



Faktor-Faktor yang berhubungan dengan Tingkat Kecemasan Remaja Putri yang Mengalami Menarchedi SMPN 1 Sawa

Ian Ismi Antika Putri¹, I Wayan Romantika², Tahiruddin²

^{1,2,3} Prodi S1 Keperawatan STIKes Karya Kesehatan

Corresponden

Ian Ismi Antika Putri

Jl.Banaula Sinapoi

Email : ianismiantikaputri@gmail.com

Kata kunci: Tingkat Kecemasan, Menarche

Abstrak Latar belakang : Hasil Riskesdas 2014 menunjukkan bahwa berdasarkan laporan responden yang sudah mengalami haid rata rata usia menarche di indonesia 13 tahun dengan kejadian awal pada usia kurang dari 9 tahun. Faktor yang mempengaruhi kecemasan pertama Usia yang masih muda dapat membuat remaja putri mengalami kecemasan karena mereka belum siap dengan perubahan perubahan yang akan terjadi, kedua pengetahuan, pengetahuan menjadi faktor timbulnya kecemasan karena pada saat mengalami *menarche* remaja putri semakin tinggi pengetahuan seseorang aka berpengaruh dalam proses berfikir, ketiga peran orang tua, di sini peran orang tua sangat di butuhkan karena orang tua mempunyai peran penting untuk memberikan informasi pada anak sehingga pada saat *menarche* terjadi anak tidak mengalami kecemasan. Tujuan: Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan kecemasan remaja putri yang mengalami *menarche* pada SMPN 1 Sawa. Metode Jenis peneliti ini adalah kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*, Populasi dalam penelitian ini berjumlah 66 Siswa dengan jumlah sampel 40 siswi SMPN 1 Sawa, Ditarik menggunakan metode *cluster sampling* dengan jumlah sampel 40 siswi, data di analisis menggunakan *uji kendal tau*. Hasil : Hasil penelitian ini menunjukkan bawa nilai p usia ($P = 0.010$), nilai pengetahuan ($P = 0,684$) dan nilai peranan orang tua ($P = 0,140$). Kesimpulan dari pannelitian ini adalah ada hubungan usia dengan tingkat kecemasan remaja putri yang mengalami *menarche* di SMPN 1 Sawa, tidak ada hubungan antara pengetahuan dengan tingkat kecemasan remaja putri yang mengalami *menarche* di SMPN 1 Sawa, dan tidak ada hubungan peran orang tua dengan tingkat kecemasan remaja putri yang mengalami *menarche* di SMP 1 Sawa.

Abstract Background: The results of the 2014 RISKESDAS show that based on the reports of respondents who have experienced menstruation, the average age of menarche in Indonesia is 13 years old with an early age at less than 9 years. Factors affecting the first anxietyA young age can make young women experience anxiety because they are not ready for the changes that will occur, secondly knowledge, knowledge becomes a factor for anxiety because when experiencing menarche, the higher one's knowledge will affect the thinking process. Third, peran parents, here the role of parents is very much needed because parents have an important role to provide information to children so that when menarche occurs the child does not experience anxiety. **Purpose:** The purpose of this study is to determine the factors related to the anxiety of young women experiencing menarche at SMPN 1 Sawa. Method This type of research is quantitative with a cross sectional approach. The population in this study amounted to 66 students with a sample size of 40 students of SMPN 1 Sawa, drawn using the cluster sampling method with a sample size of 40 students, the data were analyzed using the Kendal Tau test. **Results:** The results of this study indicate that the p-value is age ($P = 0.010$), knowledge value ($P = 0.684$) and the value of the role of parents ($P = 0.140$). **The conclusion** of this study is that there is a relationship between age and anxiety levels of young women who experience menarche at SMPN 1 Sawa, there is no relationship between knowledge and anxiety levels of girls who experience menarche at SMPN 1 Sawa, and there is no relationship between the role of parents and adolescent anxiety levels. a daughter who experienced menarche at SMP 1 Sawa.

Keywords: Anxiety Level, Menarche

Bibliography: 41 (2011 - 2020)

Pendahuluan

Menarche yang datang terlalu cepat pada remaja putri akan menjadi peristiwa yang menakutkan, traumatik, bahkan menjijikan bagi anak, remaja putri yang tidak mengenal tubuhnya dan bagaimana proses reproduksi berlangsung dapat mengira bahwa menstruasi merupakan bukti adanya penyakit atau bahkan hukuman akan tingkah laku yang buruk hingga sering kali menyebabkan anak takut dan gelisah, selain itu anak sering mengalami rasa malu yang amat dalam dan perasaan kotor saat menstruasi pertama mereka, perasaan cemas, bingung, gelisah, tidak nyaman adalah perasaan seorang remaja putri yang mengalami *menarche* usia yang sangat muda membuat remaja putri susah untuk menerima perubahan yang akan terjadi pada dirinya (1). Pada puncak pubertas akan memicu terjadinya kecemasan bagi remaja putri yang sedang dalam *menarche*. Salah satu faktor menjadi pemicu terjadinya kecemasan pada remaja putri yang mengalami *menarche* ialah kurangnya pengetahuan memunculkan tanda *menarche* yang beragam respon psikologi remaja putri salah satunya cemas karena ketika remaja putri mengalami *menarche* dan tidak mempunyai pengetahuan mengenai *menarche* maka timbul rasa cemas pada remaja putri tersebut, selain itu remaja putri akan mengalami bingung karena menganggap bahwa *menarche* adalah sebuah penyakit serta kurang pengetahuan akan berdampak pula pada faktor usia remaja putri (2). Umumnya anak perempuan akan memberitahu orang tua khususnya ibu pada saat menstruasi pertama kali terjadi, namun tidak semua orang tua khususnya ibu memberikan informasi yang memadai kepada anaknya sebegini besar seorang ibu tidak membicarakan secara terbuka sampai remaja mengalami menstruasi pertama atau *menarche*, kondisi ini akan

menimbulkan kecemasan pada anak bahkan sering timbul keyakinan *menarche* itu adalah sesuatu yang tidak menyenangkan akibatnya anak melihat *menarche* itu sebagai penyakit yang ada didalam tubuhnya (3). Pada puncak pubertas yang ditandai dengan terjadinya *menarche* akan mulai terjadi kontrol hipotalamus – hipofisis – ovarium (HPO) axis yang mengkoordinasikan kerja dari hipotalamus kemudian, memicu aktifitas dari penekanan hormone gonadotropine (GnRH) yang menyebabkan peningkatan dari follicle-stimulating-hormone (FSH) dan luteinizing hormone (LH) untuk pematangan ovarium. Pada fase folikular terdapat fluktuasi secara signifikan dari estrogen dan progesterone, Siklus estrogen dan progesteron yang fluktuatif dan mendadak ini dapat menyebabkan stress pada remaja putri, sehingga memicu terjadinya kecemasan pada remaja putri yang mengalami *menarche* (4). Terdapat beberapa perubahan fisik pada remaja yang mengalami *menarche*, seperti perubahan-perubahan baik fisik, biologi, psikologi maupun sosial, harus dihadapi oleh remaja karena ini merupakan masa yang sangat penting karena merupakan masa peralihan ke masa dewasa (5).

Sebanyak 95% anak perempuan di Amerika mempunyai tanda-tanda pubertas di atas 12 tahun (6). Sementara itu di Perancis pubertas terjadi pada umur 13 sampai 14 tahun, tetapi di Arab Saudi dimulai pada usia 11 sampai 12 tahun terjadi lebih awal karena iklim yang panas, dan di Negara dingin Siberia terjadi lebih lambat pada usia 17 sampai 19 tahun. Data *menarche* di Rusia mempunyai rata-rata usia *menarche* yaitu 13 tahun sedangkan di Norwegia rata-rata umur *menarche* yaitu 13 tahun. Di India *menarche* mengalami penurunan usia yaitu rata-rata pada usia 11,4 tahun. Remaja di Jawa Timur dimana didapatkan bahwa tanda pubertas mulai muncul pada anak usia berkisar antara 12-15 tahun (6). Menurut Riskesdas, 2014

menunjukkan bahwa berdasarkan laporan responden yang sudah mengalami haid rata rata usia *menarche* di indonesia 13 tahun dengan kejadian awal pada usia kurang dari 9 tahun dan RISKESDAS 2010 (RisetKesehatan Dasar) di Sulawesi Tenggara presentase yang mendapatkan haid pertama atau *menarche* sebanyak 22,8% pada usia 15-16 tahun(7).

Hasil penelitian Achmad Yamani Risa Putra, Christina T Setiawan, Rahaju Wiludjeng pada tahun 2018 pengetahuan menjadi factor terjadinya kecemasan pada remaja putri yang mengalami *menarche*, Hasil penelitian ini didapatkan 10 siswi (62,5%) memiliki pengetahuan kurang dan tingkat kecemasan berat, 5 siswi (31,25%) memiliki pengetahuan cukup dan tingkat kecemasan sedang, dan 1 siswi (6,25%) memiliki pengetahuan cukup dan tingkat kecemasan berat. Dengan p value = 0,009 lebih kecil dari α value = 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak dan H_1 diterima (8). Hasil penelitian Livana PH, Novi Indrayati, Eka Yuliyanti Pada tahun 2019 usia menjadi faktor terjadinya kecemasan pada remaja putri yang mengalami *menarche*, Hasil penelitian diperoleh bahwa mayoritas anak usia sekolah di desa mengalami ansietas sedang (56,7%)

Metode

Metode penelitian yang di gunakan adalah deskriptif dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa SMP. Sampel dalam penelitian ini ditarik dengan metode purposive sampling dengan jumlah sampel sebanyak 40 Siswa kls VII, VIII, XI. Data penelitian ini dianalisis menggunakan *Kendal,s ta*

Hasil dan Pembahasan

Hasil

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Karakteristik Kecemasan Responden

No	Kecemasan	f	%
1	Ringan	10	25,0
2	Sedang	13	32,5
3	Berat	9	22,5
4	Sangat berat	8	20,0
Jumlah		40	100

Data Primer 2020

Berdasarkan tabel di atas item kecemasan menunjukkan bahwa dari 40 responden siswi sebagian kecil kategori ringan 10 (25,0%) responden, hampir setengahnya kategori sedang 13 (32,5%) responden, sebagian kecil kategori berat berjumlah 9 (22,5%) responden, dan sebagian kecil kategori sangat berat berjumlah 8 (20,0%) responden.

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Karakteristik Pengetahuan Responden

No	Pengetahuan	f	%
1	Baik	21	52,5
2	Kurang	19	47,5
Total		40	100

Data Primer 2020

Berdasarkan tabel di atas item pengetahuan menunjukkan bahwa dari 40 responden sebagian besar kategori baik berjumlah 21(52,5%) dan hampir setengahnya kategori kurang berjumlah 19 (47,5%) responden.

Tabel 3 Distribusi frekuensi Berdasarkan Karakteristik Peran Orang Tua Responden.

No	Peran orang tua	f	%
1	Baik	31	77,5
2	Kurang	9	22,5
Jumlah		40	100

Data Primer 2020

Berdasarkan tabel di atas item peran orang tua menunjukkan bahwa dari 40 responden hampir seluruhnya kategori baik berjumlah 31 atau (77,5) responden dan sebagian kecil kategori kurang berjumlah 9 atau (22,5%) responden.

Tabel 4. Distribusi Hubungan Usia Dengan Tingkat Kecemasan Remaja Putri Yang Mengalami Menarche

n	Median	SD	Min-max	p-value
40	13,00	0,939	12-16	0,010

Data Primer 2020

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan hasil uji analisis kendal tau di peroleh nilai p-value 0,010 berarti terdapat hubungan peran orang tua dengan tingkat kecemasan remaja putri yang mengalami *menarche* di SMPN 1 Sawa.

Tabel 5. Distribusi Hubungan Pengetahuan Dengan Tingkat Kecemasan Remaja Putri Yang Mengalami Menarche

n	Mean	SD	Min-Max	p-value
40	48,27	12,161	23-81	0,684

Data Primer 2020

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan hasil uji analisis kendal tau di peroleh nilai p-value 0,684 yang artinya tidak ada hubungan pengetahuan dengan tingkat kecemasan remaja putri yang mengalami *menarche* di SMPN 1 Sawa.

Tabel 6. Distribusi Hubungan peran Orang Tua Dengan Tingkat Kecemasan Remaja Putri Yang Mengalami Menarche

n	Mean	SD	Min-Max	p-value
40	65,50	13,567	40-100	0,140

Data Primer 2020

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan hasil uji analisis kendal tau di peroleh nilai p-value 0,140 yang artinya ha di tolak dan ho di terima terdapat tidak di temukan adanya hubungan peran orang tua dengan tingkat kecemasan remaja putri yang mengalami *menarche* di SMPN 1 Sawa

Pembahasan

Usia

Terdapat 25% siswi yang berusia 11-13 tahun dan terdapat 15% siswi yang berusia 14-16 tahun. *Menarche* yang di alami responden terjadi pada usia muda 11-13 tahun dan rata-rata usia responden yaitu 12 tahun. masa remaja dibagi menjadi tiga tahapan yakni masa remaja awal, masa remaja pertengahan, dan masa remaja akhir. Adapun kriteria usia masa remaja awal pada perempuan yaitu 13-15 tahun dan pada laki-laki yaitu 15-17 tahun. Kriteria usia masa remaja pertengahan pada perempuan yaitu 15-18 tahun dan pada laki-laki yaitu 17-19 tahun. Sedangkan kriteria masa remaja akhir pada perempuan yaitu 18-21 tahun (9). Usia *menarche* terjadi antara usia 12-13 tahun yaitu dalam rentang usia 10-16 tahun, umumnya jarak siklus menstruasi biasanya 15-45 hari dengan rata-rata 28 hari dan lamanya waktu menstruasi berbeda-beda setiap idiviu antara 2-8 hari dengan rata-rata yaitu 4-6 hari (10).

Hal ini sejalan dengan penelitian bagga dan kulkarni yang mejelaskan usia ideal *menarche* adalah 11-13 tahun (11). hasil penelian ini juga sejalan dengan teori BKKBN 2010 haid pertama terjadi pada usia 11-13 tahun (12). Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian derina bahwa sekarang usia gadis remaja pada waktu *menarche* bervariasi lebar yaitu antara 10-16 tahun dengan rata-rata 12,5 tahun (13). hasil penelitian ini juga sejalan dengan perelitan hendrik yang mengatakan usia *menarche*

yang biasa di alami anak perempuan yaitu 10-16 tahun dengan rata-rata terjadi pada usia 12,5 tahun (14).

Pengetahuan

Terdapat 52% dengan pengetahuan baik kenapa demikian karena responden mengetahui arti dari *menarche* itu menstruasi pertama kali yang di alami seorang wanita responden juga mengetahui kalau *menarche* itu sebagai tanda mulai memasuki usia dewasa atau puber dari segi biologis selain itu juga pengetahuan responden baik karena mengetahui kalau wanita dapat mengalami *menarche* pada usia kapanpun dan juga responden mengetahui rata-rata jarak menstruasi saat ini dengan menstruasi yang akan datang pada dasarnya berkisar 28 hari, responden juga mengetahui pada saat mengalami menstruasi perut akan terasa sakit, dan responden tau nyeri perut bagian bawah yang terjadi sebelum pada saat dan sesudah menstruasi di sebut dismenorhea, responden juga paham jika tidak menjaga kebersihan saat menstruasi dapat menyebabkan seseorang mudah terkena penyakit infeksi kelamin dan responden juga mengetahui pada saat menstruasi kalau makan amis darah yang keluar akan amis juga selain itu responden mengetahui wanita tidak mengalami keluhan apapun saat mengalami *menarche* dan responden mengetahui gejala yang timbul menjelang menstruasi antara lain nyeri di payudara sekitar pinggul, pegel linu, muncul jerawat, dan lebih mudah marah. Dan terdapat 47,5% dengan pengetahuan yang kurang, kenapa demikian Responden kurang mengetahui menstruasi atau haid yang sudah di alami berulang kali oleh seorang wanita dan mresponden juga kurang memahami jika menstruasi itu pengeluaran darah dari alat kandungan lewat alat kelamin dan responden juga kurang memahami jika banyaknya darah yang keluar harus mengganti pembalut minimal 2 kali sehari

serta mereka kurang memahami jika menstruasi terjadi sebulan sekali dengan waktu yang sama setiap perempuan responden juga kurang memahami jika wanita yang belum pernah mendapat menstruasi sampai umur 18 tahun di sebut amenorhea primer, responden juga kurang memahami jika menstruasi tidak boleh jika 1 hari tidak ganti pembalut dan juga responden tidak mengetahui jika pada saat menstruasi di larang buat berenang dan karena wanita yang menstruasi mengeluarkan banyak darah maka saat menstruasi di anjurkan makan makanan bergizi responden juga kurang memahami jika wanita dengan jaringan lemak yang banyak lebih cepat mengalami *menarche* di bandingkan remaja putri yang kurus, responden juga kurang paham cepat atau lambatnya *menarche* tidak di pengaruhi oleh genetik atau bawaan dari orang tua dan wanita yang tinggal di desa lebih cepat mendapatkan *menarche* di bandingkan wanita yang tinggal di kota, dan responden apakah cemas bukan merupakan salah satu keluhan yang di alami wanita saat menstruasi dan juga responden kurang memahami jika perasaan bingung, gelisah, tidak nyaman selalu menyelimuti perasaan wanita untuk pertama kali, dan juga responden tidak mengetahui menstruasi yang pertama kali dapat menyebabkan kecemasan pada wanita. Hasil penelitian mengenai pengetahuan yang baik sejala dengan penelitian yang di lakukan widya anggraeni, kurnia indrayanti purnama sari yang menyatakan bahwa pengetahuan remaja putri di SDN Nurul Hikmah Krian sidoarjo di dapatkan sebagian besar memiliki pengetahuan baik tentang menstruasi yaitu sebanyak 23 responden (60,52%)

Pengetahuan yang di peroleh remaja tentang menstruasi akan mempengaruhi persepsi tentang *menarche*, jika persepsi yang baik di bentuk remaja tentang *menarche*

positif, maka hal ini akan berpengaruh pada remaja dalam menghadapi *menarche* (15). Pengetahuan di perlukan sebagai dorongan psikis dalam menumbuhkan diri maupun dorongan sikap dan perilaku setiap hari, sehingga dapat dikatakan bahwa pengetahuan merupakan stimulus terhadap tindakan seseorang (16).

Peranan orang tua

Terdapat 77,5% dengan peranan orang tua yang baik, kenapa demikian karena orang tua responden menjelaskan tata cara menghadapi menstruasi pertama dan orang tua juga menjelaskan setiap ada perubahan pada responden menjelang menstruasi responden selalu bercerita kepada orang tua dan ibu juga yang mengajarkan hal-hal yang terjadi ketika haid pertama, orang tua responden juga pernah menjelaskan perubahan yang akan di alami jika menstruasi terjadi, dan menjelang haid pertama orang tua responden menjelaskan tata cara perawatan jika terjadi menstruasi dan orang tua responden juga pernah meluangkan waktu untuk memperhatikan perubahan yang terjadi pada responden dan orang tua responden juga memberikan jawaban ketika responden bertanya mengenai menstruasi pertama serta orang tua responden juga membantu menangani gangguan nyeri yang terjadi jika menstruasi pertama terjadi dan terdapat 22,5% dengan peranan orang tua yang kurang karena orang tua responden tidak pernah bercerita tentang haid pertama dan orang tua adik tidak membawa kepetugas kesehatan jika terjadi masalah dengan menstruasi pertama. Orang tua dapat berperan aktif dalam memberikan pemahaman tentang *menarche*, karena ini merupakan hal yang sangat awal bagi seorang remaja putri, dengan pemahaman tersebut di harapkan remaja putri mengetahui upaya-upaya yang harus di lakukan jika mengalami *menarche*, sehingga mampu melakukan perawatan dan *personal*

hygiene saat mengganti pembalut minimal dua kali sehari karena kebersihan organ reproduksi atau seksual merupakan awal dari usaha menjaga kesehatan *geitalia* (17). Ketika anak perempuan mengalami *menarche*, sekitar 64,9% dari mereka memberitaukan hal tersebut kepada ibu sebagai orang tua sekaligus sebagai orang yang paling mereka percaya. Sehingga dapat di simpulkan ibu sebagai orang tua sangat berperan dalam perkembangan masa pubertas anak khususnya *menarche*(18).

Kecemasan

Kecemasan yang terjadi pada remaja salah satunya merupakan akibat dari perubahann fisik, selain itu perubahan emosional dan sosial juga berpengaruh pada psikologi remaja yang mengalami masa pubertas. Kecemasan merupakan istilah yang sangat akrab dengan kehidupan sehari-hari yang menggambarkan keadaan khawatir, gelisah, takut, tidak tenang, di sertai berbagai keluhan fisik (19). Gangguan kecemasan remaja putri dalam menghadapi *menarche* sering terjadi karena dalam masa menstruasi biasanya banyak gangguan-gangguan traumatis seperti salah satunya rasa sakit perut, sakit kepala, badan terasa pegal, mual, muntah (20). Sebanyak 25,0% yang memiliki kecemasan ringan karena remaja putri mengalami gangguan kecerdasan seperti sukar konsentrasi, daya ingat buruk dan perasaan depresi seperti hilangnya minat, berkurangnya kesenangan, sedih, bangun dini hari, perasaan berubah ubah, dan memiliki gejala somatik seperti sakit dan nyeri otot, kaku, kedutan otot, gigi gemerutuk, suara tidak stabil, dan gejala sensorik seperti penglihatan kabur, muka merah atau pucat, merasa lemah, perasaan di tusuk tusuk dan memiliki gejala kardiovaskuler seperti takikardi, berdebar, nyeri di dada, denyut nadi mengeras, perasaan lesu/lemas seperti kaku, denyut jantung menghiang dan memiliki

urogenital seperti sering buang air kecil, tidak dapat menahan air seni, amenorhea, menorhgia dan memiliki gejala otonom seperti mulut kering, muka merah, mudah berkeringat, pusing sakit kepala, bulu-bulu berdiri dan meemiliki seperti gelisah, tidak tenang, jati gemetar, kerut kering, muka tegang, tonus otot meningkat, napas pendek dan cepat. sebanyak 32,5 % mengalami kecemasan sedang karena memiliki gangguan tidur, seperti masuk tidur, terbangun malam hhari, tidur nyenyak, bangun dengan lesu, banyak mimpi-mimpi, mimpi buruk dan memiliki gejala respiratori seperti rasa tertekan dan sempit di dada, perasaan terkecik, sering menarik napas , napas pendek, sesak dan memiliki gejala gastroenstinal seperti sulit menelan, perut melilit, gangguan pencernaan, nyeri sebelum dan sesudah makan, perasaan terbakar di perut , rasa penuh atau kembung, mual, muntah, buang ai besar lembek, kehilangan beat badan, sukar buang air besar. sebanyak 22,5% mengalami kecemasan berat karena memiliki ketenganagn seperti merasa tegang, lesu, tidak istirahat tenang, mudah terkejut, mudah menangis, gemetar, gelisah dan memiliki ketakutan seperti pada gelap, pada orang asing, di tinggal sendiri, pada binatang beras . dan 20% mengalami kecemasan berat sekali karena remaja putri mengalami perasaan ansietas seperti cemas, firasat buruk, takut akan fikiran sendiri, mudah tersinggung.

Hubungan Usia Dengan Tingkat Kecemasan Remaja Putri Yang Mengalami Menarche

Hasil penelitian pada saat ini menunjukan bahwa dari 40 responden yang mengalami *menarche* tingkat usia remaja awal usia 11-13 tahun berjumlah 25 responden dan remaja pertengahan usia 14-16 tahun berjumlah 15 responden, Menurut suryani dan widyasih

(2008) semakiin muda usia anak, maka akan semakin mengganggu hal itu sebagai beban. Tetapi berbeda dengan mereka yang telah siap dalam menghadapi *menarche*, mereka akan merasa senang dan bangga karena mereka menganggap dirinya sudah dewasa secara biologis(21). Hal ini sesuai dengan hasil penelitian Hidayatus sholeha dengan tingkat kecemasan siswi di SDN Desa Ajung kecamatan kalisat kabupaten jember menyebutkan bahwa ada hubungan usia dengan tingkat kecemasan remaja putri yang mengalami *menarche*, maka ada hubungan antara kesiapan siswi menghadapi *menarche* dengan tingkat kecemasan siswi di SDN Desa Ajung kecamatan kalisat kabupaten jember (21). Hal ini sejalan dengan penelitian Musrifah 2018 peneliti menyebtkka bahwa *Menarche* dini adalah keadaan anak yang mengalami kedekaan seksual yang sangat dini, semakin sisi mengalami *menarche* dini maka isi akan memiliki kesiapan yan buruk sehingga berdampak kecemasan jadi dapat ditarik kesimpulan ad hubungan antara usia dengan tingkat kecemasa remaja putri yang mengalami *menarche* (22).

Hubungan Pengetahuan Dengan Tingkat Kecemasan Remaja Putri Yang Mengalami Menarche

Hasil peneltian saat ini menunjukan bahwa dari 40 responden yang memiliki pengetahuan baik pertanyaan kuisioner yaitu responden mengetahui arti dari *menarche* itu mentruasi pertama kali yang di alami seorang wanita responden juga mengetahui kalau *menarche* itu sebagai tanda mulai memasuki usia dewasa atau puber dari segi biologis selain itu juga pengetahuan responden baik karena mengetahui kalau wanita dapat mengalami *menarche* pada usia kapanpun dan juga responden mengetahui rata-rata jarak menstruasi saat ini dengan menstruasi yang akan datang pada dasarnya berkisar 28 hari, responden juga mengetahui pada saat

mengalami mensruasi perut akan terasa sakit, dan responden tau nyeri perut bagian bawah yang terjadi sebelum pada saat dan sesudah menstruasi di sebut dismenorhea, responden juga paham jika tidak menjaga kebersihan saat menstruasi dapat menyebabkan seseorang mudah terkena penyakit infeksi kelamin dan responden juga mengetahui pada saat menstruasi kalau makan amis darah yang keluar akan amis juga selain itu responden mengathui wanita tidak mengalami keluhan apapun saat mengalami menarche dan responden mengetahui gejala yang timbul menjelang menstruasi antara lain nyeri di payudara sekitar pinggul, pegel linu, muncul jerawat, dan lebih mudah marah tetapi selain memiliki pengetahuan yang baik tidak sedikit pertanyaan yang memiliki pengetahuan kurang. Responden kurang mengetahui menstruasi atau haid yang sudah di alami berulang kali oleh seorang wanita dan mresponden juga kurang memahami jika mentruasi itu pengeluaran darah dari alat kandungan lewat alat kelamin dan responden juga kurang memahami jika banyaknya darah yang keluar harus mengganti pembalut minimal 2 kali sehari serta mereka kurang memahami jika menstruasi terjadi sebulan sekali dengan waktu yang sama setiap perempuan responden juga kurang memahami jika wanita yang belum pernah mendapat menstruasi sampai umur 18 tahun di sebut amenorhea primer, responden juga kurang memahami jika menstruasi tidak boleh jika 1 hari tidak ganti pembalut dan juga responden tidak mengetahui jika pada saat menstruasi di larang buat berenang dan karena wanita yang menstruasi mengeluarkan banyak darah maka saat menstruasi di anjurkan makan makanan bergizi responden juga kurang memahami jika wanita dengan jaringan lemak yang banyak lebih cepat mengalami menarche di bandingkan remaja putri yang kurus,

responden juga kurang paham cepat atau lambatnya menarche tidak di pengaruhi oleh genetik atau bawaan dari orang tua dan wanita yang tinggal di desa lebih cepat mendapatkan menarche di bandingkan wanita yang tinggal di kota, dan responden apakah cemas bukan merupakan salah satu keluhan yang di alami wanita saat menstruasi dan juga responden kurang memahami jika perasaan bingung, gelisah, tidak nyaman selalu menyelimuti perasaan wanita untuk pertama kali, dan juga responden tidak mengetahui menstruasi yang pertama kali dapat menyebabkan kecemasan pada wanita .Hasil penelitian ini di dukung dengan hasil penelitian yang di lakukan kurniawati (2011) yang menyatakan bahwa tidak terdapat hubungan antara pengetahuan dengan kecemasan dalam menghadapi *menarche*. tetapi hasil penelitian ini berbeda dengan penelitian yang afifah dkk (2015) yang menyebutkan ada hubungan antara pengetahuan tentang menstruasi dengan remaja putri yang mengalami *menarche* ($p=0,000$). Semakin baik pengetahuan remaja putri tentang menstruasi maka mereka akan lebih siap menghadapi *menarche* (15).

Hubungan Peranan Orang Tua Dengan Tingkat Kecemasan Remaja Putri Yang Mengalami Menarche

Hasil penelitian saat ini menunjukan bahwa dari 40 responden yang memliki peranan orang tua baik karena orang tua responden menjelaskan tata cara menghadapi menstruasi pertama dan orang tua juga menjelaskan setiap ada perubahan pada responden menjelang menstruasi responden selalu bercerita kepada orang tua dan ibu juga yang mengajarkan hal-hal yang terjadi ketika haiid pertama, orang tua responden juga pernah menjelaskan perubahan yang akan di alami jika menstruasi terjadi, dan menjelang haid pertama orang tua responden menjelaskan

tata cara perawatan jika terjadi menstruasi dan orang tua responden juga pernah meluangkan waktu untuk memperhatikan perubahan yang terjadi pada responden dan orang tua responden juga memberikan jawaban ketika responden bertanya mengenai menstruasi pertama serta orang tua responden juga membantu menangani gangguan nyeri yang terjadi jika menstruasi pertama terjadi. Tetapi pertanyaan yang kurang juga terdapat pada pertanyaan kuisioner orang tua responden tidak pernah bercerita tentang haid pertama dan orang tua adik tidak membawa kepetugas kesehatan jika terjadi masalah dengan menstruasi pertama. Hasil penelitian ini di dukung dengan penelitian laili solekha (2011) yang menyatakan tidak ada hubungan peran orang tua dengan tingkat kecemasan remaja putri yang mengalami *menarche* (23) sebaliknya penelitian ini berbeda dengan penelitian yang di lakukan Mardilah (2014) dalam penelitiannya adalah peran orang tua merupakan hal yang penting (24).

Kesimpulan

Berdasarkan analisa data dan pembahasan hasil penelitian Faktor-faktor yang berhubungan dengan tingkat kecemasan di SMPN 1 Sawa maka dapat disimpulkan Bahwa:

1. Ada hubungan usia dengan tingkat kecemasan remaja putri yang mengalami *menarche*
2. Tidak ada hubungan pengetahuan dengan tingkat kecemasan remaja putri yang mengalami *menarche*
3. Tidak ada hubungan peran orang tua dengan tingkat kecemasan remaja putri yang mengalami *menarche*

Saran

Berdasarkan data lampiran maka penunulis ajukan saran sebagai berikut :

1. Bagi siswi
Siswi mampu mengontrol sendiri tingkat kecemasan yang di alami pada saat mengalami menstruasi

2. Bagi institusi
Alangkah baiknya jika institusi memperbanyak referensi seperti buku atau jurnal yang tersedia di perpustakaan sehingga peneliti selanjutnya dapat dengan mudah melakukan penelitian
3. Peneliti selanjutnya
Di harapkan peneliti selanjutnya dapat lebih mengembangkan faktor faktor apa saja yang berhubungan dengan tingkat kecemasan remaja putri yang mengalami *menarche*.

Daftar pustaka

1. PH L, Indrayati N, Yulianti E. Gambaran tingkat ansietas anak usia sekolah saat mengalami *menarche*. J Kesehat. 2019;12(2):146.
2. Wahyuni Eka, Majid Y Abdul, Dekawaty A. Pengaruh pendidikan kesehatan dengan media video terhadap kecemasan menghadapi *menarche* pada siswi kelas V di sekolah dasar Negeri 88 Palembang tahun 2019. Heal Nurs J Fak ilmu Kesehat UMTAS. 2019;2(1):13.
3. Anatasia N Wida. Gambaran peran keluarga terhadap tingkat kecemasan remaja putri usia 11-14 tahun dalam menghadapi menstruasi pertama di desa tuntungan 1 tahun 2019. 2019;1-13.
4. Susanto E, Marhamah. Perbedaan tingkat kecemasan antara remaja putri yang telah mengalami *menarche* dan belum mengalami *menarche* di SD Muhammadiyah 1 Surakarta. J Chem Inf Model. 2019;53(9):1689-99.
5. Herwati, Muchtar M. Model pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan dan sikap dalam kesiapan menghadapi *menarche* di sekolah dasar. J menara ilmu. 2017;XI(75):106-14.
6. Indrianita V. Hubungan kesiapan diri terhadap perubahan fisik masa pubertas pada remaja putri di SMP negeri 32 Surabaya. J keperawatan dan kebidanan.

- 2019;2(2):11.
7. Sriuni astami, burhanudin bahar ulfa najamudin. Hubungan konsumsi makanan mengandung fitoestrogen dengan siklus menstruasi pada siswi kelas X di SMKN 4 kendari. 2013;119:1–10.
8. Putra A yamani risa, Setiawan CT, Wiludjeng R. Hubungan pengetahuan tentang menarche dengan kecemasan remaja putri awal. Borneo cendekia. 2018;2(2):200–5.
9. Thalib S. psikologi Pendidikan Berbasis Analisis Empiris Aplikatif Jakarta: Kencana media grup. 2010;1–147.
10. Titik L. Kumpulan Teori untuk kajian Pustaka Penelitian Kesehatan Yogyakarta: Nuha Medika. 2018;3(32):1–44.
11. Siswi S, Dasar S, Menghadapi D. Jurnal Keperawatan Mersi. 2019;VIII:43–9.
12. Al T, Sleman Q, Publikasi N. PADA REMAJA PUTRI DI PONDOK PESANTREN TARUNA AL – QURAN SLEMAN. 2019;
13. Menarche U, Gizi S, Siklus DAN. Usia menarche , status gizi, dan siklus menstruasi santri putri. 2010;
14. Safitri D, Studi P, Keperawatan I, Riau U. Analisis indikator gaya hidup yang berhubungan dengan usia menarche remaja putri. 2010;1–10.
15. yusuf, yanti rina kundre dan sefti rompas. Hubungan Pengetahuam Menarche dengan Kesiapan Remaja Putri Menghadapi Menarche Di SMP Negeri 3 Tidore Kepulauan .Jurnal Program Studi Ilmu Keperawatan Kedokteran Universitas Sam Ratulangi Manado. 2016;4(5).
16. Mardalena. Faktor-faktor yang berhubungan dengan kesiapan remaja putri dalam menghadapi menarche di SMP Negeri 31 palembang tahun 2018. 2018;6(2):432–44.
17. Juwita, Sellia. Dukungan ibu dengan kesiapan remaja putri dalam menghadapi menarche. J kesmas asclepius. 2019;1(2):166–75.
18. TM MF. Hubungan persepsi anak terhadap peran ibu dengan tingkat keceasan saat menstruasi pertama (menarche) pada remaja putri di kota banjarmasin. 2018;9(1):10.
19. Fitriani H, Rohman R yulia. Pengaruh konseling terhadap kecemasan remaja putri yang mengalami menarche 1. J ilmu keperawatan. 2016;IV(2):85–94.
20. Agama I, Negeri I. Konseling rational emotive behavior therapy (REBT) terhadap kecemasan. 2016;
21. Suryani E& widyaningsih H. Psikologi ibu dan anak,yogyakarta:fitramaya. J Heal community Empower. 2018;I(2):154–64.
22. Tingkat G, Menghadapi K, Jember K, Studi P, Keperawatan S, Keperawatan F, et al. Digital Digital Repository Repository Universitas Universitas Jember Jember Digital Digital Repository Repository Universitas Universitas Jember Jember. 2018;
23. Solekha L. Hubungan peran orang tua dengan tingkat kecemasan menghadapi menarche pada siswi kelas V dan VI di SD NEGERI denggung sleman yogyakarta. 2011;
24. Purba V melinda, Sanusi S rahayu, Aritonang E y. Hubungan fungsi keluarga dengan kecemasan menghadapi menarche pada remaja putri usia sekolah dasar di SD Negeri 064988 medan. J Muara sains,teknologi,Kedokteran dan ilmu Kesehat. 2017;1(52):138–44.