

## HUBUNGAN ANTARA *SEX EDUCATION* DENGAN KECEMASAN MENGHADAPI *MENARCHE* PADA REMAJA AWAL PUTRI DI KOTA BEKASI

Nadia Nurmaularni<sup>1\*</sup>, Kus Hanna Rahmi<sup>2</sup>

Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Bhayangkara Jakarta Raya<sup>1,2</sup>

\*Corresponding Author : nadia.nurmaularni15@gmail.com

### ABSTRAK

Peneliti telah melakukan survei tempat penelitian sehingga munculnya permasalahan yang terjadi dilapangan yaitu remaja putri yang mengalami kecemasan menghadapi menstruasi awal (*menarche*) dan kurangnya pengetahuan remaja putri tentang *sex education*, karena masih dianggap sebagai suatu hal yang tabu sehingga remaja yang belum memiliki kesiapan terhadap pubertasnya. Metode penelitian ini menggunakan tipe penelitian kuantitatif dengan pendekatan korelasional. Teknik pengambilan sampel yang telah digunakan dalam adalah *probability sampling* dengan jenis *convenience sampling*. Hasil dari penelitian ini menunjukkan rentang validitas kecemasan menghadapi *menarche* yaitu 0,379-0,687 dan rentang validitas *sex education* yaitu 0,296-0,808. Hasil reliabilitas pada kecemasan menghadapi *menarche* yaitu 0,874 dan *sex education* 0,801 hasil dapat dikatakan reliabel apabila memiliki nilai  $p > 0,8$ . Hasil uji normalitas masing-masing memiliki nilai yang signifikan sebesar 0.010 pada variabel *sex education* dan 0.006 pada variabel kecemasan menghadapi *menarche*. Selanjutnya, hasil uji linieritas menggunakan *deviation form linierity* pada kedua variabel memiliki nilai yang signifikan yaitu sebesar 0.275. Hasil uji korelasi antara variabel kecemasan menghadapi *menarche* dengan *sex education* -0,099 dengan taraf signifikan (2-tailed) sebesar 0,295. Sehingga dapat dikatakan terdapat hubungan yang mengarah negatif antara kecemasan menghadapi *menarche* dengan *sex education* di SMP NEGERI X. Kesimpulan dari hasil penelitian yaitu pada hasil uji normalitas memiliki data yang tidak terdistribusi normal tetapi memiliki hubungan yang linier. Penelitian ini menunjukkan hasil hubungan korelasi yang mengarah negatif, maka semakin tinggi kecemasan menghadapi *menarche* maka semakin rendah *sex education*, sebaliknya jika semakin rendah kecemasan menghadapi *menarche* maka semakin tinggi *sex education*nya.

**Kata kunci** : kecemasan menghadapi *menarche*, pendidikan seks, remaja awal, siswa

### ABSTRACT

Researchers have conducted a survey of the research site so that problems arise in the field, namely young women who experience anxiety about facing early menstruation (*menarche*) and a lack of knowledge among young women about *sex education*, because it is still considered a taboo subject so that teenagers are not yet ready for puberty. This research method uses a quantitative research type with a correlational approach. The sampling technique that has been used is *probability sampling* with a type of *convenience sampling*. The results of this study show that the validity range for anxiety facing *menarche* is 0.379-0.687 and the validity range for *sex education* is 0.296-0.808. The reliability results for anxiety about facing *menarche* are 0.874 and for *sex education* 0.801. The results can be said to be reliable if they have a  $p$  value  $> 0.8$ . The normality test results each have a significant value of 0.010 for the *sex education* variable and 0.006 for the anxiety variable facing *menarche*. Furthermore, the results of the linearity test using *deviation form linearity* on both variables have a significant value of 0.275. The results of the correlation test between the anxiety variable facing *menarche* and *sex education* are -0.099 with a significance level (2-tailed) of 0.295. So it can be said that there is a negative relationship between anxiety about facing *menarche* and *sex education* at SMP NEGERI This research shows that the results of the correlation are negative, so the higher the anxiety about facing *menarche*, the lower the *sex education*, conversely, if the lower the anxiety about facing *menarche*, the higher the *sex education*.

**Keywords** : anxiety facing *menarche*, *sex education*, early adolescence, students

## PENDAHULUAN

Pertumbuhan dan perkembangan di setiap tahapan usia memiliki karakteristik yang unik dan memiliki perbedaan dari tahap pertumbuhan yang satu ke tahapan pertumbuhan lainnya. Begitu juga pada masa remaja yang menunjukkan ciri-ciri pada masa kanak-kanak, dewasa dan tua yang berbeda. Selain itu, setiap fase memiliki kondisi dan tuntutan bagi masing-masing individu. Hal ini jelas ketika seseorang yang telah mengekspresikan emosi-emosinya. Misalnya, cara melepaskan stres dengan benar, mengungkapkan kemarahan melalui kata-kata daripada tindakan negatif, menangani situasi sulit atau berbahaya dengan tenang, menangani situasi yang sedih dengan tepat, menangani situasi mengejutkan dengan terkendali, menunjukkan simpati, cinta, dan kasih sayang kepada orang lain, dan lain sebagainya. Pertumbuhan terjadi bersamaan dengan perkembangan fisik, sosial, kognitif, linguistik dan kreatif. Namun, respon dari setiap tahap perkembangan akan berubah seiring waktu karena kematangannya, lingkungannya, reaksi orang disekitarnya atau bimbingan orang tua (Marbun & Stevanus, 2019).

Menurut WHO, seseorang yang disebut sebagai remaja yaitu berusia antara 10-19 tahun, Menurut keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 25 Tahun 2014, Remaja merupakan penduduk kelompok yang berusia 10-18 tahun, dan Menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana (BKKBN) penduduk kelompok usia muda adalah antara 10-24 tahun dan belum menikah. Perubahan fisik terjadi begitu cepat pada masa remaja, misalnya perubahan karakteristik seksual, seperti pembesaran payudara, Perkembangan pinggang pada anak perempuan dan laki-laki Tumbuhnya kumis, jenggot dan perubahan suara yang semakin dalam. Perubahan mental juga mengalami perkembangan. Pada fase ini, realisasi identitas diri sangat terlihat, pemikiran menjadi semakin logis, abstrak dan idealis dan semakin banyak waktu yang diluangkan diluar lingkungan keluarga. Selanjutnya, pada perkembangan yang telah dijelaskan diatas disebut fase Pubertas adalah periode di mana kematangan kerangka atau fisik, seperti proporsi tubuh, berat badan, dan tinggi badan mengalami perubahan aktivitas seksual dan pematangan yang terjadi sangat cepat pada masa remaja (Diananda, 2019).

Masa remaja awal merupakan tahap di mana remaja merasa kagum pada perubahan yang terjadi dan dorongan yang mengikuti mereka perubahan sedang terjadi. Perubahan yang terjadi pada masa remaja awal meliputi perubahan kematangan psikis, fisik, dan genital. Dilihat dari kelompok batasan usia pada masa remaja awal, yaitu antara 12-15 tahun, remaja yang mengalami masa remaja awal adalah mereka yang bersekolah di Sekolah Dasar (SD) akhir atau kelas enam, dan pada awal Sekolah Menengah Pertama (SMP). Masa remaja awal dimulai dengan masa pubertas (pubertas), suatu perubahan kematangan fisik yang cepat melibatkan perubahan fisik dan hormonal. Perubahan bentuk perkembangan fisik dan psikis pada masa pubertas merupakan dua hal yang tidak dapat dipisahkan (Hurlock, 2003).

Menurut Amalia (2016), kecemasan adalah sinyal yang membangunkan, memperingatkan bahaya yang akan segera terjadi dan memberikan tindakan untuk mengatasi ancaman yang ditimbulkan oleh pertumbuhan, perubahan dan pengalaman baru dan belum dicoba serta penemuan identitas dan tujuan hidup seseorang. *Menarche* adalah fase pubertas pertama kali seorang remaja perempuan mengalami haid atau menstruasi. Sehingga terjadi perubahan fisik pada remaja tersebut seperti, pertumbuhan payudara, indung telur, rahim dan vagina. Selain itu ada ciri-ciri sekunder, seperti tumbuhnya bulu kemaluan dan bulu ketiak. *Menarche* juga disebut sebagai peristiwa penting dalam kehidupan seorang wanita. Secara medis, menstruasi adalah perdarahan rahim fisiologis (normal) yang terjadi secara teratur setiap bulan (menstruasi) dan perdarahan tersebut disebabkan oleh perubahan hormonal yaitu estrogen dan progesteron. Beberapa peneliti telah dilakukan untuk mengidentifikasi pengaruh tersebut, serta kemungkinan *menarche* berusia 12-15 tahun (Nurhayati et al., 2018). Kecemasan menghadapi *Menarche* dapat disebabkan karena remaja putri tidak mengetahui apa yang harus dilakukan

pada saat menstruasi. Kecemasan akan *Menarche* disebabkan oleh dua faktor, yaitu faktor internal seperti pengetahuan, usia dan kesiapan diri (penerimaan diri) dan faktor eksternal yang meliputi lingkungan sosial budaya dan pengetahuan yang diperoleh. Sumber informasi merupakan salah satu faktor penyebab kecemasan pada *Menarche*. Saat ini remaja mudah terpengaruh oleh isu-isu dari media massa, hal tersebut akan berdampak pada pengetahuan dan keyakinan. Remaja yang paham tentang menstruasi tidak akan mengalami kecemasan dan mereka menilai bahwa itu hal yang normal (Hidayatullah & Shadiqi, 2020).

Di kehidupan manusia, *Sex Education* yang paling penting diberikan sejak memasuki usia remaja. *Sex Education* sampai saat ini masih dianggap sebagai topik yang tabu dan berbau pornografi yang tidak boleh diperbincangkan, terutama di kalangan remaja. Faktor kuat yang mempersulit pendidikan seks formal maupun informal bagi para pelajar adalah pola pikir masyarakat yang masih belum terbuka dan belum mengetahui pentingnya pendidikan seks bagi remaja. *Sex Education* adalah “suatu proses pengasuhan secara sadar dan dilaksanakan secara sistematis oleh sekolah, keluarga dan masyarakat. Untuk menyampaikan sebuah informasi tentang seksualitas dan membahas isu-isu seperti perkembangan remaja laki-laki dan perempuan, perilaku sosial, kesehatan seksual, peran keluarga, sekolah, masyarakat dan pemerintah serta tantangan dalam perkembangannya (Muarifah et al., 2019).

Faktor yang menyebabkan kurangnya pengetahuan terhadap *Sex Education* pada remaja yaitu Menurut penelitian Lusiana (2019), sekitar 65% kedua orang tua bekerja di luar rumah dan 47% remaja yang termasuk ke dalam pergaulan bebas. Menurut peneliti, hal ini dikarenakan orang tua kurang memiliki waktu untuk membimbing, memperhatikan dan mengawasi/remajanya sehingga tidak memperoleh *Sex Education* dari kedua orang tuanya terutama dari seorang ibu. Dukungan yang telah diberikan oleh seorang ibu dapat memberikan ketenangan pikiran pada saat remaja putri mengalami pubertas, oleh karena itu remaja bisa mengetahui hal apa yang harus dilakukan pertama pada saat menstruasi pertama (Lusiana, 2019).

Berdasarkan uraian dari latar belakang ini, beberapa peneliti telah membuktikan terdapat salah satu faktor yang mempengaruhi kecemasan menghadapi *menarche* yaitu *sex education*. Seorang remaja putri akan mengalami kecemasan dan ketakutan jika belum siap menghadapi menstruasi. Ketidaktahuan mereka tentang menstruasi disebabkan kurangnya informasi yang menyeluruh dari kedua orangtua, guru dan saudara perempuan. Mereka harus tahu apa yang harus dihadapi agar tidak kaget atau malu, sehingga dapat membantu remaja mengatasi perasaan negatif tentang menstruasi (Pertiwi et al., 2019).

Menurut hasil penelitian yang telah dilakukan oleh Rief, Buhlmann, Sabine, Ada dan Elmar (2006), sekitar 10% remaja laki-laki dan 15,6% remaja perempuan menyatakan tidak puas dengan penampilannya. Remaja putri yang tidak puas dengan bentuk tubuhnya sering kali menolak realitas perubahan fisik dan sering terlihat mengucilkan diri karena merasa rendah diri. Perasaan rendah diri muncul karena remaja putri memahami bahwa daya tarik fisik peran penting dalam hubungan sosial (Rahmadiyah et al., 2020). Tujuan pada penelitian yaitu untuk membandingkan dengan penelitian yang sudah ada, dan mengetahui apakah terdapat hubungan yang mempengaruhi dari kedua variabel, dan untuk menambah pengetahuan baru bagi peneliti serta membuktikan kebenaran yang terjadi.

## METODE

Desain penelitian ini menggunakan korelasi, Populasi yang berada pada tempat penelitian berjumlah 706 remaja putri. Peneliti mengambil sampel sebanyak 113 responden pada remaja putri yang sudah mengalami *menarche*, pengambilan sampel yang digunakan peneliti menggunakan *gpower*. Peneliti memilih lokasi yang telah ditemukan adanya permasalahan yang terjadi dilapangan yaitu di SMP NEGERI X KOTA BEKASI. Peneliti melakukan survei

awal dilakukan pada 31 mei 2023 dengan melakukan *try out* penelitian dengan menyebarkan angket atau kuesioner dalam bentuk *gform*. Setelah mendapat data, kemudian menyebarkan kuesioner penelitian kembali yang tidak terdapat aitem yang gugur pada tanggal 05 Juni sampai dengan 09 juni 2023. Instrumen penelitian ini menggunakan teknik pengumpulan data skala likert. Metode analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik analisis korelasi *rank spearman's*, analisis data yang harus dilakukan yaitu uji normalitas, linieritas, dan korelasi.

## HASIL

**Tabel 1. Uji Statistik Dekriptif**

Variabel	Mean	Median	SD
<i>Sex Education</i>	89.79	90.00	15.866
Kecemasan Menghadapi <i>Menarche</i>	24.21	24.00	4.963

Penelitian ini berjumlah 706 responden dari keseluruhan remaja awal putri di SMP NEGERI X. Hasil penelitian menunjukkan adanya deskripsi profil responden yaitu usia dan kelas yang diperoleh dari penyebaran kuesioner, Maka dapat dilihat pada tabel 2 :

**Tabel 2. Deskripsi Profil Responden**

Kelompok	Profil	N	Presentase
Usia	12 Tahun	19	16.8%
	13 Tahun	19	16.8%
	14 Tahun	24	21.2%
	15 Tahun	51	45.1%
Kelas	7	36	31.9%
	8	31	27.4%
	9	46	40.7%
Jenis Kelamin	Perempuan	113	100%
	<b>Total</b>	<b>113</b>	<b>100%</b>

Pada uji asumsi penelitian ini dilakukan untuk menganalisa hasil data penelitian yang akan dilakukan yaitu uji normalitas dan uji linieritas, setelah itu peneliti mendapatkan hasilnya dengan menggunakan perhitungan melalui *Software SPSS For Windows 25 (Statistical For Social Science)* Maka dapat dilihat pada tabel 3 :

**Tabel 3. Hasil Uji Asumsi**

	Uji Normalitas <i>Kolmogorov-Smirnov</i>	Uji Linieritas <i>Deviation Form Linierity</i>
<i>Sex Education</i>	0.010	
Kecemasan Menghadapi <i>Menarche</i>	0.006	0.275
<b>Keterangan</b>	Uji Asumsi Tidak Terpenuhi	Uji Asumsi Terpenuhi

**Tabel 4. Kategorisasi Kecemasan Menghadapi *Menarche***

Kategorisasi	Batas nilai	N	Persentase
<b>Rendah</b>	< 33,158	107	94,7%
<b>Sedang</b>	33,158 – 36,842	4	3,5%
<b>Tinggi</b>	> 36, 842	2	1,8% %
<b>Total</b>		113	100 %

Berdasarkan hasil perhitungan dari kategorisasi tersebut, maka kategorisasi skor *Sex Education* dapat dilihat pada tabel 5.

**Tabel 5. Kategorisasi Sex Education**

Kategorisasi	Batas nilai	N	Persentase
Rendah	< 68,681	6	5,3%
Sedang	68,681 – 76,319	16	14,2%
Tinggi	>76,319	91	80,5%
Total		113	100%

Peneliti telah mengolah data menggunakan *Software SPSS For Windows 25 (Statistical For Social Science)* untuk mendapatkan hasil hitung uji korelasi dengan menggunakan *spearman's rho* maka dapat dilihat pada tabel 6 :

**Tabel 6. Hasil Uji Korelasi**

	Uji Korelasi <i>Spearman's Rho</i>
Koefisien Korelasi	-0.099
Sign.	0.295
Keterangan	Uji Hipotesis Tidak Terpenuhi

## PEMBAHASAN

Penelitian ini terdapat 113 responden pada siswa remaja putri di sekolah SMP NEGERI X yang telah melaksanakan pengisian kuesioner menggunakan link gform. Berdasarkan uji asumsi yang telah dilakukan menggunakan *Software SPSS For Windows 25 (Statistical For Social Science)* terdapat hasil uji normalitas menunjukkan dari kedua variabel masing-masing memiliki nilai yang signifikan sebesar 0.010 untuk variabel *sex education* dan 0.006 untuk variabel kecemasan menghadapi *menarche*. yang artinya tidak berdistribusi normal. Selanjutnya, berdasarkan hasil uji linieritas dengan menggunakan *Deviation Form Linierity* pada kedua variabel memiliki nilai yang signifikan yaitu sebesar 0.275 yang artinya terdapat hubungan yang linier antara kedua variabel.

Hasil dari uji korelasi menggunakan *Spearman's Rho* pada kedua variabel penelitian didapatkan hasil -0.099 dengan nilai signifikansi 0.295. Jika nilai signifikansinya lebih dari > 0,05 maka dapat dikatakan berkorelasi. Sejalan dengan penelitian yang sebelumnya dilakukan oleh Mayasari (2019) yang mengungkapkan bahwa terdapat hubungan yang negatif antara hubungan tingkat pengetahuan dengan tingkat kecemasan pada remaja awal dalam menghadapi *menarche*, dapat disimpulkan semakin tinggi *sex education* maka semakin rendah kecemasan menghadapi *menarche* sebaliknya semakin rendah *sex education* maka semakin tinggi kecemasan menghadapi *menarche*. Dari hasil kategorisasi pada kedua variabel dimulai dari variabel *dependent* yaitu kecemasan menghadapi *menarche* dapat dikategorisasikan rendah dengan 107 responden (94,7%), lalu dalam kategorisasi sedang dengan 4 responden (3,5%) dan kategorisasi tinggi dengan 2 responden (1,8%). Kecemasan yang rendah dapat membuat remaja memiliki kesiapan dalam menghadapi menstruasi pertamanya, kecemasan menghadapi *menarche* bisa timbul akibat kurangnya memperoleh pengetahuan *sex education*. Selanjutnya, hasil kategorisasi dari variabel *independent* yaitu *sex education* dapat dikategorisasikan rendah dengan 6 responden (5,3%), kategorisasi sedang dengan 16 responden (14,2%) dan dalam kategorisasi tinggi yaitu 91 responden (80,5%).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti, hubungan antara *sex education* dengan kecemasan menghadapi *menarche* itu tidak berhubungan. Karena menunjukkan hasil korelasi yang negatif dengan keterangan kekuatan hubungan yang sangat lemah, yang artinya tidak terdapat suatu hubungan terhadap kedua variabel tersebut. Kecemasan yang ditakuti pada remaja putri dalam menghadapi menstruasi awal tidak terjadi, karena dilihat dari kategorisasi



skor yang ternilai tinggi terdapat pada *sex education* dan kategorisasi skor yang ternilai rendah pada kecemasan menghadapi *menarche* memungkinkan remaja sudah memiliki pengetahuan dan pemahaman tentang menstruasi. Sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Candra et al., (2017) yaitu tentang Pengetahuan siswa kelas IV dan V SDI Darul Hikmah Krian Sidoarjo tentang *menarche* sebagian besar memiliki pengetahuan baik. Kecemasan siswa kelas IV dan V SDI Darul Hikmah Krian Sidoarjo saat menghadapi *menarche* sebagian besar responden mengalami sedikit ketakutan, dan terdapat beberapa siswa yang berpengetahuan baik dan memiliki tingkat kecemasan ringan. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rukmawati & Hayati (2020) Hasil penelitian diketahui sebagian besar memperoleh pemahaman tentang *sex education* yang baik, dan kebanyakan remaja yang mengalami kecemasan ringan. Kemudian, penelitian yang dilakukan oleh Anggraini & Edwina (2015) hasil penelitian yang didapatkan yaitu dukungan ibu sangat mempengaruhi dalam kecemasan menghadapi *menarche* pada masa pubertas remaja perempuan. Dukungan yang diberikan oleh remaja akan membuatnya sedikit memiliki rasa takut terhadap menstruasi pertamanya, karena ia sudah memiliki pengetahuan tentang menstruasi.

Selanjutnya, penelitian yang dilakukan oleh Suyanti et al (2022) memiliki hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan antara pengetahuan dengan kecemasan menghadapi *menarche*. Penelitian ini dapat dikatakan apabila pengetahuan yang dimiliki baik maka seorang remaja tidak akan cemas dalam menghadapi *menarche*. Kepada kepala sekolah atau guru disarankan untuk selalu memberikan edukasi atau konseling tentang menstruasi yang baik secara khusus gunanya untuk menambah pengetahuan tentang menstruasi. Penelitian yang telah dilakukan oleh Hayati & Gustina (2020) menunjukkan hasil penelitian terdapat adanya hubungan bermakna antara pengetahuan dengan tingkat kecemasan remaja putri dalam menghadapi haid pertama (*menarche*). Upaya yang diharapkan yaitu terus meningkatkan pengetahuan remaja tentang kesehatan reproduksi terutama persiapan menghadapi menstruasi pertama. Hasil penelitian oleh Zuliyanti & Setyaningsih (2014) terdapat hubungan antara pengetahuan dengan kecemasan menghadapi *menarche* pada siswi SDN pangengudang, Purworejo. Hasil penelitian oleh Kristyari et al (2017) penelitian menunjukkan hubungan yang signifikan antara pengaruh pendidikan seks dengan kesiapan psikologi remaja putri pra-pubertas menghadapi *menarche* di SDN Kerambitan. Informasi dan pengetahuan akan mempengaruhi kesiapan seseorang dalam menyikapi sesuatu yang dihadapinya, maka dari itu pendidikan seks tentang menstruasi perlu diberikan remaja putri yang akan menghadapi *menarche* agar remaja paham dan siap untuk menghadapinya. Hasil penelitian oleh Susilawati & Yulisyah Fitri (2018) menunjukkan adanya hubungan antara variabel *sex education* dengan usia *menarche* dan status gizi dengan usia *menarche*. Maka dari itu diharapkan kepada orang tua dan pihak sekolah untuk memberikan *sex education* tentang usia *menarche* kepada remaja putri.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti pada uji normalitas dari kedua variabel memiliki data yang tidak normal, dan untuk hasil uji linieritas memiliki data yang normal atau terdapat hubungan yang linier dari kedua variabel tersebut. Berdasarkan penelitian, peneliti melihat bahwa penelitian ini memiliki arah hubungan yang berkorelasi dan negatif dari kedua variabel. Hubungan yang negatif menunjukkan bahwa semakin tinggi kecemasan menghadapi *menarche* maka semakin rendah *sex educationnya* sebaliknya jika semakin rendah kecemasan menghadapi *menarche* maka semakin tinggi *sex educationnya*. Berdasarkan hasil dari uji kategorisasi skor pada penelitian ini kecemasan menghadapi *menarche* dikategorikan rendah, sedangkan *sex education* dikategorikan tinggi. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti, mendapatkan berita dari jurnal ataupun website dari fenomena yang telah diteliti. Perubahan fisik yang terjadi pada remaja putri setelah

mengalami menstruasi awal (*menarche*) seperti, berat badan dan tinggi badan bertambah. Remaja seringkali menolak realitas perubahan fisik, karena menurutnya daya tarik fisik itu merupakan suatu hal yang penting.

## UCAPAN TERIMAKASIH

Saya mengucapkan terima kasih kepada dosen pembimbing skripsi saya yang telah membimbing saya untuk menyelesaikan skripsi ini hingga selesai, kemudian saya juga tidak lupa untuk mengucapkan terima kasih kepada kedua orang tua dan teman-teman saya yang sudah mendukung dan memberikan semangat kepada saya untuk selalu menyelesaikan skripsi ini. Tidak lupa juga mengucapkan kepada diri saya sendiri yang telah berhasil menyelesaikan skripsi ini, saya sangat bangga bisa menyelesaikannya dengan baik.

## DAFTAR PUSTAKA

- AMALIA, A. R. (2016). *Perbedaan Tingkat Kecemasan Antara Remaja Yang Telah Mengalami Menarche Dan Belum Mengalami Menarche Di SD Muhammadiyah 1 Surakarta*.  
[http://eprints.ums.ac.id/id/eprint/40793%0Ahttp://eprints.ums.ac.id/40793/13/naskah\\_publikasi-1.pdf](http://eprints.ums.ac.id/id/eprint/40793%0Ahttp://eprints.ums.ac.id/40793/13/naskah_publikasi-1.pdf)
- Anggraini, T., & Edwina, T. N. (2015). Hubungan Antara Dukungan Ibu Dengan Kecemasan Menghadapi Menarche (Menstruasi Pertama) Pada Anak Masa Prapubertas. *Insight: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 17(2), 91. <https://doi.org/10.26486/psikologi.v17i2.688>
- Attya P, S. N., & Zuhri, S. (2022). Peran Komunikasi Interpersonal Orang Tua Dual Career Marriage di Surabaya dalam Mengawasi Pembelajaran Daring Anak Remaja Awal di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Dakwah Dan Komunikasi*, 7(1), 45. <https://doi.org/10.29240/jdk.v7i1.4619>
- Candra, I. W., Harini, I. G. A., & Sumirta, I. N. (2017). Psikologi Landasan Keilmuan Praktik Keperawatan Jiwa. *Cv. Andi Offset*, 7(1), 1–336.
- Diananda, A. (2019). Psikologi Remaja Dan Permasalahannya. *Journal ISTIGHNA*, 1(1), 116–133. <https://doi.org/10.33853/istighna.v1i1.20>
- Hayati, F., & Gustina, G. (2020). Hubungan Pengetahuan dengan Tingkat Kecemasan Remaja Putri Menghadapi Menarche di SMP Negeri 13 Kota Jambi. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 9(2), 149. <https://doi.org/10.36565/jab.v9i2.159>
- Hidayatullah, M. S., & Shadiqi, M. A. (2020). Konstruksi Alat Ukur Psikologi. *Universitas Lambung Mangkurat Banjarbaru*, 1–69.
- Kristyari, A., Widiastini, L. P., & Pramita Aswitami, I. (2017). Pengaruh Pendidikan Sex Dengan Kesiapan Psikologi Remaja Putri Pra-Pubertas Menghadapi Menarche di SDN 1 Kerambitan Tabanan. *Journal Center of Research Publication in Midwifery and Nursing*, 1(1), 1–12. <https://doi.org/10.36474/caring.v1i1.12>
- Lusiana, N. (2019). Faktor–Faktor Yang Mempengaruhi Pendidikan Seks Pada Remaja Awal Usia 10-13 Tahun. *Jurnal Ensiklopedia*, 2(1), 204–209.
- Marbun, S. M., & Stevanus, K. (2019). Pendidikan Seks Pada Remaja. *FIDEI: Jurnal Teologi Sistematis Dan Praktika*, 2(2), 325–343. <https://doi.org/10.34081/fidei.v2i2.76>
- Mayasari, A. F. (2019). Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Tingkat Kecemasan Remaja Dalam Menghadapi Menarche Pada Siswi Kelas V dan VI di SD Negeri 1 Ceper Klaten Tahun 2019 <https://core.ac.uk/download/pdf/275885786.pdf>. *Hilos Tensados*, 1, 1–476. <http://repository.stikes-bhm.ac.id/155/1/8.pdf>
- Muarifah, A., Danny Soesilo, T., & Tagela, U. (2019). Hubungan Pengetahuan Tentang Pendidikan Seks Dengan Perilaku Seksual Remaja. *Journal for Lesson and Learning*

- Studies*, 2(1), 1–9. <https://doi.org/10.23887/jlls.v2i1.17314>
- Nurhayati, U., Syarif, S., Jessy, N., & Hubungan, K. (2018). *DAN PENGARUHNYA PADA UPAYA MENYIKAPI MENARCHE ( STUDI KASUS PADA SDN ANYELIR 1 , SD ISLAM TERPADU AL- MUHAJIRIN DAN SD ISLAM KHASANAH KEBAJIKAN ) PENDAHULUAN Setiap anak ketika memasuki masa remaja akan mengalami perubahan fisik yang cepat . Anak perempuan*. 2(2), 9–23.
- Pertiwi, M., Wijaya, C., Djajanti, C. W., Rasemi, M., Katolik, S., Vincentius, S., & Surabaya, P. (2019). Pengaruh konseling terhadap tingkat kecemasan remaja putri dalam menghadapi menarche. *Jurnal Penelitian Kesehatan*, 0(1), 39–43.
- Rahmadiyah, A., Munthe, R. A., & Aiyuda, N. (2020). Social Comparison Dengan Ketidakpuasan Bentuk Tubuh Pada Remaja Perempuan. *Psikobuletin: Buletin Ilmiah Psikologi*, 1(1), 11. <https://doi.org/10.24014/pib.v1i1.8317>
- Rief, W., Buhlmann, U., Wilhelm, S., Borkenhagen, A., & Brähler, E. (2006). The prevalence of body dysmorphic disorder: A population-based survey. *Psychological Medicine*, 36(6), 877–885. <https://doi.org/10.1017/S0033291706007264>
- Rukmawati, S., & Hayati, S. N. (2020). Hubungan Pengetahuan Tentang Menarche Dengan Kecemasan Menghadapi Menarche Pada Siswi Usia Remaja Awal. *Journal of Ners Community*, 11, 103–107. <https://journal.unigres.ac.id/index.php/JNC/article/view/1044/855>
- Susilawati, D., & Yulisyah Fitri, R. (2018). Hubungan Sex Education Dan Status Gizi Dengan Usia Menarche Pada Remaja Putri. *MENARA Ilmu*, XII(80), 137–145.
- Suyanti, Evitasari, D., & Suteja, N. E. C. I. (2022). Hubungan Pengetahuan dengan Tingkat Kecemasan Remaja Putri dalam Menghadapi Haid Pertama (Menarche) pada Siswi Kelas VII di MTS NEGERI 7 SUMEDANG. *BUNDA EDU-MIDWIFERY JOURNAL (BEMJ) p-ISSN:*, 5(2), 1–9.
- Zuliyanti, N. I., & Setyaningsih, R. A. (2014). *HUBUNGAN ANTARA PENGETAHUAN DENGAN KECEMASAN MENGHADAPI MENARCHE PADA SISWI SDN PANGENGUDANG KECAMATAN PURWOREJO KABUPATEN PURWOREJO*.