

ABSTRAK

Banyak kecemasan yang dialami oleh remaja, salah satunya yaitu kecemasan menghadapi *menarche*. Fenomena yang terjadi pada remaja awal yang mengalami kecemasan karena menstruasi dipengaruhi beberapa faktor diantaranya, pengetahuan, usia *menarche*, dukungan ibu, sumber informasi, dan ketidaksiapan. Faktor yang paling memengaruhi yaitu kesiapan, apabila remaja tidak memiliki kesiapan menghadapi *menarche* maka mereka sulit membiasakan diri untuk menerima perubahan fisik yang terjadi setelah mengalami *menarche*, diantaranya yaitu pembesaran payudara, panggul mulai melebar. Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan kesiapan menghadapi *menarche* dengan tingkat kecemasan pada siswi kelas V dan VI SDN Kebonhui.

Desain penelitian menggunakan hubungan korelasional dengan pendekatan *Cross Sectional*. Populasi sebanyak 40 siswi, sampelnya menggunakan teknik total sampling sehingga 40 siswi menjadi sampel. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner kesiapan menghadapi *menarche* dan tingkat kecemasan. Analisis data dilakukan secara *univariat* dan *bivariat* menggunakan uji *Chi-Square*.

Hasil penelitian menunjukkan remaja mengalami kesiapan 50% (20 responden) dan tidak siap 50% (20 responden) dan mengalami kecemasan pada tingkat sedang sebanyak 45% (18 responden). Hasil uji *Chi-Square* menunjukkan nilai p value = 0,025, artinya terdapat hubungan antara kesiapan menghadapi *menarche* dengan tingkat kecemasan pada siswi kelas V dan VI SDN Kebonhui Tanjungsari Sumedang. Saran untuk menurunkan kecemasan yaitu meningkatkan kesiapan dengan cara pemberian edukasi berupa penkes maupun promkes kepada anak usia sekolah sedini mungkin sehingga pada saat anak menginjak usia remaja dan mengalami pubertas dapat meningkatkan kesiapan dan mengurangi kecemasannya.

Kata Kunci : Kecemasan, *Menarche*, Menstruasi, Remaja

Daftar Pustaka : 27 Buku (2003-2022)
6 Jurnal (2015-2021)
3 Skripsi (2016-2018)

ABSTRACT

A lot of anxiety experienced by adolescents, one of which is anxiety facing menarche. The phenomenon that occurs in early adolescents who experience anxiety due to menstruation is influenced by several factors including knowledge, age at menarche, maternal support, sources of information, and unpreparedness. The most influencing factor is readiness, if adolescents do not have readiness to face menarche, they are difficult to get used to accepting the physical changes that occur after experiencing menarche, including breast enlargement, the pelvis begins to widen. The purpose of this study was to determine the relationship between readiness to face menarche and the level of anxiety in fifth and sixth grade students at SDN Kebonhui.

The research design uses a correlational relationship with a Cross Sectional approach. The population is 40 students, the sample uses a total sampling technique so that 40 students become the sample. The instrument used in this study was a questionnaire of readiness to face menarche and level of anxiety. Data analysis was carried out univariate and bivariate test Chi-Square

The results showed that adolescents experienced 50% readiness (20 respondents) and 50% (20 respondents) unprepared and experienced moderate level of anxiety as much as 45% (18 respondents). The results of the Chi-Square test show a p value = 0.025, meaning that there is a relationship between readiness to face menarche and the level of anxiety in class V and VI students at SDN Kebonhui Tanjungsari Sumedang. Suggestions for reducing anxiety are increasing readiness by providing education in the form of health education and health promotions to school-age children as early as possible so that when children enter adolescence and experience puberty, they can increase readiness and reduce anxiety.

Keywords : Anxiety, Menarche, Menstruation, Adolescent

Bibliography : 27 Books (2003-2022)

6 Journals (2015-2021)

3 Thesis (2016-2018)