

POLA ASUH ORANG TUA DENGAN TINGKAT KECEMASAN REMAJA PUTRI DALAM MENGHADAPI *MENARCHE*

Dr. H. A. Y. G Wibisono, M.Kes¹Alfin Kurniati²
dr. H. A. Y. G Wibisono, M.Kes., Dinas Kota Tangerang
Alfin Kurniati., STIKes YATSI Tangerang
E-mail : aygwibisono@gmail.com

ABSTRAK

Latar belakang :kecemasan remaja saat menarche merupakan masalah kesehatan reproduksi tersendiri bagi remaja. Remaja putri rentang usia 10-16 tahun akan mengalami *menarche* (haid pertama). Hal ini akan menimbulkan ketegangan fisik, cemas dalam hal yang buruk akan terjadi ketika *menarche*.

Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui hubungan pola asuh orang tua dengan tingkat kecemasan remaja putri dalam menghadapi *menarche* pada siswi kelas V dan VI di SDN Bojong 1 Kabupaten Tangerang Tahun 2019.

Metode penelitian yang digunakan penelitian ini adalah deskriptif korelasi dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 62 responden dengan tehnik yang digunakan untuk pengambilan data adalah *total sampling* dengan membagikan lembar kuesioner yang telah valid dan reliabel. Analisa data secara univariat dan bivariat dengan menggunakan *Chi-Square* dan Correlation.

Hasil penelitian berdasarkan uji *Chi-Square* dan menghasilkan nilai *p value* = (0,001 < 0,05) maka dinyatakan ada hubungan pola asuh orang tua dengan tingkat kecemasan remaja putri dalam menghadapi *menarche*.

Kesimpulan dan saran berdasarkan hasil penelitian ada hubungan yang signifikan antara pola asuh orang tua dengan tingkat kecemasan remaja putri dalam menghadapi *menarche* pada siswi kelas V dan VI di SDN Bojong 1 Kabupaten Tangerang. Disarankan remaja putri lebih terbuka terhadap masalah kepada ibunya agar dapat informasi dan pengetahuan yang tepat.

Kata kunci : Pola asuh orang tua, Tingkat kecemasan, *Menarche*

ABSTRACT

Young women aged 10-16 years will experience menarche (first menstruation). This will cause physical tension, anxiety in the bad things that will happen when menarche. The purpose of this study was to determine the relationship of parenting parents with the level of anxiety of adolescent girls in facing menarche in class V and VI students at SDN Bojong 1 Tangerang District in 2019. The research method used in this study was descriptive correlation with cross sectional approach. The population in this study amounted to 62 respondents with the technique used for data collection is total sampling by distributing questionnaire sheets that have been valid and reliable. Univariate and bivariate data analysis using Chi-Square and Correlation. The results of the study are based on the Chi-Square test and produce a *p value* = (0.001 < 0.05) then it is stated that there is a relationship between parenting patterns and the level of anxiety of adolescent girls in dealing with menarche. Conclusions and suggestions based on the results of the study there is a significant relationship between parenting parents with the level of anxiety of young women in dealing with menarche in class V and VI students at SDN Bojong 1 Tangerang District. It is recommended that young women be more open to problems with parents in order to get the right information and knowledge.

Keywords : *parenting, Anxiety, Menarche*

PENDAHULUAN

Remaja putri akan mengalami masa pubertas yang ditandai dengan datangnya menstruasi pertama (*menarche*). Karakteristik usia termuda *menarche* pada remaja putri di Indonesia yaitu, 9 tahun dan usia tertua *menarche* yaitu, 18 tahun. Menghadapi kecemasan *menarche* merupakan keadaan yang timbul dari perasaan dan menunjukkan ketegangan fisik, takut dalam hal-hal yang buruk akan terjadi ketika *menarche*. (Rohmaniah, 2014).

Menarche adalah menstruasi atau haid pertama kali yang dialami oleh perempuan yang merupakan ciri kedewasaan seorang perempuan yang sehat dan tidak hamil. Menarche terjadi akibat peningkatan LH dan FSH yang merangsang sel target ovarium. LH dan FSH berkombinasi dengan reseptornya untuk meningkatkan laju kecepatan sekresi, pertumbuhan dan proliferasi sel. Rangsangan ini dihasilkan dari pengaktifan sistem second messenger adenosine-monophosphate cyclic dalam sitoplasma sel ovarium untuk menstimulasi ovarium agar memproduksi estrogen dan progesteron.

Estrogen dan progesteron akan menstimulasi uterus dan kelenjar payudara agar siap untuk terjadinya ovulasi. Ovulasi yang tidak dibuahi akan menjadi menstruasi (Prawirohardjo, 2016) Menarche merupakan menstruasi pertama yang biasa terjadi dalam rentang usia 10-16 tahun atau pada masa awal remaja di tengah masa pubertas sebelum memasuki masa reproduksi. Menarche merupakan pertanda adanya suatu perubahan status sosial dari anak-anak ke dewasa dan merupakan suatu tanda yang penting bagi seorang wanita yang menunjukkan adanya produksi hormone yang normal yang dibuat oleh hipotalamus dan kemudian diteruskan pada ovarium dan uterus. (Proverawati, 2016)

Menarche didefinisikan sebagai pertama kali menstruasi, yaitu keluarnya cairan darah dari alat kelamin wanita berupa luruhnya lapisan dinding Rahim yang banyak mengandung pembuluh darah. Sudah lebih dari setengah abad rata-rata usia menarche mengalami perubahan, dari usia 17 tahun, menjadi 13 tahun, secara normal menstruasi awal terjadi pada usia 11-16 tahun.

Usia remaja yang mendapat Menarche bervariasi yaitu antara usia 10-16 tahun tetapi rata-rata 12,5 tahun (Winkjosastro, 2005). Terdapat kecenderungan bahwa saat ini anak mendapat menstruasi yang pertama kali pada usia lebih muda. Ada yang berusia 12 tahun, tetapi ada juga yang 8 tahun sudah memulai siklusnya. Di Inggris usia rata-rata untuk mencapai menarche adalah 13 tahun, sedangkan suku budi di Papua menarche pada usia 18 tahun. (Proverawati, 2016)

Menstruasi merupakan bagian dari proses regular yang mempersiapkan tubuh wanita setiap bulannya untuk kehamilan. Daur ini melibatkan beberapa tahap yang dikendalikan oleh interaksi hormon yang 9 dikeluarkan oleh hipotalamus, kelenjar dibawah otak depan dan indung telur. Pada permulaan daur, lapisan sel rahim mulai berkembang dan menebal, kemudian hormone progesterone yang dikeluarkan oleh indung telur memberi sinyal pada telur untuk mulai berkembang. Tak lama kemudian sebuah telur dilepaskan dari indung telur wanita dan mulai bergerak menuju tuba falopii terus ke rahim, bila telur tidak buahi oleh lapisan sperma, maka lapisan rahim akan berpisah dari dinding uterus dan mulai luruh serta akan dikeluarkan melalui vagina. Periode pengeluaran darah dikenal periode menstruasi berlangsung selama 3 hingga 7 hari. Bila seorang wanita menjadi hamil, menstruasi bulanannya akan berhenti. Oleh karena itu, menghilangnya menstruasi bulanan merupakan tanda (walaupun tidak selalu) bahwa seorang wanita sedang hamil. Kehamilan dapat dikonfirmasi dengan pemeriksaan darah sederhana. (winkjosastro,2005) Adapun dalam satu siklus haid

Berdasarkan Riset kesehatan dasar (Rikesdas) 2010, bahwa 5,2% anak-anak di 17 provinsi di Indonesia mengalami *menarche* di bawah usia 12 tahun. Sehingga di Indonesia menepati urutan ke 15 dari 67 negara dengan penurunan usia *menarche* mencapai 0,145 tahun per dekade. Menurut (Rikesdas) 2010, Indonesia tahun 2012 menunjukkan bahwa rata-rata usia *menarche* di Indonesia adalah 13 tahun (20,0%), dengan kejadian lebih awal pada usia kurang dari 9 tahun atau lebih lambat sampai usia 17 tahun. Belakangan ini, usia *menarche* semakin dini di Indonesia. Menurut hasil SDKI 2012 menyatakan bahwa 23% perempuan usia 12 tahun dan 7% usia 10-11 tahun sudah mengalami *menarche* remaja Indonesia termasuk dalam rentang usia 12-15 tahun. Di Banten usia *menarche* yang belum mendapatkan haid sebesar 9,5%, umur pertama kali haid usia 9-10 tahun sebesar 1,8%, usia 11-12 tahun sebesar 23,0%, usia 13-14 tahun sebesar 34,5%, usia 15-16 tahun sebesar 22,3%, usia 17-18 tahun 2,8%, usia 19-20 sebesar 0,4% dan yang tidak menjawab sebesar 7,8% (Rikesdas, 2017)

Menarche merupakan haid pertama yang terjadi pada perempuan dan merupakan ciri dari kedewasaan seorang perempuan yang sehat. *Menarche* atau menstruasi pertama mempunyai batasan usia 10-16 tahun atau pada masa awal remaja di tengah masa pubertas sebelum memulai masa reproduksi (Yusuf *et all*, 2014). Datang *menarche* di definisikan sebagai penyakit kerana menimbulkan kecemasan. Menghadapi kecemasan *menarche* merupakan keadaan yang timbul dari perasaan dan menunjukkan ketegangan fisik, takut dalam hal-hal yang buruk akan terjadi ketika *menarche*. Kecemasan

mempunyai faktor-faktor yang mempengaruhi dalam menghadapi *menarche* yaitu, dukungan ibu, pola asuh orang tua, pengetahuan, usia, *menarche*, sumber informasi, dan ketidaksiapan (Desi, 2016).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan di kelas V dan VI SDN Bojong 1, didapatkan hasil wawancara dari 10 orang (100%) sebanyak 3 remaja (30%) mengalami cemas ringan, sebanyak 4 remaja (40%) mengalami cemas sedang, dan sebanyak 3 remaja (30%) mengalami cemas berat. Mereka merasa cemas, takut dan gelisah karena mereka belum siap mengalami *menarche*, hasil dari wawancara kelas V dan VI didapatkan mereka cemas karena tidak tahu bagaimana cara membersihkan area genital dan belum mendapatkan pengetahuan tentang menstruasi dari orang tuanya dan dari sekolah, mereka hanya mencari tau dari pengalaman teman-temannya yang sudah mengalami menstruasi.

METODOLOGI PENELITIAN

Jenis penelitian yang diterapkan adalah kuantitatif dengan rancangan penelitian *deskriptif korelasional*, yaitu penelitian atau penelaahan hubungan antara dua variabel pada suatu situasi yang bertujuan untuk mengetahui hubungan pola asuh orang tua dengan tingkat kecemasan remaja putri dalam menghadapi *menarche* pada kelas V dan VI di SDN Bojong 1. Penelitian ini menggunakan pendekatan *Cross Sectional* adalah suatu penelitian untuk mempelajari dinamika korelasi antara faktor-faktor resiko dengan efek pendekatan atau pengumpulan data sekaligus pada saat itu (Notoatmodjo, 2012). Pada penelitian ini pengumpulan data dengan cara memberikan kuesioner kepada responden dalam satu waktu secara bersamaan.

HASIL PENELITIAN

Tabel 1.1 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Umur di SDN Bojong 1 Kabupaten Tangerang Banten Tahun 2019 (n=62)

Umur	Frekuensi(f)	Presentase (%)
9 Tahun	5	8,1
10 Tahun	42	67,7
11 Tahun	14	22,6
12 Tahun	1	1,6
Total	62	100

Sumber : Data Primer 2019

Berdasarkan tabel 1.1 diketahui bahwa dari 62 responden sebagian besar berumur 10 tahun sebanyak 42 responden (67,7%).

Tabel 1.2 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Pola Asuh Orang Tua Responden di SDN Bojong 1 Kabupaten Tangerang Banten Tahun 2019 (n=62)

Pola Asuh Orang Tua	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Buruk	16	25,8
Baik	46	74,2
Total	62	100

Sumber : Data Primer 2019

Berdasarkan tabel 1.2 dari 62 responden dapat disimpulkan bahwa mayoritas pola asuh orang tua adalah baik yaitu sebanyak 46 responden (74,2%).

Tabel 1.3 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Tingkat Kecemasan Responden di SDN Bojong 1 Kabupaten Tangerang Banten Tahun 2019 (n=62)

Tingkat Kecemasan	Frekuensi(n)	Presentase (%)
Ringan	19	30,6
Sedang	30	48,4
Berat	13	21,0
Sangat Berat (Panik)	0	0
Total	62	100

Sumber : Data Primer 2019

Berdasarkan tabel 1.3 dari 62 responden dapat disimpulkan bahwa mayoritas tingkat kecemasan dalam menghadapi *menarche* adalah kecemasan sedang yaitu sebanyak 30 responden (48,4%).

Tabel 1.4 Distribusi Normalitas Hubungan Pola Asuh Orang Tua Dengan Tingkat Kecemasan Remaja Putri Dalam Menghadapi Menarche

Variabel	<i>One Sample Kolmogorov Smirnov Test</i>	
	Jumlah (N)	Sig
Pola Asuh Orang Tua	62	0,00
Tingkat Kecemasan	62	0,00

Sumber : Data Primer 2019

Uji normalitas diatas menggunakan uji *One Sample Kolmogorov Smirnov Test*. Hasil dari tabel tersebut diperoleh nilai signifikansi hubungan pola asuh orang tua dengan tingkat kecemasan remaja putri dalam menghadapi *menarche* yaitu 0,000. Berdasarkan hasil tersebut maka dapat disimpulkan bahwa data tidak berdistribusi normal ($p > 0,05$). Kesimpulan dari uji normalitas menunjukkan bahwa penelitian ini dapat menggunakan uji analisis *Chi Square non parametik*.

Tabel 1.5 Hubungan Pola Asuh Orang Tua Dengan Tingkat Kecemasan Remaja Putri Dalam Menghadapi *Menarche* Pada Siswi kelas V dan VI di SDN Bojong 1 Kabupaten Tangerang 2019 (n=62)

Pola asuh orang tua	Tingkat Kecemasan			Total	P-Value
	Ringan	Sedang	Berat		
	N	N	N	N	0,001
Buruk	0	10	6	16	
Baik	19	20	7	46	
Total	19	30	13	62	

(Sumber : Data Primer Juli 2019)

Berdasarkan tabel 1.5 diatas, hasil tabel silang antara hubungan pola asuh buruk dengan tingkat kecemasan diketahui dari 16 responden yang menyatakan pola asuh orang tua buruk dengan kecemasan sedang sebanyak 10 responden (62,5), sedangkan dari 45 responden dengan pola asuh orang tua baik dengan kecemasan ringan sebanyak 20 responden (43,5). Dari hasil uji *Chi Square* diperoleh nilai *p value* 0,006 ($< \alpha = 0,05$) dengan menggunakan α 5% (0,05), maka dinyatakan H_0 ditolak yang artinya ada hubungan pola asuh orang tua dengan tingkat kecemasan remaja putri dalam menghadapi *menarche* pada siswi kelas V dan VI di SDN Bojong 1 Kabupaten Tangerang.

		Pola Asuh	Tingkat Kecemasan
Pola Asuh	Pearson Correlation	1	-,391**
	Sig. (2-tailed)		,002
	N	62	62
Tingkat Kecemasan	Pearson Correlation	-,391**	1
	Sig. (2-tailed)	,002	
	N	62	62

Dari hasil statistic menggunakan *pearson correlation* maka di dapatkan hasil $r = -0,391$ pada tabel 5.5, hasil tersebut jika dilihat dari hubungan keeratan yang dikemukakan oleh Sugiyono (2013) dari tabel 5.6, maka didapatkan hasil bahwa keeratan hubungan antara pola asuh orang tua dengan tingkat kecemasan yaitu rendah. Nilai korelasi -0,391 menunjukkan korelasi ke arah negatif yang artinya jika semakin tinggi pola asuh orang tua maka semakin rendah tingkat kecemasan. Sebaliknya jika semakin rendah pola asuh orang tua maka tingkat kecemasan akan semakin tinggi

PEMBAHASAN

Berdasarkan kelas hasil penelitian diketahui bahwa dari 62 responden sebagian besar di kelas V sebanyak 36 responden (58,1%). Hasil ini sejalan dengan hasil penelitian Susi (2015), yang menunjukkan hasil bahwa dari 23 responden yaitu, mayoritas kelas V sebanyak 15 responden (66,2%) yang belum mengalami *menarche*. Karakteristik kelas V yang mendominasi siswi yang belum mengalami *menarche*.

Berdasarkan umur hasil penelitian diketahui bahwa dari 62 responden sebagian besar berumur 10 tahun sebanyak 42 responden (67,7%). Hasil Penelitian ini di dukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Heni (2012), diketahui bahwa karakteristik umur di MI 03 Islamiyah Kota Madiun mayoritas berumur 10 tahun sebanyak 40 responden (60,6%), dan paling sedikit berumur 12 tahun sebanyak 4 responden (6,1%). Menurut peneliti *menarche* lebih banyak dialami wanita pada umur Antara 10-15 tahun.

Sejalan dengan hal tersebut menurut Eny (2013), Faktor-faktor yang mempengaruhi *Menarche* terjadi sekitar dua tahun setelah perkembangan payudara. Namun, akhir-akhir ini *menarche* terjadi pada usia yang lebih muda dan tergantung dari pertumbuhan individu tersebut, diet dan tingkat kesehatannya.

Dari hasil analisa univariat berdasarkan pola asuh orang tua diketahui bahwa dari 62 responden sebagian besar menyatakan pola asuh orang tua baik sebanyak 46 responden (74,2%). Hasil ini sejalan dengan penelitian Marchella (2015), dengan hasil pola asuh orang tua baik sebagian besar sebanyak 55 responden (59,1%). Berbeda dengan hasil penelitian Karaki (2016), berdasarkan hasil penelitian pola asuh orng tua lebih banyak menerapkan pola asuh yang kurang baik kepada anaknya sebanyak 20 responden (57,1%) dan yang menerapkan pola asuh yang baik sebanyak 15 responden (42,9%).

Dari hasil analisa univariat tingkat kecemasan diketahui bahwa dari 62 responden sebagian besar menyatakan tingkat kecemasan sedang sebanyak 30 responden (48,4%). Hasil ini sejalan dengan penelitian Destri (2013), yang menunjukkan bahwa dari 35 responden, dengan hasil tingkat kecemasan sedang sebanyak 17 responden (48,6%). Penelitian ini didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh A.ridwan dan Agistya (2014), yang menunjukkan bahwa dari 35 responden, dengan hasil tingkat kecemasan sedang sebanyak 25 responden (71,5%). Penelitian ini berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Syelza dan Syahrul (2016), yang menunjukkan bahwa dari 57 responden, dengan hasil tingkat kecemasan berat sebanyak 26 responden (45,6%).

Hasil analisa Antara pola asuh orang tua dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi *menarche* diketahui dari 17 responden yang menyatakan pola asuh orang tua

buruk dengan kecemasan sedang sebanyak 10 responden (70,65), sedangkan dari 45 responden dengan pola asuh orang tua baik dengan kecemasan ringan sebanyak 19 responden (41,3%).

Dari hasil uji *Chi Square* diperoleh nilai *p value* 0,001 ($< \alpha = 0,05$) dengan menggunakan α 5% (0,05), maka dinyatakan H_0 ditolak yang artinya ada hubungan pola asuh orang tua dengan tingkat kecemasan remaja putri dalam menghadapi *menarche* pada siswi kelas V dan VI di SDN Bojong 1 Kabupaten Tangerang.

Hasil ini sejalan dengan penelitian Saputri (2012), yang menyatakan ada hubungan pola asuh orang tua dengan tingkat kecemasan pada remaja dalam menghadapi *menarche* di SDN Nayu 77 Surakarta. Hasil uji statistik dengan menggunakan *Chi Square* didapatkan nilai *p-value* 0,001 ($< \alpha = 0,05$), dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak artinya ada hubungan antara pola asuh orang tua dengan tingkat kecemasan pada remaja dalam menghadapi *menarche*.

Orang tua mempunyai tugas dalam mempersiapkan anak untuk menghadapi masa pubertas hubungan pola asuh orang tua merupakan sumber utama untuk bertanggung jawab dan rasa kepercayaan diri untuk menghadapi cemas dan rasa takut yang dialami saat terjadi hal-hal yang belum pernah terjadi seperti *menarche*. Pola asuh orang tua harus memiliki sifat *persistent* dan konsisten yaitu, melindungi, mengasuh dan membimbing anaknya. *Persistent* berasal dari bahasa Inggris yaitu, *Persistent* yaitu keras hati. Orang tua diwajibkan untuk mengetahui pengetahuan dan informasi terkait pola asuh yang tepat dan jelas (Djamarah, 2014). Hal ini didukung dengan teori yang disampaikan Farida dan Yudi (2010), bahwa kecemasan dipengaruhi oleh faktor predisposisi antara lain, peristiwa traumatik, gangguan konsep diri, frustrasi, konflik emosional, gangguan fisik, riwayat gangguan kecemasan, pola mekanisme koping keluarga, dan medikasi serta faktor presipitasi yaitu, ancaman terhadap harga diri dan ancaman terhadap integritas fisik. Status *menarche* dan pengalaman saat menstruasi akan mempengaruhi kecemasan seseorang dalam menghadapi *menarche* dan saat belum mengalaminya mereka akan merasa bingung dan cemas tentang apa yang akan terjadi pada dirinya dan bagaimana menyikapi masalah tersebut.

Hasil penelitian lain yang dilakukan oleh Sri dan Naomi (2016), dari hasil uji statistik menggunakan *Chi Square* didapatkan nilai *p-value* 0,002 ($< \alpha = 0,05$), dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak artinya ada hubungan dukungan orang tua dengan tingkat kecemasan menghadapi *menarche* pada siswi SDN 2 Kadipro Kasihan Bantul Yogyakarta.

Hasil perhitungan dengan menggunakan uji *Correlation* menunjukkan hubungan -0,430 korelasi dikatakan sedang dan mempunyai hasil negatif. Hasil uji korelasi negatif artinya jika semakin tinggi pola asuh orang tua maka semakin rendah tingkat kecemasan. Sebaliknya jika semakin rendah pola asuh orang tua maka tingkat kecemasan akan semakin tinggi. Menurut pendapat peneliti adanya hubungan pola asuh orang tua dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi *menarche* karena anak yang mendapatkan pola asuh baik tingkat kecemasan rendah, sebaliknya anak yang mendapatkan pola asuh buruk tingkat kecemasan tinggi.

Dari hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa pola asuh orang tua dengan tingkat kecemasan remaja putri dalam menghadapi *menarche* karena, sangat mempengaruhi kepribadian dan perilaku anak. Seperti memberikan informasi mengenai *menarche* kepada anak dapat memberikan pengaruh yang baik terhadap pola pikir yang cenderung ke arah cemas dan takut. Informasi mengenai kesehatan reproduksi yaitu, mengenai rendahnya pengetahuan dan informasi yang kurang dari orang tua dapat menjadi dampak buruk oleh anak. Rendahnya pengetahuan serta informasi tentang reproduksi khususnya menstruasi akan menimbulkan kecemasan dalam menghadapi *menarche*.

KESIMPULAN

Mayoritas dari 62 responden, menerapkan kategori pola asuh orang tua baik sebanyak 46 responden (74,2%), dan kategori pola asuh orang tua yang buruk sebanyak 17 responden (27,4%). Mayoritas dari 62 responden, menerapkan kategori kecemasan sedang sebanyak 30 responden (48,4%), kecemasan ringan sebanyak 23 responden (37,1%), kecemasan berat sebanyak 11 responden (17,7%), dan kecemasan sangat berat (panik) sebanyak 0 responden (0%). Hasil uji statistik bivariat didapatkan nilai *p value* 0,006 artinya H_0 diterima ($p < 0,05$), maka dapat disimpulkan ada hubungan pola asuh orang tua dengan tingkat kecemasan remaja putri dalam menghadapi *menarche* pada siswi kelas V dan VI di SDN Bojong 1 Kabupaten Tangerang Tahun 2019.

DAFTAR PUSTAKA

A, Ridwan,. & Agistya, Probo, S. 2014. *Kecemasan Remaja Putri Dalam Menghadapi Menarche. Jurnal AK, Volume. 5, No. 1: hlm 9-12.*

- Arikunto, S., 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Atkinson Rita L, Atkinson Richard C. 2009. *Pengantar Psikologi*. Alih bahasa, Nurdjannah Taufiq. Edisi 8. Jakarta: Penerbit Erlangga. C Joinson . 2009.
- Eny, Kusmiran. 2013. *Kesehatan Reproduksi Remaja Dan Wanita*. Jakarta: Salemba Medika.
- Desi, Ferika. 2016. *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Tingkat Kecemasan Remaja Putri Saat Mengalami Menarche Di SMP Jaya Krama Kec. Bringin Kab. Serdang*. Serdang : Universitas Sumatera Utara.
- Depkes RI. 2010. *Kumpulan Materi Kesehatan Reproduksi Remaja*. Jakarta: Depkes.
- Hannah S.Mumby,¹ Cathy E. Elks,¹ Shengxu Li,¹ Stephen J. Sharp,¹ Kay-Tee Khaw,¹ Robert N. Luben,² Nicholas J. Wareham,¹ Destri, Rifrianti. 2013. *Tingkat Kecemasan Siswi Kelas VII Dalam Menghadapi Menarche Di SMP Warga Surakarta*. STIKes Kusuma Husada Surakarta.
- Dharma, Kelana Kusuma. 2015. *Metodologi Penelitian Keperawatan Panduan Melaksanakan Dan Menerapkan Hasil Penelitian. Edisi Revisi Tahun 2015*. Jakarta: CV Trans Info Media.
- Djamarah, S. B. 2014. *Pola Asuh Orang Tua Dan Komunikasi Dalam Keluarga*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Farida,. & Yudi. 2010. *Buku Ajar Keperawatan Jiwa*. Jakarta: Salemba Medika
- Heni, Eka P, L,. & , Widyasari. 2018. *Pengaruh Pendidikan Kesehatan Reproduksi Remaja Terhadap Kecemasan Menghadapi Menarche Pada Siswi Di MI 03 Islamiyah Kota Madiun*
- Karaki, Bellafilly. 2016. *Hubungan Pola Asuh Ibu Dengan Perilaku Sulit Makan Pada Anak Usia Prasekolah (3-5 Tahun) Di Taman Kanak-Kanak Desa Palelon Kec. Modoinding Minahasa Selatan. Ejournal Keperawatan (e-Kp), Volume 4, Nomor 1 Februari 2016*.
- Menarche Menstruasi Pertama Penuh Makna. Yogyakarta: Nuha Medika. Pudiastuti, Ratna. 2012. *Tiga Fase Penting Pada Wanita*. Jakarta: Elex Media Komputindo.
- Renchy. KS, 2010. *Pengaruh Pendidikan Kesehatan tentang Menarche terhadap Kesiapan menghadapi Menarche pada Siswi kelas V SD di SDN Nginden Jangkungan I Surabaya*. Jurnal Kesehatan. Surabaya: Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga. Riittakerttu. K, Mauri. M, Paivi. R, and Matti. R. 2003. *Early puberty is associated with mental health problems in middle adolescence*. Journal of Nurses. Social Science and Medicine 57 (2003) 1055-1064.

- Notoatmodjo, S. 2012. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- RISKESDAS. 2010. *Riskesdas 2010*. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI. Diakses pada tanggal 14 April 2019.
- Rohmaniah, S, N, I. 2014. *Gambaran Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Dalam Menghadapi Perubahan Fisik Saat Pubertas*. [Skripsi]. Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Ilmu Kesehatan Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta.
- Saputri, S. A. 2012. *Hubungan Pola Asuh Orang Tua Dengan Tingkat Kecemasan Pada Remaja Dalam Menghadapi Menarche Di SDN N 77 Surakarta*. Karya Tulis Ilmiah. Program Studi D-IV Bidan Pendidik Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret.
- SDKI. *Laporan Pendahuluan Masalah Kesehatan Reproduksi Pada Remaja*. Pusat Statistik: BKKBN. Jakarta. 2012. Diakses pada tanggal 25 April 2019.
- Sri, Sundari., & Naomi, P.H. P. 2016. *Hubungan Dukungan Orang Tua Tentang Menarche Dengan Tingkat Kecemasan Menghadapi Menarche Pada Siswi Sekolah Dasar. Jurnal Ilmu Kebidanan, Jilid 3, Nomor 2, hlm 104-100*.
- Susi, Erna, W. 2015. *Anxiety Of School-Age Childre (10-12 Years) Face Menarche At Mojoroto Vilage Kediri City. Jurnal no. 26. Efektor ISSN, 2355-965X ; 2355-7621*
- Yusuf, Y., Kundre, R., Rompas, S. 2014. *Hubungan Pengetahuan Menarche Dengan Kesiapn Remaja Putri Menghadapi Menarche Di SMP N 3 Tidore Kepulauan, Jurnl Keperawatan, 2(2)*.
- Early Menarche Is Associated With An Increased Riskfor Depressive Symptoms In Adolescent Girls In A Uk. Journal of Nurses. http://jech.bmj.com/content/63/Suppl_2/17.full.pdf+html
- Dahlan, M. S. 2011. *Statistik Untuk Kedokteran Dan Kesehatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Ruth J. F. Loos,¹ and Ken K. Ong¹ . 2011. Mendelian Randomisation Study of Childhood BMI andEarlyMenarche Hindawi Publishing CorporationJournal of ObesityVolume 2011, Article ID 180729<http://www.hindawi.com/journals/jobes/2011/180729/>
- Hardiningsih. 2009. “ Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Menarche Terhadap Kecemasan Siswi dalam Mengahadapi Menarche di SD N Lor 2 Mangkubumen Surakarta 2009”.
- Hawari , D. 2004. *Manajemen Stres, Cemas dan Depresi*. Jakarta: FKUI Indiyani. K. 2008. *Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Murid SD kelas VI Dengan Kesiapan*

- Menghadapi Menarche di kecamatan Kota Barat Gorontalo 2008. Jurnal Penelitian. Makasar: Universitas Hasanudin Jamadar, C. 2012. Levels Of Menarche On General Health And Personal Health Depression Among Adolescent.
- India Kusumawati, Farida. 2010. Buku Ajar Keperawatan Jiwa. Jakarta: Salemba Medika.
- Machfoedz. Dkk. 2005. Pendidikan Kesehatan Bagian dari Promosi Kesehatan. Yogyakarta: Andi Offset.
- Notoatmodjo. 2007. Pendidikan Dan Perilaku Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. 2010. Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nursalam. 2003. Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan. Jakarta: Salemba Medika.
- Proverawati atikah. 2009.
- Santrock John. 2007. Remaja. Jakarta: Erlangga.
- Sanusi, Anwar. 2011. Metodologi penelitian bisnis, Disertai Contoh Proposal Penelitian Bidang Ilmu Ekonomi dan Manajemen. Jakarta: salemba Empat
- Sastroasmoro, S & Ismael, S. 2002. Dasar-Dasar Metode Penelitian Klinis Edisi Ke-2. Jakarta: Sagung Seto.
- Stuart G, Sundeen S. 2006. Keperawatan Jiwa. Edisi 3, Terjemahan Oleh Achir Yani S Hamid. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC., Sugiyono. 2009. Statistik Untuk Penelitian. Bandung: ALFABETA.
- Wiknjosastro, Hanifa. 2005. Ilmu Kandungan. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.