

**HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN, SIKAP DAN
DUKUNGAN ORANG TUA DENGAN TINGKAT
KECEMASAN DALAM MENGHADAPI *MENARCHE* PADA
REMAJA PUTRI DI SDN 111 BENGKULU UTARA**



SKRIPSI

OLEH:

LINDA MAHARANI
NPM. 2113201029

**PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH BENGKULU
TAHUN 2026**

**HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN, SIKAP DAN
DUKUNGAN ORANG TUA DENGAN TINGKAT
KECEMASAN DALAM MENGHADAPI *MENARCHE* PADA
REMAJA PUTRI DI SDN 111 BENGKULU UTARA**

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat untuk Memperoleh Gelar
Sarjana Kesehatan Masyarakat Program Studi
Kesehatan Masyarakat Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Bengkulu**

OLEH

**LINDA MAHARANI
NPM. 2113201029**

**PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH BENGKULU
TAHUN 2026**

PERSETUJUAN SKRIPSI

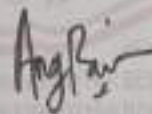
**HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN, SIKAP DAN
DUKUNGAN ORANG TUA DENGAN TINGKAT
KECEMASAN DALAM MENGHADAPI *MENARCHE* PADA
REMAJA PUTRI DI SDN 111 BENGKULU UTARA**

DISUSUN OLEH

Linda Maharani

NPM 2113201029

**DISETUJUI
PEMBIMBING**



WULAN ANGRAINI, SKM.,MKM
NIDN.0230088801

PENGESAHAN SKRIPSI

HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN, SIKAP DAN
DUKUNGAN ORANG TUA DENGAN TINGKAT
KECEMASAN DALAM MENGHADAPI *MENARCHE* PADA
REMAJA PUTRI DI SDN 111 BENGKULU UTARA

Dipertahankan di Depan Penguji Skripsi
Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Bengkulu

Hari : Rabu
Tanggal : 11 Maret 2026
Tempat : Ruang Tutorial II

OLEH

Linda Maharani

NPM.2113201029

DEWAN PENGUJI

Nama Penguji

Tanda Tangan

1. Wulan Angraini, SKM., MKM
(Ketua)

(.....
Angraini

2. Riska Yanuarti, SKM., MKM
(Anggota)

(.....
Riska

3. Dr. Idu Samidah, S.Kp., M.Kes
(Anggota)

(.....
Idu Samidah

Mengetahui
Dekan, Fakultas Ilmu Kesehatan UMB



Dr. Eva Ghaniyati, M.Si
NIP. 19681005 199402 2 002

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : LINDA MAHARANI
NPM : 2113201029
Program Studi : Kesehatan Masyarakat

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi dengan judul :

HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN, SIKAP DAN DUKUNGAN ORANG TUA DENGAN TINGKAT KECEMASAN DALAM MENGHADAPI *MENARCHE* PADA REMAJA PUTRI DI SDN 111 BENGKULU UTARA

Adalah benar karya saya sendiri, bebas dari plagiat atau penyotekan. Apabila dikemudian hari terdapat permasalahan berkaitan dengan penyusunan skripsi ini, maka semua akibat dari hal ini merupakan tanggung jawab saya sendiri.

Surat pernyataan ini saya buat dengan sungguh-sungguh. Atas perhatian Bapak dan Ibu saya ucapkan terima kasih.

Bengkulu, 11 Maret 2026

Hormat Saya



LINDA MAHARANI

NPM. 2113201029

**PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS
AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademik Universitas Muhammadiyah Bengkulu . Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : LINDA MAHARANI
NPM : 2114201046
Program Studi : Kesehatan Masyarakat
Fakultas : Kesehatan
Jenis Karya : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Muhammadiyah Bengkulu Hak Bebas Royalti *Non-eksklusif (Non-exclusive Royalti-Free Right)* atas karya ilmiah saya yang berjudul :

**HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN, SIKAP DAN DUKUNGAN
ORANG TUA DENGAN TINGKAT KECEMASAN DALAM
MENGHADAPI *MENARCHE* PADA REMAJA PUTRI DI SDN 111
BENGKULU UTARA**

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Non-eksklusif ini Universitas Muhammadiyah Bengkulu berhak menyimpan, mengalih media/formakan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya,

Dibuat di : Bengkulu
Pada tanggal : 11 Maret 2020
Yang menyatakan,

LINDA MAHARANI
NPM 2114201046

RIWAYAT HIDUP PENULIS



Nama : Linda Maharani
NPM : 2113201029
Tempat/ Tanggal lahir : Talang Baru, 16 Juli 2002
Alamat : Desa Rena Jaya Kecamatan Giri Mulya Kabupaten Bengkulu Utara

Alamat Sekarang : Hibrida 8
Nama Orang Tua :
Ayah : Sagiran
Ibu : Deni
Alamat Orang Tua : Desa Rena Jaya Kecamatan Giri Mulya Kabupaten Bengkulu Utara

Riwayat Pendidikan
SDN : SDN 11 Giri Mulya
SMPN : SMPN 33 Bengkulu Utara
SMAN : SMAN 09 Bengkulu Utara
Universitas Muhammadiyah : 2021-2026
Bengkulu

**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH BENGKULU
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT
SKRIPSI, 2026**

**LINDA MAHARANI
WULAN ANGRAINI, SKM., MKM**

**HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN, SIKAP DAN DUKUNGAN
ORANG TUA DENGAN TINGKAT KECEMASAN DALAM
MENGHADAPI *MENARCHE* PADA REMAJA PUTRI DI SDN 111
BENGKULU UTARA**

ABSTRAK

Menarche merupakan menstruasi pertama pada remaja putri yang sering menimbulkan kecemasan karena kurangnya kesiapan dan pemahaman tentang perubahan yang terjadi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan tingkat pengetahuan, sikap, dan dukungan orang tua dengan kecemasan dalam menghadapi *menarche* pada remaja putri di SDN 111 Bengkulu Utara. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain cross sectional. Sampel penelitian berjumlah 53 responden yang diambil dengan teknik total sampling. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner dan dianalisis menggunakan uji Chi-Square. Hasil penelitian menunjukkan tidak terdapat hubungan antara pengetahuan ($p=0,066$), sikap ($p=0,268$), dan dukungan orang tua ($p=0,901$) dengan kecemasan dalam menghadapi *menarche*. Kesimpulan pada penelitian ini tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan, sikap, dan dukungan orang tua dengan kecemasan remaja putri dalam menghadapi *menarche*.

Kata kunci: pengetahuan, sikap, dukungan orang tua, kecemasan, *menarche*.

MUHAMMADIYAH UNIVERSITY OF BENGKULU
FACULTY OF HEALTH SCIENCES
PUBLIC HEALTH STUDY PROGRAM
THESIS, 2026

LINDA MAHARANI
WULAN ANGRAINI, SKM, MKM.

THE RELATIONSHIP BETWEEN KNOWLEDGE LEVEL, ATTITUDES,
AND PARENTAL SUPPORT WITH ANXIETY LEVEL IN FACING
MENARCHE AMONG ADOLESCENT GIRLS AT SDN 111 NORTH
BENGKULU

xix + 104 pages, 8 tables, 32 appendices

ABSTRACT

Menarche is the first menstruation experienced by adolescent girls, which often causes anxiety due to a lack of readiness and understanding of the changes that occur. This study aimed to determine the relationship between the level of knowledge, attitudes, and parental support with anxiety in facing menarche among adolescent girls at SDN 111 North Bengkulu.

This study used a quantitative method with a cross-sectional design. The sample consisted of 53 respondents selected using the total sampling technique. Data were collected using questionnaires and analyzed using the Chi-Square test.

The results showed that there was no relationship between knowledge ($p = 0.066$), attitudes ($p = 0.268$), and parental support ($p = 0.901$) with anxiety in facing menarche. The conclusion of this study indicates that there is no significant relationship between knowledge, attitudes, and parental support with anxiety among adolescent girls in facing menarche. This condition may be influenced by other factors such as psychological readiness, personal experiences, and information obtained from the surrounding environment.

Keywords: Knowledge, Attitudes, Parental Support, Anxiety, Menarche

Reading List: 62 (2011–2025)

MOTTO

“Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai kesanggupannya.”

(QS. Al-Baqarah: 286)

“Sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan.”

(QS. Al-Insyirah: 6)

“Kegagalan adalah bagian dari proses belajar.”

(John Dewey)

“After winter, there’s always spring.”

Setelah masa sulit, akan ada masa yang lebih baik.

(BTS – 2! 3!)

“Go on your path, even if you live for a day.”

Teruslah berjalan di jalanmu sendiri, walau hanya untuk satu hari.

(Jimin-BTS)

PERSEMBAHAN

Puji syukur kehadiran Allah Subhanahu Wa Ta'ala yang dengan rahmat dan kasih sayang-Nya telah memberikan kekuatan, kesabaran, serta kemudahan sehingga karya ini dapat diselesaikan dengan penuh keikhlasan dan kehendak hati. Karya ini saya persembahkan:

1. Dengan penuh rasa syukur, karya ini saya persembahkan untuk kedua orang tua tercinta, Bapak dan Mamak. Penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya atas segala pengorbanan, ketulusan, dan kasih sayang yang senantiasa diberikan. Walaupun Bapak dan Mamak tidak sempat menempuh pendidikan di bangku perkuliahan, keduanya selalu memberikan yang terbaik tanpa lelah, mendoakan, berusaha, serta mendukung secara moral maupun finansial, selalu mengutamakan pendidikan dan kebahagiaan anak-anaknya. Perjalanan hidup sebagai satu keluarga utuh memang penuh tantangan, namun setiap proses yang dilalui memberikan pelajaran berharga bagi penulis tentang arti menjadi perempuan yang kuat, bertanggung jawab, pantang menyerah, dan mandiri. Semoga melalui skripsi ini, Bapak dan Mamak merasa bangga karena telah berhasil mengantarkan anak perempuan pertama meraih gelar sarjana. Besar harapan penulis agar Bapak dan Mamak senantiasa diberikan kesehatan, umur panjang, dan kesempatan menyaksikan keberhasilan-keberhasilan lain yang akan penulis raih di masa mendatang.
2. Penulis mempersembahkan karya sederhana ini untuk adik tercinta Herlin Dedek yang selalu menjadi salah satu alasan penulis untuk terus bertahan dan berjuang. Terima kasih atas tawa, dukungan, dan semangat yang tanpa disadari telah menjadi penguat di setiap proses penyusunan skripsi ini. Kehadiranmu mengajarkan penulis arti tanggung jawab sebagai seorang kakak, sekaligus menjadi motivasi untuk memberikan contoh yang baik dalam pendidikan dan kehidupan. Semoga pencapaian ini dapat menjadi inspirasi agar kamu terus bersemangat dalam meraih cita-cita, melangkah lebih tinggi, dan tidak pernah ragu untuk bermimpi besar.

3. Kepada Ibu Wulan Angraini, SKM., MKM selaku dosen pembimbing. Penulis menyampaikan terima kasih atas bimbingan, arahan, ilmu, waktu, serta kesabaran yang telah diberikan selama proses penyusunan karya ini. Setiap masukan dan saran yang diberikan sangat berarti dalam menyempurnakan karya ini serta menjadi pembelajaran berharga dalam perjalanan akademik penulis.
4. Untuk Mas Maulana, Penulis juga mempersembahkan karya ini sebagai partner yang selalu sabar dan setia mendampingi dalam setiap prosesnya. Terima kasih atas pengertian, dukungan, doa, serta semangat yang tidak pernah berhenti diberikan, bahkan di saat penulis merasa lelah dan hampir menyerah. Terima kasih juga atas segala bantuan yang telah diberikan, baik secara langsung maupun tidak langsung, hingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik. Kehadiranmu menjadi bagian dalam perjalanan ini. Semoga segala kebaikan dan kesabaranmu dibalas dengan kebahagiaan serta kesuksesan, dan semoga setiap harapan baik yang telah direncanakan dapat terwujud di kemudian hari.
5. Terakhir, tidak lupa kepada diri sendiri, Linda Maharani. Terima kasih karena telah berjuang, bertahan, dan tetap kuat hingga mampu menyelesaikan skripsi ini. Terima kasih atas setiap usaha, doa, air mata, dan kerja keras yang telah dilalui hingga akhirnya bisa menyandang gelar S.K.M. Pencapaian ini menjadi bukti bahwa usaha tidak mengkhianati hasil. Semoga langkah ke depan semakin yakin, mimpi semakin besar, dan keberhasilan senantiasa menyertai perjalanan yang akan datang.

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas limpahan rahmat-Nya sehingga proposal penelitian ini dapat diselesaikan. Shalawat serta salam tercurah kepada Nabi Muhammad SAW sebagai teladan kegigihan dan kesungguhan dalam berjuang. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk menempuh mata kuliah Karya Tulis Ilmiah. Berkenaan dengan hal ini, penulis banyak mendapat bimbingan, bantuan, arahan dan dukungan dalam penyusunan tugas akhir, dari berbagai pihak, baik secara langsung maupun tidak langsung. Penulis menyampaikan dengan tulus penghargaan dan terimakasih kepada:

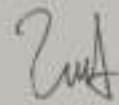
1. Bapak Susiyanto, M. Si selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Bengkulu
2. Ibu Dr. Eva Oktavidianti, M. Si selaku Dekan Fakultas Universitas Muhammadiyah Bengkulu yang telah memberikan izin dan fasilitas dalam proses penyusunan skripsi ini.
3. Ibu Nopia Wati SKM., MKM selaku dosen Kaprodi Kesehatan Masyarakat yang telah memberikan arahan dan dukungan selama proses perkuliahan hingga penyusunan skripsi.
4. Ibu Wulan Angraini, SKM.,MKM selalu dosen pembimbing skripsi yang telah dengan sabar memberikan bimbingan, arahan, serta masukan yang sangat berarti dalam penyusunan skripsi ini.
5. Ibu Riska Yanuarti, SKM., MKM Selaku dosen penguji 1 (satu) dan Ibu Dr. Ida Samida, S,Kp,. M.Kes Selaku dosen penguji 2 (dua) yang telah

memberikan saran dan masukan yang membangun demi penyempurnaan skripsi ini.

6. Kepada kedua orang tua dan keluarga lainya yang selalu memberikan dukungan dan semangat serta doa kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan laporan tugas akhir ini

Proposal penelitian ini tentu tidak luput dari kekurangan, namun telah disusun dengan maksimal sesuai kemampuan penulis. Kritik dan saran yang membangun sangat diharapkan agar laporan ini dapat bermanfaat bagi penulis maupun pembaca.

Bengkulu, 11 Maret 2026



Linda Maharani

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGAJUAN	ii
PERSETUJUAN SKRIPSI.....	iii
SURAT PERNYATAAN.	iv
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	v
RIWAYAT HIDUP PENULIS.....	vi
ABSTRAK.	vii
MOTTO.....	viii
PERSEMBAHAN.....	ix
KATA PENGANTAR.....	x
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang.....	1
B. Identifikasi Masalah	9
C. Pembatasan Masalah.....	9
D. Rumusan Masalah.....	9
E. Tujuan Penelitian	10
F. Manfaat Penelitian	10
G. Keaslian Penelitian	12
BAB II KAJIAN PUSTAKA	
A. Remaja	15
B. <i>Menarche</i>	17
C. Pengetahuan.....	24
D. Sikap	27
E. Dukungan orang tua.....	31
F. Kecemasan.....	34
G. Kerangka teori.	42
H. Kerangka Konsep Teori.....	43
I. Hipotesis	43

BAB III METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Rancangan Penelitian.....	44
B. Waktu dan Lokasi Penelitian	44
C. Populasi dan Sampel.....	44
D. Definisi Operasional	46
E. Teknik Pengumpulan data	47
F. Instrumen Penelitian	49
G. Analisis Data.....	51

BAB IV HASIL PENELITIAN

A. Gambaran Lokasi Penelitian	54
B. Jalannya Penelitian.....	54
C. Analisis Univariat.....	55
D. Analisis Bivariat.....	58

BAB V PEMBAHASAN

A. Tingkat Kecemasan Dalam menghadapi	62
B. Hubungan Pengetahuan dengan kecemasan dalam menghadapi <i>menarche</i>	64
C. Hubungan Sikap dengan kecemasan dalam menghadapi <i>menarche</i>	70
D. Hubungan Dukungan Orang Tua dengan kecemasan dalam menghadapi <i>menarche</i>	73

VI KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan.	79
B. Saran.....	80

DAFTAR PUSTAKA..... 82

DAFTAR LAMPIRAN..... 87

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian.....	13
Tabel 3.2 Definisi Operasional	48
Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan usia.	56
Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan kelas.	56
Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Variabel Independent	57
Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Kecemasan.....	58
Tabel 4.5 Analisis Bivariat Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Kecemasan.....	58
Tabel 4.6 Analisis Bivariat Hubungan Sikap dengan Kecemasan.....	59
Tabel 4.7 Analisis Bivariat Hubungan Dukungan Orang Tua dengan Kecemasan	60

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Teori.....	42
Gambar 4.2 Kerangka Konsep.....	42

LAMPIRAN

- Lampiran 1. Lembar Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 2. Lembar Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 3. Kuesioner Pengetahuan *Menarche*
- Lampiran 4. Kuesioner Sikap
- Lampiran 5. Kuesioner Dukungan orang Tua
- Lampiran 6. Kuesioner Kecemasan
- Lampiran 7. Tabel Infut Data
- Lampiran 8. Tabulasi Data
- Lampiran 9. Surat Keputusan Pembimbing Skripsi
- Lampiran 10. Surat Keputusan Penguji Seminar Proposal
- Lampiran 11. Surat Izin Penelitian
- Lampiran 12. Surat Selesai Penelitian
- Lampiran 13. Dokumentasi Penelitian

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja adalah tahap yang penting dalam kehidupan seseorang, yang ditandai dengan berbagai perubahan fisik, emosional, dan psikis. Tahap ini penting karena mencakup fase pematangan organ reproduksi manusia yang dikenal sebagai masa pubertas. Periode tersebut sering kali menjadi tantangan tersendiri, khususnya bagi seorang putri, karena mereka harus menghadapi perubahan fisik dan biologis sekaligus menyesuaikan diri terhadap tuntutan lingkungan. Perubahan pada remaja perempuan meliputi ciri-ciri sekunder seperti perkembangan pada payudara, tumbuhnya rambut halus di area kemaluan serta perubahan tinggi badan, serta ciri primer berupa terjadinya menstruasi pertama atau *menarche* (Rachmawati, 2024).

Tahap awal yang menandai kedewasaan atau pubertas pada anak perempuan adalah terjadinya menstruasi atau haid. Menstruasi merupakan proses alami yang dialami oleh setiap perempuan. Peristiwa ini berupa perdarahan yang terjadi secara berkala dari rahim sebagai indikasi bahwa organ reproduksi telah berkembang dan berfungsi secara matang. Secara umum, remaja putri mengalami *Menarche* pada rentang usia 12 hingga 16 tahun. Masa ini dapat memengaruhi berbagai aspek kehidupan, termasuk perubahan dalam kondisi psikologis dan perilaku. Pada umumnya, menstruasi pertama (*Menarche*) terjadi pada usia antara 12 sampai 16 tahun. Siklus menstruasi normal terjadi setiap 22-35 hari, dengan lamanya menstruasi selama 2-7 hari (Nainar et al., 2023).

Menurut World Health Organization (WHO, 2020), sekitar seperli,a populasi dunia adalah perempuan berusia 10-18 tahun, Sebagian mereka dari mereka tinggal di negara-negara berkembang. Angka kejadian *Menarche* dini dilaporkan mencapai 14,6%. Indonesia berada pada posisi ke-15 dari 67 negara dalam hal percepatan usia *Menarche*, dengan rata-rata penurunan usia sebesar 0,145 tahun setiap dekade.. Kondisi ini menunjukkan bahwa remaja putri di Indonesia semakin cepat mengalami *menarche* sehingga membutuhkan persiapan yang matang, baik secara fisik maupun mental.

(Mariyana, 2025) Remaja yang akan memasuki masa menstruasi memerlukan kesiapan mental yang matang. Kesiapan dalam menghadapi menstruasi merupakan kondisi yang menunjukkan bahwa individu telah siap mencapai tahap kematangan fisik. Proses dalam menghadapi *Menarche* tidak hanya ditentukan oleh faktor biologis, tetapi juga dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan, sikap, serta dukungan lingkungan, khususnya dari orang tua.. Pengetahuan yang baik mengenai menstruasi dapat membantu remaja memahami proses yang dialaminya, sementara sikap yang positif akan memudahkan remaja dalam menerima perubahan tersebut. Dukungan orang tua juga sangat berperan dalam memberikan rasa aman, nyaman, dan percaya diri ketika remaja menghadapi *menarche*.

Mentruasi pada remaja dipengaruhi beberapa factor seperti aktivitas fisik, usia, Tingkat stress, pola makan, serta adanya gangguan reproduksi. Pengetahuan merupakan hasil dari proses belajar, di mana seseorang yang awalnya tidak tahu menjadi paham setelah mengenali dan memahami suatu objek. Pengetahuan tentang menstruasi pada remaja sangat penting untuk

mempersiapkan mereka menghadapi pubertas dengan benar. Menstruasi bukan hanya perubahan biologis, tetapi juga melibatkan perubahan fisiologis seperti sakit pinggang dan jerawat, serta perubahan psikologis seperti gelisah dan tidak nyaman emosional. Pemahaman yang baik membuat remaja lebih siap, tidak cemas, serta mampu menjaga kebersihan organewanitaan, misalnya dengan mengganti pembalut setiap 4 jam. Sayangnya, pengetahuan remaja putri tentang menstruasi masih rendah karena kurangnya pendidikan formal di sekolah. Padahal, pengetahuan ini sangat penting untuk kesiapan fisik, psikologis, dan sosial remaja dalam menghadapi pubertas (De Fretes et al., 2020).

Menarche, yaitu menstruasi pertama, merupakan momen yang signifikan dalam perkembangan fisik dan psikologis remaja putri. Peristiwa ini umumnya terjadi pada rentang usia 9–16 tahun, dengan usia rata-rata sekitar 12 tahun. Namun, pengalaman menghadapi *menarche* seringkali menimbulkan kecemasan yang dapat memengaruhi kesejahteraan psikologis siswi. Banyak remaja menghayati menstruasi pertama sebagai pengalaman yang kurang menyenangkan bahkan traumatis, karena adanya penolakan terhadap proses fisiologis yang dialami. Gejala pramenstruasi yang sering muncul antara lain nyeri pada payudara, rasa sakit di bagian pinggang, perut terasa kembung, munculnya jerawat, serta perubahan suasana hati seperti mudah tersinggung yang dipengaruhi oleh faktor hormonal (Nainar et al., 2023). Hal tersebut dapat memicu munculnya kecemasan, yaitu suatu respon psikologis terhadap keadaan yang dianggap tidak menyenangkan. Kecemasan biasanya ditandai dengan gejala fisik maupun psikis, antara lain jantung berdebar, sesak napas,

rasa khawatir, takut yang berlebihan, keraguan pada diri sendiri, hingga perasaan tidak aman (Hayati, 2020).

Kecemasan (*ansietas/anxiety*) merupakan gangguan suasana perasaan (afektif) yang ditandai oleh rasa takut atau khawatir yang mendalam dan berlangsung terus-menerus. Pada kondisi ini, individu umumnya masih mampu menilai realitas dengan baik (*Reality Testing Ability/RTA* tetap utuh) dan tidak mengalami perpecahan kepribadian (*splitting of personality*). Meskipun perilaku dapat terganggu, keadaannya masih berada dalam batas normal. Diperkirakan sekitar 5% populasi mengalami gangguan kecemasan, baik yang bersifat akut maupun kronis, dengan angka kejadian pada perempuan dua kali lebih tinggi dibandingkan laki-laki (2:1). Selain itu, sekitar 2%–4% penduduk diperkirakan pernah mengalami gangguan kecemasan pada suatu waktu dalam hidupnya. (Satria et al., 2020).

Kecemasan menghadapi *menarche* dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, salah satunya adalah tingkat pengetahuan remaja tentang menstruasi. Pengetahuan yang rendah membuat remaja tidak siap menghadapi perubahan, sehingga lebih mudah mengalami kecemasan. Sebaliknya, pengetahuan yang baik dapat membantu remaja memahami proses biologis yang terjadi sehingga mampu menurunkan tingkat kecemasan (Duan, 2020). Kecemasan ini dapat berdampak pada kesehatan mental dan emosional remaja, yang sangat penting untuk diatasi selama masa transisi kritis dalam hidup mereka.

Rendahnya pengetahuan tentang reproduksi khususnya menstruasi pada remaja putri ini disebabkan karena kurangnya beberapa faktor diantaranya karena tidak adanya informasi, kurangnya kesiapan psikologis, Rendahnya

pengetahuan dan dukungan orang tua, serta pengetahuan dari guru di sekolah dasar, yang Perlunya pengertian, bimbingan, dan dukungan dari lingkungan sekitarnya agar anak usia sekolah dapat tumbuh dan berkembang sebagai pribadi yang sehat jasmani dan mental. Keadaan ini dapat menyebabkan anak usia sekolah tidak siap akan terjadinya menstruasi untuk pertama kali yang dialami. Sehingga pengetahuan tentang *menarche* ini sangat penting bagi siswi putri yang akan mengalami *menarche* (Idayanti, 2022).

Tidak pasti dan kurangnya pengetahuan mengenai perubahan fisik dan psikologis saat menstruasi dapat memicu timbulnya rasa cemas pada remaja putri, terutama saat pertama kali mengalami menstruasi atau menghadapi siklus yang tidak teratur. Sejumlah tekanan tersebut, seperti nyeri haid, perubahan suasana hati, rasa malu, serta ketakutan akan kebocoran saat di sekolah, pada akhirnya dapat mengakibatkan gangguan psikologis seperti stres, kesulitan tidur, perasaan cemas yang berlebihan, mudah tersinggung, frustrasi, hingga menarik diri dari aktivitas sosial dan menurunnya prestasi belajar. Masalah yang dirasakan ini kemudian berkembang menjadi sikap negatif terhadap menstruasi dan memperparah kecemasan yang dialami remaja putri (Lailatul Muarofah Hanim & Sa'adatul Ahlas, 2020).

Perkembangan yang dialami anak pada usia sekolah ditandai dengan meningkatnya kemandirian, di mana mereka mulai mampu menyelesaikan beberapa masalah secara mandiri serta menunjukkan kemampuan beradaptasi dengan lingkungan sekitarnya. Rasa tanggung jawab dan kepercayaan diri dalam melaksanakan tugas pun mulai berkembang. Selain itu, aspek perkembangan kognitif, psikologis, emosional, moral, dan spiritual juga telah

menunjukkan tingkat kedewasaan yang semakin baik. Kematangan pada masa usia sekolah dinamakan dengan pubertas. Pubertas adalah fase perkembangan ketika seorang anak mengalami proses menuju kedewasaan secara seksual. Pada perempuan, pubertas terjadi pada rentang usia 10–14 tahun. Masa pubertas ini khususnya pada remaja terjadi peristiwa penting berupa kematangan dari fungsi organ reproduksi yang disebut dengan menstruasi pertama atau yang disebut dengan *menarche* (Hayati, 2020).

Selain pengetahuan, sikap remaja juga berperan dalam menentukan bagaimana mereka merespons *menarche*. Sikap negatif, seperti rasa malu berlebihan atau anggapan bahwa menstruasi adalah sesuatu yang menakutkan, dapat meningkatkan kecemasan. Sementara itu, sikap positif, yakni menerima *menarche* sebagai proses alami, akan membantu remaja beradaptasi dengan lebih baik. Sikap merupakan salah satu aspek psikologis penting yang berperan dalam memengaruhi perilaku individu. Sikap diartikan sebagai kecenderungan seseorang dalam merespons objek, individu, atau situasi tertentu yang mencerminkan keyakinan, perasaan, dan kecenderungan bertindak. Menurut (Surianti et al., 2020), sikap adalah respon tertutup yang melibatkan aspek emosional, seperti senang–tidak senang atau setuju–tidak setuju, sehingga menjadi faktor penting dalam perilaku sehari-hari. (Fahmi, 2025) menambahkan bahwa sikap terdiri atas komponen kognitif, afektif, dan konatif yang saling berkaitan, sehingga membentuk predisposisi psikologis seseorang dalam menafsirkan suatu fenomena.

Dalam konteks remaja, sikap memiliki peran penting dalam menentukan kesiapan menghadapi perubahan biologis maupun psikologis, seperti

menarche. (De Fretes et al., 2020) menyebutkan bahwa remaja dengan sikap positif terhadap menstruasi cenderung memiliki rasa percaya diri yang lebih baik dan mampu mengelola kecemasan, sementara remaja dengan sikap negatif cenderung mengalami stres dan perasaan takut yang berlebihan. Hal ini diperkuat oleh penelitian (E. Putri & Utama, 2024) yang menunjukkan bahwa sikap remaja dipengaruhi oleh faktor pendidikan, pengalaman, dan dukungan lingkungan. Oleh karena itu, pemahaman tentang sikap menjadi penting untuk melihat bagaimana remaja putri membangun kesiapan psikologis dalam menghadapi masa pubertas.

Selain itu ada dukungan orang tua, dukungan orang tua memiliki pengaruh besar dalam membantu remaja menghadapi perubahan fisik dan psikologis saat *menarche*. Dukungan tersebut dapat berupa pemberian informasi yang benar, perhatian, pengertian, serta pendampingan ketika anak menghadapi gejala-gejala pubertas. Penelitian menunjukkan bahwa remaja putri yang mendapatkan dukungan orang tua cenderung memiliki tingkat kecemasan lebih rendah dibandingkan dengan remaja yang tidak mendapat dukungan (Kartika et al., 2021). Bentuk dukungan dapat berupa dukungan informasional, seperti penjelasan tentang proses menstruasi; dukungan emosional, berupa memberikan rasa aman; dan dukungan instrumental, seperti membantu menyiapkan kebutuhan kebersihan saat menstruasi.

Menurut (Vivi Yulaifah, 2025) ibu mempunyai peran dan posisi penting bagi pertumbuhan dan perkembangan anaknya, serta permasalahan menstruasi pertama anaknya. Ibu dapat memberikan informasi sederhana kepada anak perempuannya yang akan mendekati menstruasi pertama, seperti apa itu

menstruasi, seberapa sering menstruasi terjadi, berapa lama menstruasi terjadi, seberapa banyak darah yang keluar dan bagaimana cara penggunaan pembalut, pentingnya menjaga kebersihan dan cara menjaga kebersihan vulva saat menstruasi, hal-hal yang tidak boleh dilakukan selama menstruasi. Melalui ibu, remaja mengenal berbagai proses seksual yang terjadi pada tubuhnya. Dukungan ibu memiliki hubungan yang signifikan dengan tingkat kecemasan remaja menghadapi *menarche*. Semakin baik dukungan yang diberikan, semakin rendah tingkat kecemasan yang dialami remaja.

Kesiapan remaja putri untuk menghadapi *menarche* dipengaruhi oleh berbagai faktor, di antaranya pengetahuan yang memadai, sikap yang positif, serta dukungan orang tua. Ketiga aspek tersebut sangat berperan dalam membantu remaja melewati fase pubertas awal dengan lebih tenang dan percaya diri. Hal ini menjadi penting terutama bagi siswi sekolah dasar kelas IV-VI yang sedang berada pada tahap perkembangan menuju pubertas dan berpotensi mengalami *menarche* untuk pertama kalinya. Kurangnya pengetahuan, sikap yang kurang tepat, serta minimnya dukungan keluarga dapat meningkatkan kecemasan dan menimbulkan dampak negatif terhadap kesehatan reproduksi maupun kesejahteraan psikologis remaja.

Bedasarkan latar belakang di atas penulis tertarik melakukan penelitian pada kelas IV-VI mengenai “Hubungan tingkat pengetahuan, sikap, dan dukungan orang tua dengan kecemasan dalam menghadapi *menarche* pada remaja putri SDN 111 Bengkulu Utara”.

B. Identifikasi Masalah

Bedasarkan latar belakang yang telah dipaparkan permasalahan yang akan dikaji dalam penelitian ini Adalah “Hubungan tingkat pengetahuan, sikap, dan dukungan orang tua dengan kecemasan dalam menghadapi *menarche* pada remaja putri SDN 111 Bengkulu Utara”.

C. Pembatasan Masalah

Pembatasan masalah dilakukan agar penelitian tetap fokus dan tidak melebar dari pokok bahasan. Penelitian ini hanya membahas hubungan tingkat pengetahuan, sikap, dan dukungan orang tua dengan kecemasan dalam menghadapi *Menarche* pada remaja putri di SDN 111 Bengkulu Utara.

D. Rumusan Masalah

1. Bagaimana tingkat pengetahuan remaja putri di SDN 111 Bengkulu Utara tentang *menarche*?
2. Bagaimana sikap remaja putri di SDN 111 Bengkulu Utara tentang *menarche*?
3. Bagaimana bentuk dukungan orang tua terhadap remaja putri di SDN 111 Bengkulu Utara tentang *menarche*?
4. Bagaimana tingkat kecemasan remaja putri di SDN 111 Bengkulu Utara tentang *menarche*?
5. Adakah hubungan tingkat pengetahuan, sikap, dan dukungan orang tua dengan kecemasan dalam menghadapi *menarche* pada remaja putri di SDN 111 Bengkulu Utara?

E. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk diketahui Hubungan tingkat pengetahuan, sikap, dan dukungan orang tua dengan kecemasan dalam menghadapi *menarche* pada remaja putri kelas IV–VI di SDN 111 Bengkulu Utara.

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk diketahui tingkat pengetahuan remaja putri tentang *menarche* di SDN 111 Bengkulu Utara.
- b. Untuk diketahui sikap remaja putri dalam menghadapi *menarche* di SDN 111 Bengkulu Utara.
- c. Untuk diketahui dukungan orang tua terhadap remaja putri dalam menghadapi *menarche* di SDN 111 Bengkulu Utara.
- d. Untuk diketahui kecemasan remaja putri dalam menghadapi *menarche* di SDN 111 Bengkulu Utara.
- e. Untuk diketahui hubungan tingkat pengetahuan, sikap, dan dukungan orang tua dengan kecemasan dalam menghadapi *menarche* pada remaja putri kelas IV–VI di SDN 111 Bengkulu Utara.

F. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan ilmu pengetahuan di bidang kesehatan remaja, terutama mengenai hubungan pengetahuan dan kecemasan siswi remaja putri dalam menghadapi menstruasi pertama.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi SDN 111 Bengkulu Utara

Hasil penelitian ini diharapkan dapat berguna bagi siswi untuk memperluas pengetahuan mengenai pengetahuan tentang menstruasi kecemasan remaja putri serta menjadi bahan evaluasi dan pertimbangan dalam penyusunan program edukasi kesehatan reproduksi, terutama yang berkaitan dengan kesiapan siswi dalam menghadapi menstruasi serta pengelolaan kecemasan mereka di lingkungan sekolah.

b. Progam Studi Kesehatan Masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi tambahan dalam pengembangan ilmu pengetahuan. Hasil penelitian ini juga dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan dalam merancang kegiatan pengabdian kepada masyarakat maupun praktik lapangan mahasiswa.

c. Untuk Peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sarana untuk mengembangkan wawasan, pengetahuan, dan pengalaman dalam melakukan penelitian ilmiah, khususnya yang berkaitan dengan kesehatan reproduksi remaja dan aspek psikologisnya. Selain itu, sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan program pendidikan Sarjana 1 (S1) di Program Studi Kesehatan Masyarakat.

G. Keaslian Penelitian

No.	Penulis Judul	Metode penelitian	Persamaan	Perbedaan
1.	(Sihotang, 2021) Dengan Judul : "Hubungan tingkat pengetahuan tentang menstruasi dengan kecemasan remaja putri kelas VIII SMPN 3 negeri Pematang Siantar tahun 2021"	Metode: Penelitian korelasional dengan pendekatan cross sectional, sampel 61 responden menggunakan proportional random sampling dan instrumen kuesioner. Hasil menunjukkan 45 responden (73,8%) berpengetahuan cukup dan 32 responden (52,5%) mengalami kecemasan ringan di SMP Negeri 3 Pematang Siantar tahun 2021.	Peneliti terdahulu dan peneliti saat ini sama-sama meneliti tentang tingkat pengetahuan dan kecemasan terhadap menstruasi.	Perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya meneliti hubungan pengetahuan, dan kecemasan sedangkan peneliti sekarang meneliti hubungan pengetahuan, sikap, dukungan orang tua dan kecemasan
2.	(Hayati & Gustina ² , 2020) Dengan judul : Hubungan Pengetahuan Dengan Tingkat Kecemasan Remaja Putri Dalam Menghadapi Menarch Pada Siswi SD Negeri Pajang III Surakarta	Metode: Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain cross-sectional. Teknik pengambilan sampel menggunakan total sampling, dan instrumen yang digunakan berupa kuesioner tingkat pengetahuan serta kuesioner kecemasan HARS.	Peneliti terdahulu dan peneliti saat ini sama-sama meneliti tentang tingkat pengetahuan dan kecemasan menarch	Penelitian sebelumnya meneliti di SD Negeri Pajang III Surakarta sedangkan peneliti sekarang meneliti di SDN 111 Bengkulu Utara.
3.	(D. M. F. S. Putri, 2023) Dengan judul: Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Menstruasi Dengan	Metode: Penelitian ini menggunakan desain analitik korelasional dengan pendekatan cross sectional. Teknik sampling yang digunakan adalah purposive sampling berdasarkan kriteria	Peneliti saat ini dan sebelumnya sama-sama meneliti pengetahuan meentruasi dan kecemasan	Penelitian sebelumnya menggunakan uji statistik Spearman-Rank sedangkan penelitian sekarang

	Tingkat Kecemasan Remaja Awal Putri Dalam Menghadapi <i>Menarche</i> Di Sd Saraswati Tabanan	inklusi dan eksklusif. Subjek penelitian adalah 58 siswi kelas V di SD Saraswati Tabanan. Data dikumpulkan melalui kuesioner dan dianalisis menggunakan uji Spearman-Rank.	dengan metode penelitian korelasi dengan menggunakan pendekatan cross sectional	menggunakan Uji statistik spearman-rho
4.	(Qolbah et al., 2024) Dengan judul: Hubungan Pengetahuan dengan Perilaku Kebersihan Menstruasi pada Remaja	Metode: Penelitian ini menggunakan metode desain analitik kuantitatif dengan pendekatan cross sectional. Teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner yang sudah tervalidasi. Analisis data bivariat dengan uji chi-square.	Peneliti saat ini dan sebelumnya sama-sama menggunakan metode desain analitik kuantitatif dengan pendekatan cross sectional. Teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner yang sudah tervalidasi.	Penelitian sebelumnya meneliti Hubungan Pengetahuan dengan Perilaku Kebersihan Menstruasi pada Remaja sedangkan penelitian sekarang meneliti hubungan tingkat pengetahuan dan kecemasan terhadap menstruasi.
5.	(Sintaningsih, 2019) Dengan judul ; “Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Sikap Remaja Putri Kelas VII Dalam Menghadapi <i>Menarche</i> di SMP Sapta Andika Denpasar”	Metode: Penelitian ini menggunakan desain analitik korelasi dengan pendekatan cross sectional study. Data dikumpulkan melalui kuesioner yang telah diuji validitasnya, dengan jumlah sampel sebanyak 167 remaja putri kelas VII yang telah mengalami <i>Menarche</i> .	Peneliti saat ini dan sebelumnya sama-sama menggunakan metode kuantitatif korelasional dengan pendekatan (cross sectional)	Penelitian sebelumnya mengkaji hubungan dukungan keluarga dengan sikap remaja putri kelas VII dalam menghadapi <i>Menarche</i> . Sementara itu, penelitian ini meneliti hubungan tingkat pengetahuan, sikap, dan dukungan orang tua dengan

				kecemasan dalam menghadapi <i>Menarche</i> , dengan responden yang berbeda..
--	--	--	--	--