

## HUBUNGAN PENGETAHUAN DENGAN TINGKAT KECEMASAN REMAJA PUTRI DALAM MENGHADAPI *MENARCHE* PADA SISWI SD NEGERI PAJANG III SURAKARTA

Angelina Amalia Rachmawati<sup>1</sup>, Marni<sup>2</sup>, Andriani Mei Astuti<sup>3\*</sup>

Program Studi Sarjana Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Duta Bangsa Surakarta<sup>1,2,3</sup>

\*Corresponding Author : andriani\_meiastuti@udb.ac.id

### ABSTRAK

*Menarche* merupakan siklus menstruasi pertama kali pada masa awal remaja. Dampak dari remaja yang kurang pengetahuan terhadap *menarche* menjadi penyebab timbulnya gangguan kecemasan pada remaja putri karena tidak semua remaja putri mengetahui mengenai *menarche* atau menstruasi dan cara menghadapinya. Memberikan informasi secara dini merupakan salah satu cara untuk mengurangi kecemasan dan meningkatkan pengetahuan remaja putri dalam menghadapi *menarche*. Tujuan penelitian ini untuk mengidentifikasi dan menganalisa hubungan antara tingkat pengetahuan dengan tingkat kecemasan remaja putri dalam menghadapi *menarche*. Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif menggunakan desain cross-sectional. Teknik sampling dalam penelitian ini menggunakan total sampling. Jenis instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner tingkat pengetahuan dan kuesioner tingkat kecemasan HARS. Analisis data menggunakan uji spearman rho. Hasil penelitian dari 33 responden yang diteliti, sebagian besar responden berpengetahuan cukup sebanyak 21 responden (63,64%) dan mayoritas responden memiliki kecemasan ringan sebanyak 11 responden (33,3%). Hasil uji spearman rho dengan  $\alpha = 0,05$  diperoleh nilai  $p\text{-value} = 0,000 < 0,05$  maka  $H_a$  diterima artinya ada hubungan antara pengetahuan dengan tingkat kecemasan remaja putri dalam menghadapi *menarche*. Kesimpulan penelitian ini yaitu secara signifikan ada hubungan antara tingkat pengetahuan dengan tingkat kecemasan remaja putri dalam menghadapi *menarche*, oleh karena itu orang tua maupun lingkungan remaja awal putri diharapkan dapat memberikan informasi yang baik agar dapat mengurangi tingkat kecemasan yang dialami oleh remaja awal putri.

**Kata kunci** : kecemasan, *menarche*, pengetahuan, remaja

### ABSTRACT

*Menarche is the first menstrual cycle in early adolescence. The impact of teenagers lacking knowledge about menarche is the cause of anxiety disorders in young women because not all young women know about menarche or menstruation and how to deal with it. Providing information early is one way to reduce anxiety and increase knowledge of young women in dealing with menarche. The aim of this research is to identify and analyze the relationship between the level of knowledge and the level of anxiety of young women in facing menarche. This research is a type of quantitative research using a cross-sectional design. The sampling technique in this research used total sampling. The types of instruments used in this research were the knowledge level questionnaire and the HARS anxiety level questionnaire. Data analysis used the Spearman rho test. The research results of the 33 respondents examined showed that the majority of respondents had sufficient knowledge, 21 respondents (63.64%) and the majority of respondents had mild anxiety, 11 respondents (33.3%). The results of the Spearman rho test with  $\alpha = 0.05$  obtained a  $p\text{-value} = 0.000 < 0.05$ , so  $H_a$  is accepted, meaning there is a relationship between knowledge and the anxiety level of young women in facing menarche. The conclusion of this research is that there is a significant relationship between the level of knowledge and the level of anxiety of adolescent girls in facing menarche, therefore parents and the environment of early adolescent girls are expected to be able to provide good information in order to reduce the level of anxiety experienced by early adolescent girls.*

**Keywords** : anxiety, *menarche*, knowledge, adolescence

## PENDAHULUAN

Remaja mengalami masa transisi yang unik ditandai dengan ciri-ciri perubahan fisik, emosi, dan psikis, masa ini penting karena mencakup fase pematangan organ reproduksi manusia yang dikenal sebagai masa pubertas. Periode ini dapat menjadi tantangan yang sulit bagi remaja terutama perempuan, karena melibatkan perubahan fisik, biologis dan penyesuaian terhadap tuntutan lingkungan. Perubahan yang dialami oleh remaja putri mencakup aspek sekunder seperti perubahan pada payudara, pertumbuhan rambut kemaluan, dan peningkatan tinggi badan, bersamaan dengan perubahan primer seperti datangnya menstruasi pertama atau *menarche*. Selama masa ini, suatu proses penyesuaian diri diperlukan untuk menghadapi transformasi yang terjadi (Nora, 2020).

Proses biologis yang terkait dengan pencapaian kematangan seks, kesuburan, ketidakhamilan, normalitas, kesehatan tubuh, dan bahkan pembaharuan tubuh itu sendiri adalah menstruasi. Kematangan seksual yang mencakup menstruasi dan kematangan fisik, dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti kondisi fisik individual, ras, suku bangsa, iklim, cara hidup, dan lingkungan. Kondisi fisik yang kurang terjaga atau penyakit yang dialami oleh seorang remaja putri dapat memperlambat timbulnya menstruasi. Pada umumnya, menstruasi pertama (*menarche*) terjadi pada rentang usia 10-16 tahun, pada awal remaja sebelum memasuki fase reproduksi. *Menarche* dianggap sebagai momen paling penting dalam masaremaja, melambangkan simbol transisi dari anak-anak menuju dewasa (Hayati & Gustina, 2020).

Semakin berkembangnya zaman, usia rata-rata *menarche* semakin dini, keadaan gizi yang semakin baik mempercepat kesiapan tubuh untuk menstruasi. Ketersediaan informasi tentang seks yang semakin mudah diakses juga memicu otak untuk segera mengaktifkan hormon seksual. Dampak dari berbagai gangguan dan kesulitan ini dapat langsung memengaruhi kondisi fisik maupun psikologis anak. Terutama, jika remaja putri kurang memahami dengan baik mengenai *menarche* dan langkah-langkah yang harus diambil untuk mengatasi masalah yang muncul (Nora, 2020).

Gejala yang sering terjadi dan sangat mencolok pada peristiwa haid pertama ialah kecemasan atau ketakutan. Selain itu gejala patologis mungkin juga menyertai pada saat menstruasi mulai dari rasa pusing-pusing, rasa mual, amenorrhoe (terhentinya menstruasi), dysmenorrhoe (haid yang disertai rasa sakit dan rasa nyeri), haid yang tidak teratur, pendarahan terus menerus, sampai gejala neurisa yang mengakibatkan terjadinya shock-reaction sehingga remaja putri melakukan usaha-usaha yang intensif untuk bunuh diri (Anggraeni & Sari, 2020).

Tingkat pengetahuan yang dimiliki remaja tentang menstruasi berbeda-beda, karena informasi ini dapat diperoleh dari berbagai sumber. Sumber informasi utama sebenarnya bisa berasal dari ibu dan kakak perempuan terutama ibu. Peran keluarga khususnya ibu sangat penting dalam mengenalkan *menarche* pada remaja putri agar mereka siap menghadapi *menarche*. Ibu dapat berfungsi sebagai tempat untuk bertanya tentang masalah tersebut. Namun demikian, tidak semua ibu dapat memberikan pendidikan yang cukup kepada putrinya. Selain karena ibu masih merasa canggung dan percaya bahwa anak perempuan dapat mempersiapkan menstruasi sendiri, ada alasan lain mengapa ibu tidak tahu bagaimana memberi tahu anak mereka tentang menstruasi (Suyanti et al., 2022).

Kurangnya pengetahuan terhadap *menarche* menjadi penyebab timbulnya gangguan kecemasan pada remaja putri karena tidak semua remaja putri mengetahui mengenai *menarche* atau menstruasi dan bagaimana cara menghadapinya. Kecemasan atau perasaan cemas itu sendiri merupakan suatu keadaan yang akan dialami ketika memikirkan sesuatu yang tidak menyenangkan terjadi. Kecemasan adalah sebuah respon emosional terhadap penilaian yang terjadi pada individu menjelaskan rasa cemasnya, ini dapat berasal dari

stimulasi stresor yang bersumber dari luar (interpersonal) atau dari dalam (interpsikis) (Nora, 2020). Perasaan cemas yang terus menerus menjadi sesuatu yang tidak menyenangkan dan dapat mengakibatkan seseorang menjadi gelisah, sulit berkomunikasi, takut dan bingung. Rasa cemas yang timbul pada saat *menarche* menjadi suatu respon yang wajar pada semua remaja putri, karena ada sebagian yang merasa cemas karena mengalami rasa sakit namun sebagian tidak mengalami rasa sakit akibat perubahan fisik. Gejala seperti sakit kepala, payudara menjadi bengkak dan jerawat serta ketegangan menjelang menstruasi disebut dengan istilah Pre-Menstrual Syndrome inilah yang sering menjadi sumber kecemasan pada remaja putri saat mengalami *menarche* (Jumrotin et al., 2020).

Tujuan penelitian ini untuk mengidentifikasi dan menganalisa hubungan antara tingkat pengetahuan dengan tingkat kecemasan remaja putri dalam menghadapi *menarche*.

## METODE

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif menggunakan metode deskriptif korelatif dengan pendekatan *Cross Sectional*. Pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah menggunakan teknik total sampling. Sampel yang dipakai peneliti berjumlah 33 responden yang belum *menarche* di SD Negeri Pajang III Surakarta. Instrument penelitian ini menggunakan kuesioner berdasarkan format standart operasional prosedur *inform consent*. Untuk menghindari kesalahan teknis dalam memberikan jawaban, peneliti memberi penjelasan tentang petunjuk dalam pengisian kuesioner. Adapun instrument yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner tingkat pengetahuan tentang *menarche* yang berisi 26 pertanyaan dan kuesioner HARS berisi 14 pernyataan. Analisa univariat dilakukan terhadap tiap variabel dari hasil penelitian pada umumnya analisis ini hanya menghasilkan distribusi dan persentasi dari setiap variabel. Analisa bivariat untuk mengetahui hubungan antara variabel dependen dengan variabel independen maka digunakan analisis spearman rho. Pengambilan keputusan jika diperoleh nilai signifikansi lebih besar dari 0,05 maka dapat dikatakan bahwa tidak terdapat hubungan antara variabel dependen dengan variabel independen sebaliknya jika nilai signifikansi lebih kecil dari 0,05 maka dapat dikatakan bahwa terdapat hubungan antara variabel dependen dengan variabel independen.

## HASIL

**Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden**

No	Usia	Frekuensi	Presentase (%)
1	9	1	3,03%
2	10	11	33,33%
3	11	13	39,40%
4	12	8	24,24%

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa karakteristik responden berdasarkan usia, sebagian besar responden berusia 11 tahun sebanyak 13 siswi (39,40%) dan paling sedikit berusia 9 tahun sebanyak 1 siswi (3,03%).

Berdasarkan tabel 2 dapat diketahui skor tingkat pengetahuan menunjukkan bahwa rata-rata nilai pengetahuan dari 33 responden adalah 64.76, dengan nilai tengah (median) dan nilai yang paling sering muncul (modus) adalah 65. Untuk skor tingkat kecemasan, rata-rata nilai kecemasan dari 33 responden adalah 19.12, dengan median sebesar 18 dan modus 15.

**Tabel 2. Analisis Statistik Median, Minimum, Maksimum Karakteristik Responden Berdasarkan Tingkat Pengetahuan dan Tingkat Kecemasan**

Karakteristik	Mean	Median	Modus
Tingkat Pengetahuan	64.76	65.00	65
Tingkat Kecemasan	19.12	18.00	15

**Tabel 3. Distribusi Frekuensi Menurut Tingkat Pengetahuan dan Tingkat Kecemasan**

Variabel		Frekuensi	Presentase
Tingkat Pengetahuan	Baik	6	18,2
	Cukup	21	63,6
	Kurang	6	18,2
Tingkat Kecemasan	Tidak Ada Kecemasan	7	21,2
	Kecemasan Ringan	11	33,3
	Kecemasan Sedang	10	30,3
	Kecemasan Berat	5	15,2
	Kecemasan Berat Sekali	0	0

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan cukup tentang *menarche* yaitu sebanyak 21 siswi (63,64%) sedangkan mayoritas responden mengalami kecemasan ringan yaitu sebanyak 11 siswi (33,33%).

**Tabel 4. Hasil Uji Spearman Rho Hubungan Pengetahuan dengan Tingkat Kecemasan**

Tingkat Pengetahuan	Tingkat Kecemasan										P value	Koef Korelasi
	Tidak Cemas		Ringan		Sedang		Berat		Total			
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%		
Baik	6	100	0	0	0	0	0	0	6	100	0,000	-0,851
Cukup	1	4,76	11	52,39	9	42,85	0	0	21	100		
Kurang	0	0	0	0	1	16,67	5	83,33	26	100		
<b>Total</b>	<b>7</b>	<b>21,21</b>	<b>11</b>	<b>33,34</b>	<b>10</b>	<b>30,30</b>	<b>5</b>	<b>15,15</b>	<b>33</b>	<b>100</b>		

Hasil penelitian yang didapat pada kuesioner terdapat 3 kategori pada tingkat pengetahuan yaitu baik, cukup, dan kurang serta terdapat kategori pada tingkat kecemasan yaitu tidak ada kecemasan, kecemasan ringan, kecemasan sedang, dan kecemasan berat. Hasil yang diperoleh diolah oleh peneliti dengan uji statistik Spearman's rho dengan tingkat signifikan 5% ( $\alpha = 0,05$ ). Hasil uji statistik didapatkan nilai  $p = 0,000 < \alpha = 0,05$  sehingga  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima yang menunjukkan bahwa ada hubungan tingkat pengetahuan dengan tingkat kecemasan pada remaja putri dalam menghadapi *menarche* di SDN Pajang III Surakarta dengan nilai koefisien kontingensi sebesar -0,851 yang diinterpretasikan bahwa kekuatan hubungan antar variabel pada tingkat sangat kuat dan arah korelasi negatif dimana semakin tinggi tingkat pengetahuan maka semakin rendah tingkat kecemasan, begitu sebaliknya apabila semakin rendah tingkat pengetahuan maka semakin tinggi tingkat kecemasannya.

## PEMBAHASAN

### Pengetahuan Tentang *Menarche*

Dari hasil penelitian dari total 33 responden yang diteliti sebagian besar yaitu 21 responden (63,64%) mempunyai pengetahuan cukup tentang *menarche*. Penelitian ini sejalan dengan Puspitasari & Krisnawati (2022) menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki pengetahuan cukup sebanyak 19 reponden (63,3%). Penelitian ini tidak sejalan

dengan penelitian yang dilakukan oleh Suyanti et al (2022) menunjukkan bahwa sebagian responden memiliki pengetahuan kurang yaitu sebanyak 11 responden (42,3%). Pengetahuan yang rendah mengakibatkan seseorang mudah mengalami stres. Ketidaktahuan terhadap suatu hal dianggap sebagai tekanan yang dapat mengakibatkan krisis dan dapat menimbulkan kecemasan. Stres dan kecemasan dapat terjadi pada individu dengan tingkat pengetahuan yang rendah, disebabkan karena kurangnya informasi yang diperoleh (Puspitasari & Krisnawati, 2022).

Pada penelitian ini remaja putri usia 9-12 tahun umumnya memiliki pengetahuan yang cukup tentang *menarche*. Mereka masih belum banyak mengetahui hal tentang *menarche*. Kebanyakan remaja putri takut kalau teman-temannya tahu bahwa dirinya sudah menstruasi dan takut jika tiba-tiba dia mengalami menstruasi disekolah dan tiba-tiba tembus karena nantinya akan diejek oleh teman-temannya sehingga remaja putri jadi tidak aktif dalam kegiatan sekolah dan berubah menjadi pendiam. Hal itu yang menyebabkan remaja putri mengalami kecemasan dengan gejala seperti merasa cemas, memiliki firasat yang buruk sehingga takut dengan pikirannya sendiri, merasa mudah tersinggung, merasa lesu, lemas, gelisah, perasaannya berubah-ubah, merasa tidak tenang, tidak dapat tidur dengan nyenyak, banyak mimpi-mimpi, dan adanya gangguan pencernaan (Puspitasari & Krisnawati, 2022).

### **Kecemasan Menghadapi *Menarche***

Dari hasil penelitian ini didapatkan hasil sebagian besar yaitu 11 responden (33,33%) mempunyai tingkat kecemasan ringan dalam menghadapi *menarche*. Adanya kecemasan yang dialami responden dalam menghadapi *menarche* karena belum memiliki pengalaman menstruasi, takut bila menstruasi adalah hal yang menyakitkan dan menjijikan bila terlihat oleh orang lain. Pada penelitian ini untuk tingkat kecemasan yang terjadi lebih tinggi dibandingkan penelitian yang dilakukan oleh Viny Nurravni, Susilawati dan Hana Haryani (2021) di Sukabumi dengan judul Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Tentang *Menarche* Dengan Kecemasan Menghadapi *Menarche* di SD Negeri 1 Pasirhalang Wilayah Kerja Puskesmas Sukaraja Kabupaten Sukabumi, bahwa sebagian besar siswi tidak mengalami kecemasan sebanyak 61 (64,9%) dari 94 responden. Hal tersebut sesuai dengan teori bahwa kecemasan timbul karena umur yang masih belia dan belum adanya pengalaman serta pengetahuan yang dimiliki masih kurang. Padahal kecemasan yang mereka alami belum tentu seperti apa yang mereka pikirkan.

### **Hubungan Pengetahuan dengan Tingkat Kecemasan**

Berdasarkan tabel 4 didapatkan hasil bahwa sebagian besar siswi memiliki tingkat pengetahuan tentang *menarche* berada pada kategori cukup yaitu sebanyak 21 responden (48,4%). 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 orang (48,8%). Dalam penelitian Shilfia tahun 2021 menunjukkan pula bahwa tingkat pengetahuan siswi tentang *menarche* terbanyak pada kategori cukup yaitu 23 siswi (58%).

Pengetahuan merupakan hasil dari tahu dan ini 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 dihadapinya. Pengetahuan tersebut diperoleh baik dari pengalaman langsung maupun melalui pengalaman orang lain. Faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan antara lain umur, 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 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 6 orang (18,18%), untuk itu perlu dilakukan peningkatan pemahaman siswi tentang menstruasi.

Hasil penelitian ini menunjukkan terdapat kecemasan remaja putri dalam menghadapi *menarche*. Kurang dari setengah siswi mengalami kecemasan ringan 11 orang (33,33%). Adanya kecemasan yang dialami responden dalam menghadapi *menarche* karena belum memiliki pengalaman menstruasi, takut bila menstruasi adalah hal yang menyakitkan dan menjijikan bila terlihat oleh orang lain. Menurut Puspitasari & Krisnawati (2022), kecemasan merupakan keadaan perasaan afektif yang tidak menyenangkan yang disertai dengan sensasi fisik yang memperingatkan orang terhadap bahaya yang akan datang. Keadaan yang tidak menyenangkan itu sering kabur dan sulit menunjuk dengan tepat, tetapi kecemasan itu sendiri selalu dirasakan. Proses mendapat pengetahuan tersebut dipengaruhi oleh dua faktor yaitu faktor internal berupa umur, pendidikan, dan pekerjaan. Sedangkan faktor eksternal berupa lingkungan dan sosial budaya.

Adanya hubungan pengetahuan dengan tingkat kecemasan remaja putri dalam menghadapi haid pertama (*menarche*) menunjukkan bahwa pengetahuan memiliki pengaruh besar terhadap timbulnya rasa kecemasan terhadap seseorang. Kecemasan adalah kondisi psikologis seseorang yang memiliki perasaan takut dan khawatir, dimana perasaan takut dan khawatir akan sesuatu hal yang belum pasti akan terjadi (Muyasaroh, *et al.* 2020). Menurut (Putri & Melaniani, 2021) faktor yang mempengaruhi kecemasan menghadapi *menarche* karena usia yang masih muda dapat membuat remaja putri mengalami kecemasan karena mereka belum siap dengan perubahan yang akan terjadi. Pengetahuan menjadi faktor timbulnya kecemasan karena pada saat mengalami *menarche* remaja putri semakin tinggi pengetahuan seseorang akan berpengaruh dalam proses berfikir.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dari 33 responden yang diteliti, sebagian besar responden berpengetahuan cukup sebanyak 21 responden (63,64%) dan mayoritas responden memiliki kecemasan ringan sebanyak 11 responden (33,3%). Hasil uji spearman rho dengan  $\alpha = 0,05$  diperoleh nilai  $p\text{-value} = 0,000 < 0,05$  maka  $H_0$  diterima artinya ada hubungan antara pengetahuan dengan tingkat kecemasan remaja putri dalam menghadapi *menarche*. Secara signifikan ada hubungan antara tingkat pengetahuan dengan tingkat kecemasan remaja putri dalam menghadapi *menarche*, oleh karena itu orang tua maupun lingkungan remaja awal putri diharapkan dapat memberikan informasi yang baik agar dapat mengurangi tingkat kecemasan yang dialami oleh remaja awal putri.

## UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terimakasih kepada SD Negeri Pajang III Surakarta yang telah memberi izin sehingga penelitian ini dapat dilakukan, Terimakasih kepada dosen pembimbing pertama dan pembimbing kedua yang telah memberikan bimbingan dan arahan kepada saya dalam tahapan menyelesaikan penelitian hingga pembuatan manuskrip ini.

## DAFTAR PUSTAKA

- 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. 7(1), 80–85.

- Hayati, & Gustina. (2020). Hubungan Pengetahuan dengan Tingkat Kecemasan Remaja Putri Menghadapi *Menarche* di SMP Negeri 13 Kota Jambi. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 9(2), 149
- Jumrotin, Suroso, Meiyuntariningsih, T. (2020). Terapi Relaksasi Progresif Untuk Menurunkan Kecemasan Siswi Dalam Menghadapi *Menarche*. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 7(1), 2615–5168
- Muyasaroh, H. (2020). Kajian Jenis Kecemasan Masyarakat Cilacap dalam menghadapi Pandemi Covid 19. *LP2M UNUGHA Cilacap*, 3.
- Nora., R. (2020). Al-Asalmiya Nursing Hubungan Pengetahuan Dengan Tingkat Kecemasan Menghadapi *Menarche* Pada Siswi di SDN 02 Lubuk Buaya Padang. *Jurnal Ilmu Keperawatan (Journal of Nursing Science)*, 9, 27–35.
- Puspitasari, B., & Krisnawati, D. I. (2022) Hubungan Pengetahuan dengan Tingkat Kecemasan Remaja Putri Usia 10-13 Tahun dalam Menghadapi *Menarche*.
- Putri R, L. D., & Melaniani, S. (2019). Factor Analysis of Early *Menarche* Age Realations. *Jurnal Biometrika dan Kependudukan*. 2, 42–50
- Suyanti, S., Evitasari, D., & Suteji, N. E. C. I. (2022). Bunda Edu-Midwifery Journal (BEMJ) Hubungan Pengetahuan Dengan Tingkat Kecemasan Remaja Putri Dalam Menghadapi Haid Pertama (*Menarche*) Pada Siswi Kelas VII di MTS Negeri 7 Sumedang Tahun 2022 (Vol. 5)
- Viny Nurravni & Susilawati. (2021). Hubungan Pengetahuan Remaja Putri tentang Menarcege dengan Kecemasan Menghadapi *Menarche* di SD Negeri 1 Pasirhalang Wilayah Kerja Puskesmas Sukaraja Kabupaten Sukabumi. *Jurnal Ilmu Kesehatan Bunda Husada*, 7(1).
- Yunita, S. D. B. (2020). Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Kesiapan *Menarche* Pada Remaja Putri Literature Review