruasi Pertama) Pada Siswi Sekolah Dasar di Kota Denpasar. Denpasar. (2016).
- Retnaningsih, D. Kesiapan Menghadapi Menarche Dengan Tingkat Kecemasan Pada Anak Usia Sekolah. *Jurnal Kesehatan Kusuma Husada*, Vol IX, No. 01 Januari 2018.
- Soetjiningsih, IG.N. *Gde Ranuh*. Tumbuh Kembang Anak. Ed 2 Jakarta : EGC, (2013)
- Sugiyono. Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D. Bandung: Alfabeta. (2012)
- Suharsimi Arikunto. *Prosedur Penelitian : Suatu Pendekatan Praktik* Suharsimi Arikunto. --Ed. rev., cet. 14. -- Jakarta : Rineka Cipta, 2010.
- Sulistyaningsih. Metodologi Penelitian Kebidanan, Kuantitatif & Kualitatif, Edisi Pertama. (2011)
- Supriyadi, A. Pengetahuan Remaja Putri Tentang Menstruasi dengan Kesiapan Menghadapi Menarche Pada Siswi Di SD Negeri Ngebel Tamantirto Kasihan Bantul Yogyakarta. Yogyakarta. 2014.
- Swarjana, I. K. Metodologi Penelitian Kesehatan, Edisi Revisi. Yogyakarta : Andi Offset. (2015)
- Ulfa, M. Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Menarche dengan Tingkat Kecemasan Menghadapi Menarche Pada Siswi Kelas V Dan Vi Di SDN I Kretek Bantul Tahun 2012. Yogyakarta. 2012.
- Ulfa, S. Hubungan Tingkat Pengetahuan Menstruasi dengan Kecemasan Menghadapi Menarche pada Siswi Kelas V dan VI di SD N 1 Jetis Yogyakarta. Yogyakarta. 2017.