

ABSTRACT

Adolescence is indicated by signs of puberty that continue until sexual maturity occurs. The signs of teenagers experiencing puberty are physical changes such as breast enlargement (*thelarche*), appearance of pubic hair (*pubarche*) and armpits, menarche and ovulation. Menarche is the first menstruation that occurs in teenagers. Teenagers need readiness in the face of menarche because feelings of anxiety and fear will occur. The anxiety that occurs makes teenagers experience selective attention that disrupts their concentration. The purpose of this study was to analyze the relationship between readiness to face menarche and the level of anxiety in elementary schools teenagers at Pademawu District, Pamekasan Regency.

This research is an observational analytic study using a cross-sectional research design. The research sample was 75 people, taken randomly using cluster random sampling. The variables in this study are knowledge, family support, readiness and anxiety level of teenagers in facing menarche. Analysis of the data used is multinomial logistic regression.

The results showed that 49.3 percent of teenagers had sufficient knowledge of menarche. As many as 38.7 percents of teenagers get moderate family support in facing menarche. In addition, 68 percent of teenagers are not ready to face menarche, and 45.3 percent of teenagers experience in moderate anxiety. Obtained a p-value 0.001, which means there is a relationship between readiness and the level of anxiety in facing menarche.

The conclusion of this study, there is a relationship between readiness and the level of anxiety in facing menarche in elementary school teenagers at Pademawu District, Pamekasan Regency. Factors influencing teenagers anxiety in facing menarche are readiness and family support. Parents should provide information about menarche and motivate their daughters in facing menarche.

Keywords: menarche, readiness, level of anxiety, teenagers

ABSTRAK

Masa remaja ditunjukkan dengan tanda pubertas yang berlanjut hingga terjadinya kematangan seksual. Tanda remaja mengalami pubertas adalah perubahan fisik seperti, pembesaran payudara (*thelarche*), munculnya rambut pubis (*pubarche*) dan ketiak, *menarche* serta ovulasi. *Menarche* adalah menstruasi pertama kali yang terjadi pada remaja. Kesiapan dibutuhkan remaja dalam menghadapi *menarche* karena perasaan cemas dan takut akan terjadi. Kecemasan yang terjadi membuat remaja putri mengalami perhatian yang selektif sehingga mengganggu konsentrasi mereka. Tujuan penelitian ini adalah menganalisis hubungan antara kesiapan menghadapi *menarche* dengan tingkat kecemasan pada remaja putri sekolah dasar negeri (SDN) di Kecamatan Pademawu Kabupaten Pamekasan.

Penelitian ini merupakan penelitian observasional analitik yang menggunakan desain penelitian *cross sectional*. Sampel penelitian sebesar 75 orang, diambil secara acak menggunakan *cluster random sampling*. Variabel pada penelitian ini yaitu, pengetahuan, dukungan keluarga, kesiapan dan tingkat kecemasan remaja putri dalam menghadapi *menarche*. Analisis data yang digunakan adalah regresi logistik multinomial.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa 49,3 persen remaja putri memiliki pengetahuan yang cukup tentang *menarche*. Sebanyak 38,7 persen remaja mendapatkan dukungan keluarga tentang *menarche* yang sedang. Selain itu, 68 persen remaja putri tidak siap menghadapi *menarche*, dan 45,3 persen remaja mengalami kecemasan sedang. Diperoleh hasil nilai p sebesar 0,001 yang artinya terdapat hubungan antara kesiapan dengan tingkat kecemasan menghadapi *menarche*.

Kesimpulan pada penelitian ini adalah ada hubungan antara kesiapan dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi *menarche* pada remaja putri sekolah dasar negeri di Kecamatan Pademawu Kabupaten Pamekasan. Faktor yang mempengaruhi kecemasan remaja putri dalam menghadapi *menarche* adalah kesiapan dan dukungan keluarga. Sebaiknya orang tua memberikan informasi tentang *menarche* dan memberi motivasi kepada anak perempuannya dalam menghadapi *menarche*.

Kata kunci: *menarche*, kesiapan, tingkat kecemasan, remaja putri