

**TINGKAT PENGETAHUAN DAN TINGKAT KECEMASAN MENGHADAPI
MENARCHE PADA SISWI SD NEGERI DI PASILIAN**

**THE KNOWLEDGE AND THE ANXIETY LEVELS OF FEMALE ELEMENTARY
STUDENTS TOWARDS MENARCHE IN PASILIAN**

Dwi Mulyati Ningsih¹, Mizwar Taufiq Pirmansyah², Abdul Karim³

¹Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Faathir Husada Tangerang, Indonesia

Email: (mulyatiningsihdwi@gmail.com)

ABSTRAK

Latar belakang: Menarche adalah haid pertama kali yang terjadi yang merupakan ciri khas kedewasaan wanita yang sehat. Penelitian ini bertujuan mendeskripsikan hubungan tingkat pengetahuan menarche dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi menarche pada siswi kelas V dan VI di SD Negeri Pasilian I Tahun 2022. **Metode:** Penelitian yang digunakan adalah deskriptif kuantitatif, dengan pendekatan *cross-sectional*. Populasi penelitian adalah 43 siswi kelas V dan VI yang belum dan sudah menstruasi di SD Negeri Pasilian I. Sampel sebanyak 39 siswi yang belum menstruasi. **Hasil:** Penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden yang memiliki pengetahuan dalam kategori cukup yaitu 20 responden (51.3%) dan memiliki kecemasan sedang yaitu sebanyak 19 responden (48.7%). **Diskusi:** Dengan hasil *p-value* = 0,000, berarti *p-value* <0,05 hal ini menunjukkan ada hubungan tingkat pengetahuan dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi menarche pada siswi kelas V dan VI di SD Negeri Pasilian I tahun 2022.

Kata Kunci: Kecemasan, *Menarche*, Pengetahuan

ABSTRACT

Background: *Menarche is the first menstruation that occurs which is the hallmark of a healthy woman's maturity. This study aims to determine the relationship between the level of knowledge of menarche and the level of anxiety in dealing with menarche in V and VI grades at Pasilian I Elementary School in 2022. Methods:* This research utilized descriptive quantitative approach of inquiry with a cross-sectional approach. The population is 43 students in grades V and VI who have not and have menstruated at Pasilian I Elementary School. The sample is 39 students who have not menstruated. The results showed that most of the respondents who had sufficient knowledge were 20 respondents (51.3%) and had moderate anxiety as many as 19 respondents (48.7%). ,05 this shows that there is a relationship between the level of knowledge and the level of anxiety in dealing with menarche in grades V and VI at Pasilian I Elementary School in 2022.

Keywords: Anxiety, Knowledge, *Menarche*

SKOLASTIK

KEPERAWATAN

VOL. 8, NO. 2
Juli-Desember 2022

ISSN: 2443 – 0935
E-ISSN 2443 - 16990

PENDAHULUAN

Menarche adalah haid pertama kali yang terjadi merupakan ciri khas kedewasaan wanita yang sehat. Status gizi remaja sangat mempengaruhi terjadinya *menarche*

baik faktor terjadinya *menarche*, adanya keluhan-keluhan selama *menarche*, dan lamanya hari *menarche*. *Menarche* menunjukkan bekerjanya kemampuan reproduksi pada seorang wanita. Beberapa

perubahan fisik yang mengawali munculnya *menarche* adalah pertanda bahwa wanita tersebut sudah mencapai maturase seksual dan siap untuk bereproduksi (Anggraeni, D., 2016).

Kecemasan merupakan situasi afektif yang dirasa tidak menyenangkan yang diikuti oleh sensasi fisik yang akan memperingatkan seseorang akan bahaya yang mengancam. Perasaan tidak menyenangkan ini bisaanya sama-samar dan sulit dipastikan, tetapi selalu dapat terasa (Anggraeni, W., & Sari, K. I. P., 2018). Kecemasan juga mengatur dirinya sendiri (self-regulating) karena bisa memicu represi, yang kemudian akan mengurangi rasa sakit akibat kecemasan tadi. Apabila ego tidak punya pilihan untuk melindungi diri, maka kecemasan tidak akan bisa ditoleransi. Oleh karena itu, perilaku melindungi diri ini bermanfaat melindungi ego dari rasa sakit akibat kecemasan yang terjadi (Arini D. Putri, Utami I, dan Mufdlilah, 2020)

Kecemasan menghadapi *menarche* adalah keadaan suasana atau perasaan (mood) yang ditandai oleh gejala jasmani seperti ketegangan fisik, kekhawatiran dan anggapan bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi saat *menarche* nanti. Anak perempuan yang tidak mempersiapkan datangnya *menarche* menanggapi *menarche* dengan kaget (syok), terkejut, dan takut. Hal ini karena ketidaktahuan anak tentang menstruasi dapat mengakibatkan anak untuk sulit menerima *menarche* (Dewi, Cintya, Rizki, 2015).

Kecemasan yang sering dialami oleh remaja putri yaitu kecemasan ketika mereka akan menghadapi *menarche*⁽⁵⁾. Kecemasan dalam menghadapi *menarche* adalah keadaan suasana perasaan yang ditandai oleh ketegangan fisik, kekhawatiran dan anggapan bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi saat *menarche* nanti. Anak yang tidak mempersiapkan datangnya *menarche* menanggapi *menarche* dengan kaget (syok), terkejut, dan takut. Hal ini karena ketidaktahuan anak tentang menstruasi dapat mengakibatkan anak sulit untuk menerima *menarche* (Hasanah, Nur. (2020).

Menurut Kemenkes RI (2018) menyebutkan umur kejadian *menarche* di Indonesia rata-rata terjadi pada umur 12,4 tahun dengan prevalensi 60%, pada usia 9-10 tahun sebanyak 2,6%, usia 11-12 tahun sebanyak 30,3%, dan pada usia 13 tahun sebanyak 30%. Sisanya mengalami *menarche* di atas umur 13 tahun (Hawari dan Dadang. (2019).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan pada kelas V dan VI dengan jumlah siswa 43 perempuan dan 53 laki-laki. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk mengetahui lebih lanjut tentang bagaimana hubungan tingkat pengetahuan dengan tingkat kecemasan remaja dalam menghadapi *menarche* pada siswi kelas V dan VI di SD Negeri Pasilian I tahun 2022.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan dua variabel yaitu variabel dependen dan variabel independen. Variabel dependen merupakan variabel yang menjadi pusat perhatian peneliti sedangkan variabel bebas atau

independen adalah kondisi yang mempengaruhi variabel dependen tingkat kecemasan variabel independen pengetahuan (Hidayah, N., & Palila, S., 2018). Populasi pada penelitian ini merupakan semua siswi kelas V dan VI di SD Negeri Pasilian I Kecamatan Kronjo kabupaten Tangerang dengan jumlah 43 siswi yang dilakukan pada tanggal 17 Mei 2022.

Desain penelitian yang digunakan adalah deskriptif kuantitatif, dengan pendekatan *cross-sectional* dimana penelitian ini dengan melakukan pengukuran atau pengamatan pada saat bersamaan (sesekali waktu) antara variabel dependen dengan variabel independen. Metode pengambilan sampel yang digunakan adalah total sampling (sampel total), dengan teknik pengumpulan data yang dilakukan menggunakan lembar kuisioner. Analisa data dilakukan melalui tahapan pengolahan data berupa editing (pemeriksaan data), coding (pemberian identitas), scoring (pemberian nilai), dan cleaning. Selain itu analisis univariat dimaksudkan untuk menjelaskan karakteristik masing-masing variabel penelitian, dan analisis bivariat dilakukan pada dua variabel yang diduga berhubungan atau berkorelasi.

HASIL

Penelitian yang dilakukan pada siswi SD Negeri Pasilian I Kecamatan

Kronjo Kabupaten Tangerang Provinsi Banten pada tanggal 17 Mei 2022. SD Negeri Pasilian I didirikan pada tahun 1967 Luas tanah SD Negeri Pasilian I 1.504 m². SD Negeri Pasilian I memiliki 7 kelas, yaitu kelas I, II, III, IV, V, V, dan VI. Jumlah siswi kelas V adalah 19 siswi, dan siswi kelas VI adalah 24 siswi. Letak dan suasana SD Negeri Pasilian I cukup kondusif untuk kegiatan belajar mengajar. Bangunan SD Negeri Pasilian I dalam kondisi sangat baik dan memiliki sarana serta prasarana seperti perpustakaan, laboratorium, ruangan UKS, kantin sekolah, mushola, dan toilet.

Penelitian ini tentang Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Tingkat Kecemasan Dalam Menghadapi Menarche Pada Siswi Kelas V Dan VI Di SD Negeri Pasilian I Tahun 2022.

Tabel 1. Karakteristik responden berdasarkan usia

Usia	Jumlah (n)	Presentase (%)
10 tahun		20.5
11 tahun	10	25.6
12 tahun	19	
13 tahun	2	5.1

Dari tabel diatas diketahui sebagian besar responden berusia 12 tahun berjumlah 19 responden (48.7%).

Tabel 2. Tingkat Pengetahuan Siswi SD Tentang *Menarche*

Tingkat Pengetahuan	Frekuensi (n)	Presentase (%)
Baik	8	20.5
Cukup	20	51.3
Kurang	11	28.2
Total	39	100

Berdasarkan hasil distribusi pada table 2, menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki

tingkat pengetahuan cukup tentang *menarche* yaitu sebanyak 20 responden (51.3%).

Tabel 3. Tingkat Kecemasan dalam menghadapi menarche siswi SD

Tingkat Kecemasan	Frekuensi (n)	Presentase (%)
Tidak cemas	11	28.2
Kecemasan ringan	9	23.1
Kecemasan sedang	19	48.7
Total	39	100

Berdasarkan tabel 3, diperoleh bahwa mayoritas responden

berjumlah 19 responden (48.7%) mengalami kecemasan sedang.

Tabel 4. Tabulasi Silang Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Tingkat Kecemasan Siswi SD Menghadapi Menarche

Derajat Kecemasan		Pengetahuan		
		Baik	Cukup	Kurang
Tidak cemas	Count	8	3	6
	% within Pengetahuan	100.0%	15.0%	0.0%
Kecemasan ringan	Count	0	9	0
	% within Pengetahuan	0.0%	45.0%	0.0%
Kecemasan sedang	Count	0	8	11
	% within Pengetahuan	0.0%	40.0%	100.0%
Total	Count	8	20	11

Berdasarkan tabel 4, didapatkan bahwa sebagian besar responden yang memiliki pengetahuan dalam kategori cukup yaitu 20 responden

(51.3%) dan memiliki kecemasan sedang yaitu sebanyak 19 responden (48.7%).

Tabel 5. Tingkat Pengetahuan Terhadap Tingkat Kecemasan Siswi SD Menghadapi Menarche

		Correlations	
		Tingkat pengetahuan	Tingkat kecemasan
Spearman's rho	Tingkat pengetahuan	Correlation Coefficient	1.000
		Sig. (2-tailed)	.
		N	39
	Tingkat kecemasan	Correlation Coefficient	.785**
		Sig. (2-tailed)	.000
		N	39

Berdasarkan hasil analisis dengan korelasi *Spearman Rank* (ρ) dengan menggunakan aplikasi SPSS 21,0 for windows, didapatkan hasil koefisien korelasi antara tingkat pengetahuan dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi *menarche* sebesar 1,000. Dengan hasil $p - value = 0,000$, berarti $p - value < 0,05$ hal ini menunjukkan ada hubungan tingkat pengetahuan dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi *menarche* pada siswi kelas V dan VI di SD Negeri Pasilian I tahun 2022.

PEMBAHASAN

Tingkat Pengetahuan tentang *Menarche* Siswi Kelas V dan VI SD

Penelitian yang dilakukan pada siswi SD Negeri Pasilian I pada tanggal 17 Mei 2022 yang menggunakan kuisioner tingkat pengetahuan tentang *menarche* dari 39 responden yang diteliti, didapatkan hasil bahwa sebagian besar siswi memiliki tingkat pengetahuan tentang *menarche* berada pada kategori cukup yaitu sebanyak 20 responden (51.3%). Sedangkan sebagian kecil responden memiliki tingkat pengetahuan kategori baik yaitu sebanyak 8 responden (20.5%). Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Yunita tahun 2019 menunjukkan bahwa sebagian besar tingkat pengetahuan siswi di SD Negeri 1 Ceper Klaten memiliki kategori cukup yaitu sebanyak 15 responden (48,4%).

Pengetahuan merupakan hasil dari tahu dan ini pula terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Pengetahuan pada dasarnya terdiri dari sejumlah fakta dan teori yang memungkinkan seseorang untuk dapat memecahkan masalah yang akan dihadapinya. Pengetahuan tersebut diperoleh baik

dari pengalaman langsung maupun dari pengalaman orang lain.

Faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan antara lain: usia, pengalaman, pendidikan, pekerjaan, jenis kelamin, informasi, lingkungan, sosial budaya. Siswi yang memiliki pengetahuan cukup, namun belum siap menghadapi *menarche* hal tersebut dikarenakan faktor dari lingkungan setempat yang menganggap bahwa menstruasi merupakan hal yang tabu untuk diketahui. Hasil penelitian ini membuktikan bahwa responden belum pernah mengalami *menarche* sehingga belum mempunyai pengalaman dan pengetahuan yang luas tentang menstruasi.

Berdasarkan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa siswi yang mempunyai pengetahuan baik tentang menstruasi dalam jumlah sedikit yaitu 8 responden (20.5%), untuk itu perlu dilakukan peningkatan pemahaman siswi tentang menstruasi. Pengetahuan siswi mayoritas cukup, hal ini dilihat dari hasil kuisioner tentang pengertian *menarche* seluruh siswi menjawab benar karena mengetahui bahwa *menarche* merupakan menstruasi yang pertama kali bagi seorang wanita. Hal ini didukung oleh teori Piaget (dalam Teori dan Konsep Tumbuh Kembang Bayi, Toddler, Anak dan Usia Remaja, 2015) menyebutkan pemikiran anak-anak usia sekolah dasar disebut pemikiran Operasional Konkrit (*Concret Operational Thought*), artinya aktivitas mental yang difokuskan pada objek-objek peristiwa nyata atau konkrit. Dalam upaya memahami alam sekitarnya, mereka tidak lagi terlalu mengandalkan informasi yang bersumber dari pancaindera, karena dia mulai

mempunyai kemampuan untuk membedakan apa yang tampak oleh mata dengan kenyataan sesungguhnya.

Dalam penelitian Nurma Ika Zuliyanti (2014) menyebutkan semakin tinggi tingkat pengetahuan dan pemahaman remaja putri tentang menstruasi maka dia akan lebih siap untuk menghadapi *menarche*. Faktor yang mempengaruhi kesiapan siswi SD dalam menghadapi *menarche* terbagi menjadi dua yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal yang diteliti adalah umur dan tingkat pengetahuan siswi SD. Sedangkan, jumlah sumber informasi dan pola asuh orang tua merupakan faktor eksternal yang akan diteliti (Indah Lutfiya, 2016). Viny Nurravni (2021) menyatakan pengetahuan seseorang tentang suatu objek yang mengandung dua aspek yaitu positif dan negatif.

Fitriani dan Wulandari (2017) dalam Ping et al., (2020) menuliskan bahwa sindrom pra menstruasi dipengaruhi aktivitas fisik, semakin tinggi aktivitas fisik yang dilakukan maka semakin ringan gejala sindrom pra menstruasi yang dirasakan. Purba et al., (2018) menyebutkan kecemasan menghadapi *menarche* juga memengaruhi kondisi sosial remaja putri.

Tingkat Kecemasan Menghadapi Menarche Pada Siswi SD

Kecemasan merupakan perasaan keprihatinan, ketidakpastian dan ketakutan tanpa stimulus yang jelas, dikaitkan dengan perubahan mental fisiologis. Tingkat kecemasan menghadapi *menarche* pada siswi kelas V dan VI di SD Negeri Pasilian I berbeda-beda. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa hamper setengah dari jumlah responden

(48.7%) mengalami kecemasan sedang.

Hasil yang menunjukkan bahwa siswa mengalami kecemasan terkait *menarche* tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Utami, Y. A. P. (2019) di SD Negeri 1 Ceper Klaten menunjukkan bahwa sebagian besar tingkat kecemasan siswi di SD Negeri 1 Ceper Klaten memiliki kategori kecemasan sedang yaitu sebanyak 16 responden (51.6%). Hasil tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Yamani tahun 2017 menunjukkan bahwa sebagian besar tingkat kecemasan siswi di MI Darul Ulum memiliki kategori kecemasan sedang yaitu sebanyak 8 responden (50%).

Kecemasan yang dialami siswi dilihat dari hasil kuisisioner yang menyatakan bahwa siswi banyak yang belum mengetahui tentang cara menghadapi ketika *menarche* dan masih mempercayai mitos-mitos tentang menstruasi, sehingga banyak yang mengalami kecemasan. Hal ini terjadi karena beberapa faktor, salah satunya adalah tingkat pengetahuan. Pihak sekolah menyampaikan bahwa di SD Negeri Pasilian I, pengetahuan tentang menstruasi belum disampaikan secara mendalam dan belum pernah mendapatkan penyuluhan terkait dengan kesehatan reproduksi oleh pihak Puskesmas. Pengetahuan yang kurang sangat berpengaruh pada tingkat kecemasan seseorang wanita oleh karena itu responden sangat membutuhkan informasi tentang *menarche*.

Tingkat Pengetahuan Terhadap Tingkat Kecemasan Siswi SD Menghadapi Menarche

Berdasarkan hasil tabulasi silang antara tingkat pengetahuan dengan

tingkat kecemasan pada siswi kelas V dan VI di SD Negeri Pasilian I didapatkan bahwa sebagian besar responden yang memiliki pengetahuan dalam kategori cukup yaitu 20 responden (51.3%) dan memiliki kecemasan sedang yaitu sebanyak 19 responden (48.7%). Hal ini didukung oleh penelitian Sefrina Rukmawati tahun 2020 menyebutkan bahwa pengetahuan tentang *menarche* berhubungan dengan kecemasan menghadapi *menarche* pada siswi usia 11-12 tahun. Hal tersebut dikarenakan siswi telah memiliki pengetahuan tentang *menarche* dengan cukup seperti pengertian *menarche*, fase-fase menstruasi, tanda dan gejala menstruasi, serta hal-hal yang perlu diperhatikan saat menstruasi, sehingga mereka sudah cukup mengerti apa yang akan terjadi pada siswi sebagai proses perkembangan mereka. Semakin baik pengetahuan seseorang tentang *menarche*, maka semakin ringan mereka mengalami kecemasan sebelum *menarche*.

Peran serta orang tua dalam memberikan edukasi mengenai menstruasi awal sangat diharapkan, sehingga anak tidak mengalami kecemasan dalam menghadapi *menarche*. Proverawati, Atikah. (2009) menyebutkan remaja rata-rata memerlukan hanya 45 menit untuk berubah dari *mood* "senang luar biasa" ke "sedih luar biasa", sementara orang dewasa memerlukan beberapa jam untuk hal yang sama.

Tingkat Pengetahuan Terhadap Tingkat Kecemasan Siswi SD Menghadapi Menarche

Berdasarkan hasil analisis dengan korelasi *Spearman Rank* (ρ) dengan menggunakan aplikasi SPSS 21,0 for windows, didapatkan hasil

koefisien korelasi antara tingkat pengetahuan dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi *menarche* sebesar 1,000. Dengan hasil $p - value = 0,000$, berarti $p - value < 0,05$ hal ini menunjukkan ada hubungan tingkat pengetahuan dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi *menarche* pada siswi kelas V dan VI di SD Negeri Pasilian I tahun 2022.

Pengetahuan yang kurang sangat berpengaruh pada tingkat kecemasan seseorang oleh karena itu responden sangat membutuhkan informasi tentang *menarche*. Hal ini didukung oleh penelitian Rukmawati & Hayati, (2020) menyebutkan bahwa ada hubungan pengetahuan tentang *menarche* dengan kecemasan menghadapi *menarche* pada siswi usia 11-12 tahun dengan $p - value = < 0,000$ dan dengan koefisien keeratan $r = 0,681$ artinya tingkat keeratan hubungan yang kuat.

Teori kognitif menyatakan bahwa reaksi kecemasan yang timbul karena kesalahan mental. Kesalahan mental ini karena kesalahan menginterpretasikan suatu situasi yang bagi individu merupakan sesuatu yang mengancam. Faktor individu yang sangat mempengaruhi tingkat kecemasan adalah kesiapan.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang berjudul "Hubungan tingkat Pengetahuan Dengan Tingkat Kecemasan Dalam menghadapi Menarche Pada Siswi Kelas V Dan VI Di SD Negeri Pasilian I Tahun 2022" menunjukkan bahwa sebagian besar siswi mempunyai tingkat pengetahuan cukup tentang *menarche* sebanyak 20 responden (51.3%). Sebagian besar siswi

mengalami kecemasan sedang sebanyak 19 responden (48.7%).

Terdapat hubungan yang berarti antara tingkat pengetahuan dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi *menarche* pada siswi kelas V dan VI di SD Negeri Pasilian I, dengan menggunakan uji Spearman dengan tingkat signifikan $p - value \leq 0,000$.

Penelitian ini menindikasikan perlunya memberikan informasi mengenai pengetahuan tentang

menarche sehingga dapat membantu para siswi SD untuk mengendalikan kecemasan dalam menghadapi *menarche*. Bagi peneliti selanjutnya dapat mengkaji tingkat pengetahuan, tingkat kecemasan dalam menghadapi *menarche* pada siswi sekolah dasar dengan mempertimbangkan faktor-faktor lain yang mempengaruhi tingkat kecemasan siswi dalam menghadapi *menarche* seperti keeratn hubungan dengan orang tua, kedekatan dengan orangtua dan guru serta atribut lainnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Anggraeni, D. (2016). *Hubungan Pengetahuan Tentang Menstruasi Dengan Kecemasan Menghadapi Menarhce Pada Siswi Kelas V SD Muhammadiyah Wirobrajan 3 Yogyakarta*. Naskah Publikasi
- Anggraeni, 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), 80–85.
- Arini D. Putri, Istri Utami, dan Mufdlilah, (2020). *Literature Review Hubungan Pengetahuan Tentang Menstruasi Dengan Kecemasan Remaja Putri Menghadapi Menarche*
- Cintya Dewi, Rizki. (2015). *Teori & Konsep Tumbuh Kembang Bayi, Toddler, Anak dan Usia Remaja*. Nuha Medika, 34-35.
- K., & Djokosujono, K. (2020). *Hubungan Asupan Gizi dengan Kejadian Premenstrual Syndrome*. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 9(02), 93–98.
- Estiani, K., & Djokosujono, K. (2020). *Hubungan Asupan Gizi dengan Kejadian Premenstrual Syndrome*. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 9(02), 93–98.
- Hasanah, Nur. (2020). *Hubungan Pengetahuan Tentang Menarche Terhadap Tingkat Kecemasan Remaja Putri*. Naskah Publikasi.
- Hawari dan Dadang. (2019). *Manajemen Stres Cemas Dan Depresi*. Badan Penerbit FKUI, Jakarta, 63-83.
- Hidayah, N., & Palila, S. (2018). *Kesiapan Menghadapi Menarche pada Remaja Putri Prapubertas Ditinjau dari Kelekatan Aman Anak dan Ibu*. *Psymphatic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 5(1), 107–114

- Ika, Nurma., Agus Riza, S. (2014). *Hubungan Antara Pengetahuan Dengan Kecemasan Menghadapi Menarche Pada Siswi SDN Pangengudang Kecamatan Purworejo Kabupaten Purworejo*. Jurnal Keperawatan.
- Lutfiya, I. (2017). *Analisis Kesiapan Siswi Sekolah Dasar dalam Menghadapi Menarche*. Jurnal Biometrika Dan Kependudukan, 5(2), 135.
- Nuravni, 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).
- Ping, M. F., Natalia, E., & Jho, Y. L. (2020). *Prevalensi Sindrom Pra Menstruasi Pada Remaja Putri Di Asrama Kartini Samarinda*. Jurnal Keperawatan Dirgahayu (JKD), 2(1), 25–28.
- Proverawati, Atikah. (2009). *Menarche Menstruasi Pertama Penuh Makna*. Nuha Medika, 58-65.
- Purba, V. M., Sanusi, S. R., & Aritonang, E. Y. (2018). *Hubungan Fungsi Keluarga Dengan Kecemasan Menghadapi Menarche Pada Remaja Putri Usia Sekolah Dasar Di SD Negeri, Medan*. Jurnal Muara Sains, Teknologi, Kedokteran Dan Ilmu Kesehatan, 1(2), 138–144.
- Rukmawati & Hayati, (2020). *Hubungan Pengetahuan Tentang Menarche Dengan Kecemasan Menghadapi Menarche Pada Siswi Usia Remaja Awal Relationships of Knowledge About Menarche with Anxiety Facing Menarche In Early Teen Students*. Journals of Ners Community, 11(1), 103–107.
- Utami, Y. A. P. (2019). *Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Tingkat Kecemasan Remaja Dalam Menghadapi Menarche Pada Siswi Kelas V Dan Vi Di SD Negeri 1 Ceper Klaten*. Skripsi.
- Yamani. (2017). *Hubungan Pengetahuan Tentang Menarche Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Remaja Putri Awal*. Skripsi.