

**HUBUNGAN DUKUNGAN KELUARGA DENGAN
KECEMASAN SISWI SEKOLAH DASAR DALAM
MENGHADAPI *MENARCHE* DI KECAMATAN
GOMBONG**

SKRIPSI

Disusun Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan

Mencapai Derajat Sarjana Keperawatan



Diajukan Oleh

Fika Nur Raini

NIM : 202202057

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG**

2026

**HUBUNGAN DUKUNGAN KELUARGA DENGAN
KECEMASAN SISWI SEKOLAH DASAR DALAM
MENGHADAPI *MENARCHE* DI KECAMATAN
GOMBONG**

SKRIPSI

Disusun Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan

Mencapai Derajat Sarjana Keperawatan



Diajukan Oleh

Fika Nur Raini

NIM : 202202057

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG**

2026

HALAMAN PERSETUJUAN

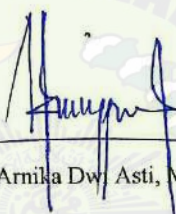
HALAMAN PERSETUJUAN

HUBUNGAN DUKUNGAN KELUARGA DENGAN KECEMASAN SISWI SEKOLAH DASAR DALAM MENGHADAPI MENARCHE DI KECAMATAN GOMBONG

Telah disetujui dan di nyatakan telah memenuhi syarat untuk di diujikan

Pada Tanggal 6 Januari 2025

Pembimbing



(Ns. Arnika Dwi Asti, M.Kep)

Mengetahui

Ketua Program Studi Keperawatan Program Sarjana



(Ns. Cahyu Septiwi, M.Kep., Sp. Kep. MB., Ph.D)

HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

HALAMAN PENGESAHAN

HUBUNGAN DUKUNGAN KELUARGA DENGAN KECEMASAN SISWI SEKOLAH DASAR DALAM MENGHADAPI *MENARCHE* DI KECAMATAN GOMBONG

Yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Fika Nur Raini

NIM: 202202057

Telah dipertahankan di depan dewan penguji

Pada tanggal 15 Januari 2026

Susunan Dewan Penguji

1. Ns. Sawiji, M.Sc., Ph.D (Penguji 1)(.....)
2. Tri Sumarsih, MNS (Penguji 2)(.....)
3. Ns. Arnika Dwi Asti. M. Kep (Penguji 3)(.....)

Mengetahui

Ketua Program Studi Keperawatan Program Sarjana

(Ns. Cahyu Septiwi, M.Kep., Sp.Kep.MB. Ph.D)

PERNYATAAN

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam skripsi yang saya ajukan tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu tempat Perguruan Tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis digunakan sebagai rujukan dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustakan, dan sudah dinyatakan lolos uji plagiarisme.

Apabila dikemudian hari diketemukan seluruh atau sebagian dari skripsi tersebut terdapat indikasi plagiarisme, saya bersedia menerima sanksi sesuai peraturan perundang-undangan yang berlaku.

Demikianlah pernyataan ini dibuat dalam keadaan sadar dan tanpa unsur paksaan dari siapapun.

Gombong, 6 Januari 2026



Fika Nur Raini

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai civitas akademik Universitas Muhammadiyah Gombong, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Fika Nur Raini
NIM : 202202057
Program Studi : Keperawatan Program Sarjana
Jenis Karya : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Muhammadiyah Gombong Hak Bebas Royalti Noneksklusif (Non-exclusive Royalty-Free Right) atas skripsi saya yang berjudul :

HUBUNGAN DUKUNGAN KELUARGA DENGAN KECEMASAN SISWI SEKOLAH DASAR DALAM MENGHADAPI *MENARCHE* DI KECAMATAN GOMBONG

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Muhammadiyah Gombong berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data, 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: Gombong, Kebumen

Pada Tanggal: 15 Januari 2026

Yang menyatakan



Fika Nur Raini

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Wr. Wb

Dengan menyebut nama Allah SWT yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang, kami panjatkan puji syukur atas kehadirat-Nya yang telah melimpahkan rahmat, hidayah dan inayah-Nya kepada kami, sehingga penulis dapat menyelesaikan P Skripsi dengan judul : Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kecemasan Siswi Sekolah Dasar Dalam Menghadapi *Menarche* Di Kecamatan Gombong. Sebagai salah satu Persyaratan Mencapai Derajat Sarjana Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Gombong.

Penulis menyadari terwujudnya skripsi ini tidak lepas dari bantuan dan bimbingan dari beberapa pihak terkait. Untuk itu dalam kesempatan kali ini, izinkan penulis menyampaikan terima kasih yang setulus-tulusnya kepada :

1. Segala puji syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT, karena limpahan rahmat dan hidayah-Nya, Skripsi dengan judul Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kecemasan Siswi Sekolah Dasar Dalam Menghadapi *Menarche* di Kecamatan Gombong, ini dapat terselesaikan dengan baik.
2. Kepada Prof. Dr. Sofyan Anif, M.Si selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Gombong.
3. Kepada Ibu Ns. Cahyu Septiwi M. Kep. MB. Ph. D selaku Ketua Program Studi Keperawatan Program Sarjana, Universitas Muhammadiyah Gombong, atas segala dukungan dan arahan yang telah diberikan selama masa studi penulis di perguruan tinggi ini.
4. Dosen pembimbing saya, ibu Arnika Dwi Asti. M,Kep, saya ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya, karena telah memberikan bimbingan, arahan, dan motivasi selama proses penulisan skripsi ini.
5. Kepada bapak Ns. Sawiji M.Sc., Ph.D , selaku dosen penguji 1, terima kasih atas segala saran, kritik dan masukan membangun yang diberikan demi kesempurnaan naskah skripsi ini.

6. Kepada ibu Tri Sumarsih, MNS, selaku dosen penguji 2 terima kasih atas segala saran, dan masukkan membangun yang diberikan demi kesempurnaan naskah skripsi ini.
7. Yang istimewa untuk cinta pertamaku, yang penulis panggil bapak . Pintu surgaku, ibu. Mereka yang tak pernah lelah menyinari jalan meski kadang tak terlihat, yang menjadi sumber segala doa dalam sunyi. Sujud-sujud panjangnya yang tak pernah putus adalah benteng terkuat dalam hidupku. Mereka memang tidak sempat merasakan pendidikan sampai di bangku kuliah, namun mereka senantiasa bekerja keras tanpa henti, selalu memberikan dukungan, motivasi, kasih sayang yang tiada tara dan doa yang selalu dipanjatkan tanpa henti, yang selalu mengiringi setiap langkah penulis agar mencapai kesuksesannya. Terima kasih untuk selalu mengusahakan apapun keinginanku, terimakasih sudah percaya dan meyakinkan bahwa aku pasti bisa menjalani setiap rintangan hidup yang kadang tidak sesuai keinginanku. Terima kasih atas cinta, doa, kasih sayang tulusmu, dan pengorbanan yang tiada henti. Terima kasih telah menjadi sumber kekuatan terbesar dalam penulis, yang mendorong penulis untuk tidak menyerah, bahkan di saat segalanya terasa berat. Terima kasih telah menjadi orang tua yang begitu luar biasa. *Love u*, sehat dan bagai selalu bapak, mamak.
8. Kepada Kedua kakak penulis, Puji dan Nurul Wulandari yang selalu memberikan dukungan, semangat dan doa yang tidak ada hentinya yang sangat berharga bagi penulis.
9. Untuk Nabila Nada Maisa, Nur Izzahtun Annisa, Halimah As Sa'diyah, Nisywa Fitriana dan Fitriana Dian Lestari, terima kasih karena telah menjadi menjadi rumah dan tempat pulang nyaman penulis. Terima kasih telah menjadi sahabat yang tidak hanya ada saat tawa mengisi tetapi juga saat air mata menemani malam. Atas telinga yang selalu siap mendengar. Atas nasihat dan motivasi yang sering kali datang tepat disaat penulis membutuhkan.
10. *Last but not least*, terima kasih untuk diri sendiri Fika Nur Raini. Anak bungsu yang tumbuh dari doa dan harapan kedua orang tua. Terima kasih sudah bertahan sejauh ini, tetap belajar, tetap mencoba dan selalu memberikan yang terbaik meski tak selalau mudah. Terima kasih karena telah berani membuka

hari untuk hal hal baru yang dulu terasa asing dan menakutkan. Terima kasih karena tetap memilih menjadi dirimu sendiri. Menjalani setiap langkah demi langkah, merayakan pencapaian yang mungkin tidak disadari orang lain. Walaupun sering kali harapanmu tidak sesuai dengan apa yang semesta berikan, kamu tetap belajar menerima dan mensyukuri apa pun yang datang kepadamu. Terima kasih sudah bernai mengambil setiap kesempatan yang datang. Terima kasih karena tetap melangkah, bahkan ketika arah tak tau akan membawamu kemana. Terima kasih sudah bertahan dan tetap memilih untuk merayakan dirimu, sekecil apa pun langkah itu. Pencapaian ini pengingat bahwa semua perjuangan ini layak diperjuangkan, dan kamu telah melakukan yang terbaik.

“Success is not final, failure is not final: it is courage to continue that counts.”

-Winston Churchill

11. Untuk seseorang yang kehadirannya tak kalah penting untuk penulis. Terima kasih telah menjadi sosok yang selalu ada, menjadi support system, pendengar dan pemberi nasehat untuk penulis. Terima kasih banyak atas kehadirannya dikala sedih maupun suka dan segala yang telah diberikan untuk penulis.
12. Terima kasih kepada semua pihak terkait yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu, yang telah membantu, memberikan semangat dan dukungan kepada penulis sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.

Namun tidak lepas dari semua itu, penulis menyadari sepenuhnya bahwa ada kekurangan baik dari segi penyusunan bahasa maupun dari segi lainnya. Oleh karena itu dengan lapang dada dan tangan terbuka, penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun kepada para pembaca bagi kesempurnaan skripsi ini. Akhir penyusunan ini, penulis mengharapkan semoga skripsi ini dapat di ambil hikmah dan manfaatnya sehingga bisa memberikan inspirasi terhadap pembacanya.

Wasalamu'alaikum Wr. Wb

Gombong, 15 Januari 2026



Fika Nur Raini

Program Studi Keperawatan Program Sarjana
Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Gombong
Skripsi, Januari 2026

Fika Nur Raini¹, Arnika Dwi Asti²
fikanuraini@gmail.com

ABSTRAK

HUBUNGAN DUKUNGAN KELUARGA DENGAN KECEMASAN SISWI SEKOLAH DASAR DALAM MENGHADAPI *MENARCHE* DI KECAMATAN GOMBONG

Latar Belakang: : *Menarche* merupakan tanda awal pubertas yang sering menimbulkan kecemasan pada siswi sekolah dasar, khususnya pada usia 10-12 tahun. Pada fase ini, kurangnya pemahaman tentang perubahan tubuh serta minimnya dukungan keluarga dapat membuat siswi merasa takut, bimbang, dan tidak siap dalam menghadapi *menarche*. Dukungan keluarga memiliki peran penting dalam memberikan informasi, kenyamanan emosional, dan rasa aman, sehingga siswi dapat melalui proses pubertas dengan lebih baik.

Tujuan Penelitian: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan keluarga dan tingkat kecemasan siswi dalam menghadapi *menarche* di Kecamatan Gombong.

Metode Penelitian: Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain *cross sectional*. Populasi penelitian berjumlah 121 siswi. Sampel terdiri dari 121 siswi kelas V dan VI yang dipilih menggunakan teknik *total sampling*. Karakteristik responden siswi kelas V dan VI, yang sudah mengalami menstruasi atau belum, berasal dari SD Kreatif Muhammadiyah Gombong dan SD Negeri 2 Gombong. Instrumen penelitian meliputi kuesioner dukungan keluarga dan kuesioner kecemasan *Spence Children's Anxiety Scale (SCAS)*. Analisis data dilakukan menggunakan uji korelasi Spearman rho.

Hasil Penelitian: Sebagian responden berada pada kategori dukungan keluarga sedang, dengan kecemasan sedang hingga berat. Dengan Uji Korelasi Spearman menunjukkan ($\rho = -0.401$; $p < 0.05$) adanya hubungan antara dukungan keluarga dengan kecemasan.

Kesimpulan: Terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dan kecemasan siswi di kecamatan Gombong.

Rekomendasi: Orang tua diharapkan dapat meningkatkan dukungan melalui komunikasi yang terbuka, pemberian informasi yang tepat mengenai *menarche*, serta pendampingan emosional yang memadai. Selain itu, sekolah disarankan menyelenggarakan parenting class dan program edukasi kesehatan reproduksi melalui kegiatan UKS atau penyuluhan berkala guna meningkatkan kesiapan siswi dalam menghadapi *menarche*

Kata Kunci:

Dukungan Keluarga, Kecemasan, *Menarche*

¹ Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Gombong

² Dosen Universitas Muhammadiyah Gombong

*Nursing Study Program Bachelor's Degree Program
Faculty of Health Sciences
Universitas Muhammadiyah Gombong
Undergrade Thesis, Januari 2026*

Fika Nur Raini¹, Arnika Dwi Asti²
fikanuraini@gmail.com

ABSTRACT

THE RELATIONSHIP BETWEEN FAMILY SUPPORT AND ANXIETY IN ELEMENTARY SCHOOL GIRLS IN FACING *MENARCHE* IN GOMBONG DISTRICT

Background: Menarche is an early sign of puberty that often causes anxiety among elementary school girls, especially those aged 10–12 years. Lack of understanding about bodily changes and minimal family support can make girls feel afraid, confused, and unprepared to face menarche. Family support plays an important role in providing information, emotional comfort, and a sense of security so that girls can go through puberty better.

Objective: To determine the relationship between family support and the level of anxiety among female students in facing menarche in Gombong District.

Method: This study used a quantitative method with a cross-sectional design. The study population consisted of 121 female students, who were also the sample using total sampling technique. The respondents were fifth and sixth grade female students, both those who had and had not experienced menstruation, from SD Kreatif Muhammadiyah Gombong and SD Negeri 2 Gombong. The research instruments included a family support questionnaire and the Spence Children's Anxiety Scale (SCAS) questionnaire. Data analysis used the Spearman rho correlation test.

Results: The majority of respondents had moderate family support and moderate to severe anxiety. The Spearman test showed a value of $\rho = -0.401$ ($p < 0.05$), indicating a significant relationship between family support and anxiety.

Conclusion: There is a significant relationship between family support and anxiety among elementary school girls facing menarche in Gombong District.

Recommendations: Parents are expected to increase their support through open communication, providing appropriate information, and emotional guidance. Schools are advised to organize parenting classes and reproductive health education programs through UKS activities or periodic counseling to improve girls' readiness to face menarche.

Keywords:

Family Support, Anxiety, *Menarche*

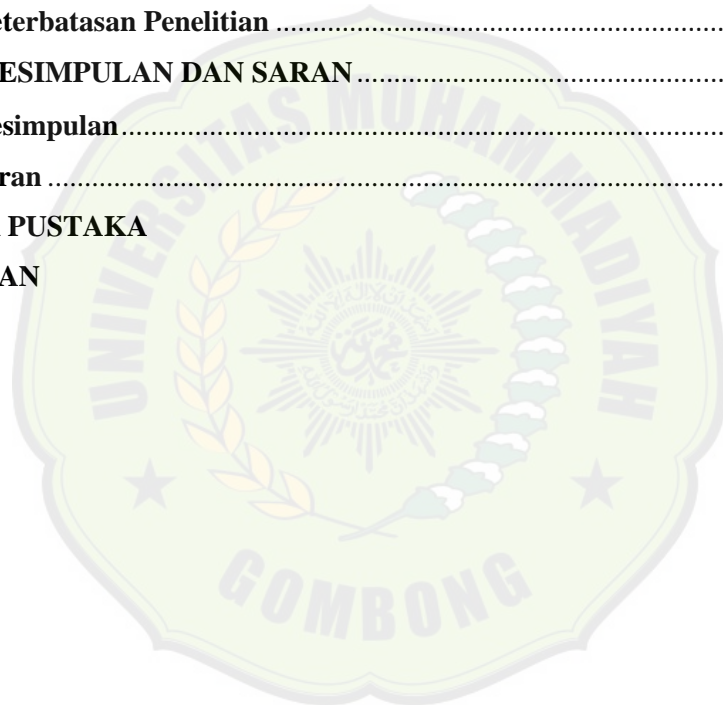
¹ Student, Universitas Muhammadiyah Gombong

² Lecturer, Universitas Muhammadiyah Gombong

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI.....	iii
PERNYATAAN.....	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	v
KATA PENGANTAR.....	vi
ABSTRAK	ix
ABSTRACT	x
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan Penelitian	7
D. Manfaat Penelitian	7
E. Keaslian Penelitian	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	11
A. Kerangka Teori	11
1. Konsep Menstruasi.....	11
2. Konsep <i>Menarche</i>	15
3. Konsep Kecemasan	20
4. Konsep Dukungan Keluarga	25
B. Kerangka Teori	30
C. Kerangka Konsep	30
D. Hipotesis	31
BAB III METODE PENELITIAN	32
A. Desain Penelitian	32
B. Populasi dan Sampel	32
C. Tempat Dan Waktu Penelitian	33

D. Variabel Penelitian	33
E. Definisi Operasional	34
F. Instrumen Penelitian	36
G. Validitas dan Reliabilitas Instrumen	37
H. Etika Penelitian	38
I. Teknik Analisis Data	41
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	43
A. Hasil Penelitian	43
B. Pembahasan	48
C. Keterbatasan Penelitian	57
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	58
A. Kesimpulan	58
B. Saran	59
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	



DAFTAR TABEL

Tabel 1.1	Keaslian Penelitian	8
Tabel 3.1	Definisi Operasional.....	34
Tabel 3.2	Kisi-kisi kuisisioner Dukungan Keluarga	36
Tabel 4.1	Distribusi Frekuensi Data Karakteristik Responden Berdasarkan Usia, Kelas, Asal Sekolah, Sudah Menstruasi Atau Belum (n=121).....	43
Tabel 4.2	Distribusi Frekuensi Data Karakteristik Kecemasan Siswi Yang Sudah Menarache (n=74).....	44
Tabel 4.3	Distribusi Frekuensi Data Karakteristik Kecemasan Siswi Yang Belum Menarache (n=47).....	45
Tabel 4.4	Distribusi responden berdasarkan dukungan keluarga (n=121).....	45
Tabel 4.5	Distribusi Responden Berdasarkan Kecemasan Di SD Kreatif Muhammadiyah Gombong Dan SD Negeri 2 Gombong	46
Tabel 4.6	Distribusi Tabulasi Silang Dukungan Keluarga Dengan Kecemasan Di SD Kreatif Muhammadiyah Gombong Dan SD Negeri 2 Gombong	46



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Teori.....	30
Gambar 2. 2 Kerangka Konsep.....	30



DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Jadwal Penelitian
- Lampiran 2 Surat Ijin Penelitian di SD Kreatif Muhammadiyah Gombong
- Lampiran 3 Surat Ijin Penelitian di SD Negeri2 Gombong
- Lampiran 4 Balasan surat ijin penelitian
- Lampiran 5 Surat Lolos Uji Etik
- Lampiran 6 Uji Similarity
- Lampiran 7 Instrumen Penelitian
- Lampiran 8 Lembar Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 9 Kuisisioner Dukungan Keluarga
- Lampiran 10 Kuisisioner Kecemasan SCAS
- Lampiran 11 Hasil Analisis Data
- Lampiran 12 Lembar Bimbingan



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Remaja ialah periode penting dalam kehidupan seseorang yang melibatkan transformasi fisik, emosional, dan sosial. Masa remaja ditandai dengan munculnya pubertas hingga mencapai kematangan seksual. Pubertas merupakan pertumbuhan fisik sangat cepat meliputi perubahan tubuh dan hormone (Yulia, 2021). Masa remaja pada perempuan ditandai oleh berbagai perubahan. Secara fisik, mulai terlihat perkembangan payudara, tumbuh rambut di area kemaluan, dan bertambah tinggi badan. Selain itu, perubahan penting yang menandai masa ini adalah datangnya menstruasi pertama, atau yang dikenal dengan *menarche* (Tirtanadi dan Putri 2023).

Menurut WHO 2023, remaja didefinisikan sebagai individu dalam rentang usia 10-19 tahun, dengan populasi global mencapai sekitar 1,3 miliar jiwa atau 16% dari total populasi dunia. Periode ini merupakan fase transisi dari masa kanak-kanak menuju dewasa yang ditandai dengan munculnya pubertas, termasuk perkembangan karakteristik seksual sekunder dan kematangan fungsi reproduksi (WHO, 2024). Salah satu penanda penting masa pubertas pada remaja putri adalah *menarche* atau menstruasi pertama. Secara global, usia rata-rata *menarche* mengalami tren penurunan dalam beberapa dekade terakhir. Data WHO 2023 menunjukkan bahwa usia rata-rata *menarche* di negara berkembang berkisar antara 12-13 tahun, dengan variasi yang dipengaruhi oleh faktor genetik, nutrisi, status sosial ekonomi, dan kondisi kesehatan. Di wilayah Asia Tenggara, termasuk Indonesia, terdapat fenomena penurunan usia *menarche* yang semakin dini, yang menimbulkan berbagai implikasi kesehatan fisik dan psikologis pada remaja putri (WHO, 2024).

Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2023, di Indonesia, prevalensi remaja putri yang telah mengalami *menarche* pada kelompok usia 10-14 tahun mencapai 68,2%, meningkat dari 61,5% pada tahun

2018. Usia rata-rata *menarche* di Indonesia adalah 12,8 tahun, dengan proporsi terbesar terjadi pada usia 13-14 tahun (38,7%), diikuti usia 11-12 tahun (32,4%), dan usia di bawah 11 tahun (18,9%) (Kemenkes, 2023). Di Provinsi Jawa Tengah, data Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah tahun 2024 mencatat bahwa 37,8% remaja putri mengalami *menarche* pada usia 12-13 tahun, 28,5% pada usia 11-12 tahun, dan 22,3% mengalami *menarche* dini pada usia kurang dari 11 tahun. Khususnya di Kabupaten Kebumen, berdasarkan data (Dinas Kesehatan Kabupaten Kebumen, 2024), terdapat 8.456 remaja putri usia 10-14 tahun yang telah mengalami *menarche* . Di Kecamatan Gombang sendiri, tercatat 1.247 siswi sekolah dasar kelas V dan VI telah mengalami *menarche* , dengan usia rata-rata 11,9 tahun. Data ini menunjukkan kecenderungan *menarche* yang lebih dini dibandingkan kecamatan lain di Kabupaten Kebumen, seperti Kecamatan Buayan (1.089 siswi, usia rata-rata 12,3 tahun), Kecamatan Karanganyar (978 siswi, usia rata-rata 12,5 tahun), dan Kecamatan Sempor (845 siswi, usia rata-rata 12,7 tahun), (Dinas Kesehatan Kabupaten Kebumen, 2024).

Menarche adalah fenomena awal menstruasi yang dialami perempuan saat memasuki masa pubertas atau menuju kedewasaan. Proses *menarche* ini merupakan salah satu hal yang dapat memicu timbulnya perasaan cemas pada remaja perempuan. Salah satu penyebab utamanya adalah minimnya pengetahuan serta pemahaman yang mereka miliki pada proses ini R. Rahayu, (2023). Di Indonesia, sekitar 75% remaja putri yang mengalami *menarche* untuk pertama kalinya merasa takut dan tidak siap, sementara hanya 45% di antaranya yang merasa siap menghadapi masa pubertas. Selain itu, sebanyak 70% remaja putri memiliki pemahaman yang rendah terkait pendidikan kesehatan sebelum pubertas, yang berdampak pada munculnya berbagai masalah saat *menarche* . Kurangnya pengetahuan ini dapat menyebabkan pengalaman *menarche* yang tidak menyenangkan. Oleh karena itu, memberikan informasi yang tepat dan akurat mengenai *menarche* menjadi langkah penting untuk membantu remaja putri membentuk pandangan yang positif terhadap perubahan tersebut. Remaja putri juga membutuhkan bimbingan untuk melindungi diri

secara fisik, mental, dan emosional saat melalui masa *menarche* , Kemenkes RI, 2017 dalam (Paramita et al., 2024).

Menarche sebagai peristiwa biologis yang menandai kematangan sistem reproduksi sering kali menimbulkan berbagai respons emosional pada remaja putri. Penelitian oleh Safitri et al. (2023) menunjukkan bahwa sekitar 58% remaja putri mengalami kecemasan saat menghadapi *menarche*, yang ditandai dengan perasaan takut, bingung, malu, dan tidak siap menerima perubahan pada tubuhnya. Hal ini biasanya terjadi karena mereka belum siap, baik secara fisik maupun mental, untuk menerima perubahan yang dialami tubuhnya. Akibatnya sebagian remaja kesulitan mengelola menstruasi yang dapat berdampak pada kesehatan organ reproduksinya. Agar dapat tumbuh dengan lebih percaya diri dan memiliki kualitas diri yang positif, penting bagi remaja putri untuk dipersiapkan dalam menghadapi *menarche* (Utami, Wahyuni, and Wardani 2022) .

Kecemasan sendiri merupakan reaksi alami seseorang terhadap situasi yang dirasa tidak menyenangkan, dan merupakan bagian dari pengalaman hidup sehari-hari semua makhluk hidup (Ulfah et al., 2024). Terdapat berbagai faktor yang memengaruhi tingkat kecemasan dalam menghadapi *menarche*, di antaranya adalah dukungan dari ibu, pola pengasuhan, tingkat pengetahuan, usia saat mengalami *menarche*, sumber informasi yang diperoleh, serta kesiapan remaja dalam menghadapi proses tersebut (Wibisono & Kurniati, 2020).

Kecemasan *menarche* yang tidak tertangani dapat menimbulkan berbagai dampak negatif, termasuk dampak psikologis seperti gangguan mood, depresi, gangguan cemas, dan penurunan harga diri ,dampak akademik berupa penurunan konsentrasi belajar, ketidakhadiran sekolah, dan penurunan prestasi akademik ,dampak sosial seperti penarikan diri dari interaksi sosial, isolasi, dan gangguan hubungan interpersonal, dampak perilaku kesehatan termasuk praktik kebersihan menstruasi yang buruk dan peningkatan risiko infeksi saluran reproduksi, serta dampak jangka panjang seperti risiko gangguan siklus menstruasi, gangguan kesehatan reproduksi, dan kualitas hidup yang menurun (Rahmadani & Sulistyowati, 2022). Selain kecemasan berbagai masalah

psikososial lain yang dialami remaja putri terkait *menarche*, antara lain isolasi sosial, gangguan body, penurunan performa akademik, stigma dan rasa malu dan ketergantungan berlebihan pada orang tua.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada tanggal 5 Agustus dan 8 Agustus 2025 melalui wawancara mendalam dan pengisian kepada 10 siswi, yang terdiri dari 5 siswi SD Kreatif Muhammadiyah Gombong dan 5 siswi SD Negeri 2 Gombong, diperoleh temuan yang menarik terkait kecemasan dan dukungan keluarga dalam menghadapi *menarche*. Hasil wawancara menunjukkan bahwa delapan dari sepuluh siswi (80%) telah mengalami menstruasi dengan rentang usia 10-12 tahun, sedangkan dua siswi (20%) belum mengalaminya. Dari delapan siswi yang telah mengalami *menarche*, sebanyak enam siswi (75%) mengatakan mengalami kecemasan, ketakutan, dan kebingungan yang signifikan. Manifestasi kecemasan yang diungkapkan meliputi: (1) kekhawatiran berlebihan akan kemungkinan terjadinya hal-hal yang tidak diinginkan seperti kebocoran darah di tempat umum atau di sekolah; (2) ketakutan akan banyaknya darah yang keluar dan tidak mengetahui cara menghentikannya; (3) ketakutan terhadap rasa nyeri atau kram perut yang hebat saat menstruasi; (4) kebingungan karena belum mengetahui apa yang harus dilakukan saat menstruasi terjadi, seperti cara menggunakan pembalut, frekuensi mengganti pembalut, dan cara membersihkan diri dengan benar; serta (5) perasaan malu dan tidak percaya diri untuk beraktivitas normal selama menstruasi. Keenam siswi tersebut secara eksplisit menyatakan bahwa mereka belum siap menghadapi menstruasi baik secara fisik maupun psikologis. Sementara itu, empat siswi lainnya (50% dari yang telah *menarche*) mengatakan tidak mengalami kecemasan yang berlebihan karena mendapatkan informasi dan dukungan yang memadai terkait menstruasi dari ibu mereka. Bentuk dukungan keluarga yang mereka terima sangat bervariasi dan mencakup berbagai aspek. Dukungan Informasional seperti ibu memberikan penjelasan tentang apa itu menstruasi. Dukungan Instrumental seperti ibu mempersiapkan perlengkapan menstruasi seperti pembalut, celana dalam cadangan, dan tas kecil khusus untuk dibawa ke sekolah. Dukungan

Emosional, yaitu ibu memberikan penghiburan, mendengarkan keluhan. Dukungan Penghargaan (*Appraisal*) meliputi, ibu memberikan pujian dan penguatan positif bahwa anak telah tumbuh menjadi remaja.

Hasil studi pendahuluan, diperoleh data kuantitatif bahwa dari 10 responden: 3 siswi (30%) mengalami kecemasan ringan (skor 8-15), 5 siswi (50%) mengalami kecemasan sedang (skor 22-28), dan 2 siswi (20%) mengalami kecemasan tinggi (skor 37-42). Menariknya, seluruh siswi yang mengalami kecemasan sedang hingga tinggi adalah mereka yang mengaku tidak mendapatkan informasi dan dukungan yang memadai dari keluarga, khususnya dari ibu. Dari segi sumber informasi, ditemukan perbedaan signifikan antara kedua sekolah. Siswi SD Kreatif Muhammadiyah Gombong (5 siswi) mengatakan memperoleh informasi dari sekolah mengenai menstruasi melalui program Usaha Kesehatan Sekolah (UKS), yang mencakup penjelasan tentang pubertas, cara mandi wajib setelah menstruasi selesai, dan dasar-dasar kebersihan menstruasi. Sebaliknya, siswi SD Negeri 2 Gombong (5 siswi) mengatakan tidak mendapatkan informasi formal mengenai menstruasi di sekolah, sehingga informasi yang mereka miliki hanya berasal dari ibu (2 siswi), teman sebaya (2 siswi), atau bahkan tidak memiliki informasi sama sekali sebelum mengalami *menarche* (1 siswi).

Temuan studi pendahuluan ini sejalan dengan penelitian Azzahra & Kusumawati (2023) yang menemukan bahwa 68,3% remaja putri di Jawa Tengah mengalami kecemasan saat menghadapi *menarche*, dengan faktor dukungan keluarga menjadi prediktor paling kuat ($p < 0,001$). Demikian pula penelitian Novitasari (2022) menemukan bahwa remaja yang tidak mendapat dukungan keluarga memiliki risiko 5,8 kali lebih tinggi mengalami kecemasan berat dibandingkan yang mendapat dukungan baik (OR=5,8; 95% CI: 2,4-14,1).

Berdasarkan uraian di atas yang menunjukkan adanya perbedaan sumber informasi, tingkat kecemasan yang bervariasi, dan pentingnya dukungan keluarga dalam membantu anak menghadapi *menarche* dengan lebih siap dan tanpa kecemasan berlebihan, peneliti merasa perlu untuk mengkaji lebih lanjut

sejauh mana hubungan dukungan keluarga dengan tingkat kecemasan remaja putri menghadapi menstruasi pertama di Kecamatan Gombong. Oleh karena itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian di Kecamatan Gombong, Kabupaten Kebumen berdasarkan beberapa alasan pertama, berdasarkan data Dinas Kesehatan Kabupaten Kebumen (2024). Kecamatan Gombong memiliki prevalensi *menarche* dini (usia <11 tahun) tertinggi di Kabupaten Kebumen yaitu 28,3%, jauh lebih tinggi dibandingkan rata-rata kabupaten (18,9%) dan kecamatan lain seperti Buayan (19,2%), Karanganyar (16,8%), dan Sempor (14,5%). Hal ini menjadi perhatian serius mengingat *menarche* dini berkorelasi dengan kecemasan yang lebih tinggi dan berbagai masalah kesehatan reproduksi jangka panjang (Puspitasari & Widyastuti, 2023). Dan belum ada penelitian khusus yang mengkaji hubungan dukungan keluarga dengan kecemasan *menarche* di Kecamatan Gombong, sehingga penelitian ini akan memberikan kontribusi data dan *evidence base* yang penting untuk pengembangan kebijakan kesehatan reproduksi remaja di tingkat lokal.

Sesuai rekomendasi WHO (2023) intervensi kesehatan reproduksi remaja harus berbasis data lokal untuk memastikan relevansi dan efektivitas program. Meskipun penelitian terdahulu oleh Aulia & Seniwati, 2020 ; Nabilah & Amalia, 2022; Waryantini & Kania Sundari, 2022 telah mengindikasikan adanya korelasi yang signifikan antara dukungan keluarga terhadap kecemasan remaja dalam menghadapi *menarche* dengan nilai OR berkisar 4,8-17,5. Namun, penelitian-penelitian tersebut dilakukan di wilayah lain dengan karakteristik sosial-demografis yang berbeda, sehingga sangat penting untuk dilakukan penelitian serupa di wilayah Kecamatan Gombong sebagai upaya untuk memperluas pemahaman mengenai peran keluarga dalam menghadapi masa prapubertas dengan konteks lokal yang spesifik.

B. Rumusan Masalah

Apakah ada hubungan dukungan keluarga dengan kecemasan siswi sekolah dasar dalam menghadapi *menarche* di kecamatan gombong?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan dukungan keluarga dengan kecemasan siswi sekolah dasar dalam menghadapi *menarche* di kecamatan gombong.

2. Tujuan khusus

- a. Mengidentifikasi karakteristik siswi sekolah dasar di Kecamatan Gombong
- b. Mengidentifikasi dukungan keluarga pada siswi sekolah dasar di kecamatan Gombong
- c. Mengidentifikasi kecemasan pada siswi sekolah dasar di kecamatan Gombong

D. Manfaat Penelitian

1) Manfaat bagi pengembangan ilmu

Untuk menambah koleksi pustaka dan sebagai bahan kajian serta referensi yang dapat meningkatkan ide dan ilmu pengetahuan terkhusus tentang *menarche*.

2) Manfaat bagi praktisi

a. Pengembangan Ilmu

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan menjadi referensi dalam pengembangan ilmu keperawatan, khususnya terkait peran dukungan keluarga terhadap kecemasan siswi sekolah dasar dalam menghadapi *menarche*.

b. Peneliti

Diharapkan dapat membantu peneliti berikutnya untuk menambah wawasan dan pengalaman yang berkaitan dengan kecemasan pada siswi menghadapi *menarche*.

c. Tempat penelitian

Diharapkan dapat memberikan masukan positif bagi institusi untuk meningkatkan pendidikan kesehatan reproduksi serta

memperkuat peran sekolah dalam mendukung kesiapan remaja putri menghadapi *menarche* .

d. Bagi Masyarakat

Memberikan pemahaman yang lebih baik kepada masyarakat, khususnya orang tua dan lingkungan sekitar, mengenai pentingnya dukungan psikologis dan informasi yang tepat terkait *menarche* , sehingga dapat menciptakan lingkungan yang lebih suportif bagi remaja putri dalam menghadapi masa pubertas dengan tenang dan percaya diri.

E. Keaslian Penelitian

Data penelitian yang dijalankan masih ada keterkaitan pada penelitian yang dilakukan peneliti, ialah:

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian

Nama Peneliti dan Tahun Penelitian	Judul Penelitian	Metode Penelitian	Hasil Penelitian	Persamaan dan Perbedaan dengan penelitian ini
Waryantini, Dian Kania Sundar	Hubungan Dukungan Orang Tua Dengan Tingkat Kecemasan Menghadapi <i>Menarche</i> Pada Remaja Putri Usia 10-16 Tahun Di Kp.Randukurung Rt.01 Desa.Bojong Emas	Pada penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan rancangan studi korelasional menggunakan orepasi silang (cross sectional)	Hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai P Value 0,000(p value<p,0,05) disimpulkan ada hubungan yang signifikan antara dukungan orang tua dengan tingkat kecemasan remaja putri di kp.randukurung rt.01 rw.17 di ds.bojong emas. Dukungan orang tua pada remaja	Persamaan : Penelitian ini memiliki persamaan dengan penelitian saya yaitu berfokus pada hubungan dubungan orang tua dengan kecemasan remaja menghadapi <i>Menarche</i> Perbedaan : Perbedaan tempat, Penelitian ini menggunakan instrument <i>State-Trait</i>

				mempengaruhi kecemasan.jika dukungan meningkat kecemasan menurun, sebaliknya dukungan ibu kurang kecemaan meningkat.	<i>Anxiety Inventory</i> (STAI)
Intan Seniwati 2021	Aulia, Hubungan Dukungan Keluarga Kecemasan Dalam Menghadapi <i>Menarche</i> Remaja Prapubertas Negeri Kota Bekasi	Hubungan Dengan Kecemasan Pada Putri SD sectional	Pada penelitian ini menggunakan pendekatan korelasi deskriptif dengan pendekatan cross sectional	Hasil penelitian analisis univariat didapatkan dukungan keluarga baik 61.2% dan dukungan keluarga tidak baik 38.8%. Kecemasan yang dialami adalah kecemasan ringan 53.1%, kecemasan sedang 46.9%, dan tidak ada mengalami kecemasan berat. Hasil analisis bivariat diperoleh nilai p (Asymp. Sig. (2-tailed) = 0,000 maka hipotesis nol (Ho) ditolak serta ditemukan nilai oods ratio sebesar 17.524.	Persamaan : Berfokus pada pengaruh dukungan orang tua terhadap kecemasan remaja saat <i>Menarche</i> Perbedaan : Perbedaan tempat, dalam penelitian saya spesfik meneliti pada siswi kelas V dan VI Penelitian ini menggunakan instrument HARS
Salfa Nabilah1, Agri Azizah Amalia, 2022	Aliya Hubungan Dukungan Sosial Orang Tua Dengan Kesiapan Menghadapi <i>Menarche</i> Anak Usia	Hubungan Sosial Pada Orang Tua menggunakan metode kuantitatif dengan jenis rancangan penelitian	Pada penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan jenis rancangan penelitian	Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan signifikan antara dukungan sosial orang tua dengan kesiapan menghadapi	Persamaan : Penelitian ini sama-sama menilai dukungan sosial orang tua Perbedaan : Penelitian tersebut berfokus pada kesiapan

Sekolah Di SDN berupa *Menarche* pada menghadapi *Menarche*
Baginda 2 Tahun korelasional anak usia sekolah di ,bukan pada kecemasan
2022 SDN Baginda 2 Menggunakan
tahun 2022 Hasil kuisisioner dukunagn
analisis uji statistik sosial orang tua dan
Chi-Square p-value kuisisioner kesiapan
0,001 ($p < 0,05$).
Maka disimpulkan
bahwa H_0 ditolak
dan H_a diterima



DAFTAR PUSTAKA

- Al Hakim, R., Mustika, I., & Yuliani, W. (2021). Validitas Dan Reliabilitas Angket Motivasi Berprestasi. *FOKUS (Kajian Bimbingan & Konseling Dalam Pendidikan)*, 4(4), 263. <https://doi.org/10.22460/fokus.v4i4.7249>
- Apriliani, S. P., & Elvira, H. R. (2022). Pembelajaran Statistika Menggunakan Software SPSS untuk Uji Validitas dan Reliabilitas. *Jurnal Basicedu*, 6(4), 6491–6504. <https://doi.org/https://doi.org/10.31004/basicedu.v6i4.3206> ISSN
- Aulia, I., & Seniwati, S. (2020). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kecemasan Dalam Menghadapi *Menarche* Pada Remaja Putri Prapubertas Di Sd Negeri Jatiasih 05 Kota Bekasi. *Afiat*, 6(02), 42–50. <https://doi.org/10.34005/afiat.v6i02.1331>
- Awaru, A. O. T. (2020). Family Sociology. In *Definitions*. <https://doi.org/10.32388/zxlcjz>
- Azzahra, F., & Kusumawati, A. (2023). Kecemasan *menarche* dan faktor-faktor yang mempengaruhinya pada remaja putri di Jawa Tengah. *Jurnal Kesehatan Reproduksi Indonesia*, 14(1), 34–45. <https://doi.org/https://doi.org/10.25311/jkri.v14i1.892>
- Barus, M., Sembiring, F., & Lubis, M. G. (2024). *Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kecemasan Anak Usia Sekolah (6-12) Tahun yang Mengalami Pemasangan Infus Di RSUP Haji Adam Malik Medan Tahun 2023*. 4, 1892–1904.
- Chand, S. P., Marwaha, R., & Bender, R. M. (2025, January). *Anxiety (Nursing)*. StatPearls; StatPearls. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33760520/>
- Dinas Kesehatan Kabupaten Kebumen. (2024). *Profil kesehatan remaja Kabupaten Kebumen tahun 2024*. <https://dinkes.kebumenkab.go.id/profil-kesehatan-remaja-2024>
- Dwi, W. A., Defyanti Banne, L., & Roreng, D. (2022). Hubungan Pengetahuan Dengan Kesiapan Dalam Menghadapi Mesntruasi Pertama Pada Siswa Kelas V Dan Vi Di Sdn 1 Denpina Kabupaten Toraja Utara Tahun 2021. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Promotif*, 6(2), 121–133. <https://doi.org/10.56437/jikp.v6i2.65>
- Fadhilah, N. N., Katmini, Peristiowati, Y., Wardani, R., Ellina, A. D., Nursanti, D. P., Kumalasari, E. P., & Fajriah, A. S. (2021). Determinan *Menarche* Dini. In W. E. Putro (Ed.), *Strada Press*.
- Friedman, M. M. (2018). *Buku Ajar Keperawatan Keluarga : Riset, Teori & Praktik edisi 5*. https://pustaka.poltekkes-pdg.ac.id/?p=show_detail&id=56
- Galán, T., Marina, L., Ortiz, S., & Orgilés, M. (2025). Factor Structure and Psychometric Properties of the Spence Children ' s Anxiety Scale : A 25 - Year

- Systematic Review. *Child Psychiatry & Human Development*, 56(2), 492–506. <https://doi.org/10.1007/s10578-023-01566-1>
- Gudipally, P. R., & Sharma, G. K. (2023). *Premenstrual Syndrome*. StatPearls [Internet].; StatPearls. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32809533/>
- Hanggoro, A. Y., Suwarni, L., Selviana, S., & Mawardi, M. (2020). Dampak Psikologis Pandemi Covid-19 pada Tenaga Kesehatan: A Studi Cross-Sectional di Kota Pontianak. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 15(2), 13. <https://doi.org/10.26714/jkmi.15.2.2020.13-18>
- Hapsari, P., Fadilah, L. N., Resmana, R., & Cahyaningsih, H. (2024). Dukungan Keluarga Meningkatkan Sikap Remaja Dalam Menghadapi *Menarche*. *Jurnal Riset Kesehatan Poltekkes Depkes Bandung*, 17(1), 12–19. <https://doi.org/10.34011/juriskesbdg.v17i1.2528>
- 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>
- Indirani, K., & Balakrishnan, P. (2022). An Exclusive Review on Menstrual Problems. *FoodSci: Indian Journal of Research in Food Science and Nutrition*, 9(1), 35. <https://doi.org/10.15613/fijrfn/2022/v9i1/212404>
- Kamaryati, N. P., & Malathum, P. (2020). Family support: A concept analysis. *Pacific Rim International Journal of Nursing Research*, 24(3), 403–411.
- Kartika, F. D., Hanifa, F., & Darmi, S. (2025). *Hubungan Pengetahuan, Dukungan Orang Tua dan Dukungan Teman Sebaya dengan Tingkat Kecemasan dalam Persiapan Menghadapi Menarche Pada Siswi Kelas IV, V, VI di SD Negeri Sukabumi Selatan 01. 5*, 1214–1230.
- Kemenkes, R. (2023). *Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan*.
- Khotimah, S. (2021). Pemberian Pendidikan Kesehatan Sebagai Upaya Menyiapkan Siswi Putri Menghadapi *Menarche* Di Sd N 20 Sitiung. *Prosiding Hang Tuah Pekanbaru*, 110–113. <https://doi.org/10.25311/prosiding.vol1.iss2.95>
- Langingi, N. L., Kondo, C. S., & Kaporang, G. F. (2022). Waktu Layar Gawai Dengan Tingkat Kecemasan Anak. *Journal of Telenursing (JOTING)*, 4, 384–392. <https://doi.org/10.31539/joting.v4i1.2759>
- Mara, K., Adesta, R. O., & Meo, M. Y. (2022). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Perilaku Personal Hygiene Remaja Putri Pada Saat Menstruasi Di Smp Yapenthom 2 Maumere. *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan Masyarakat*, 9(2), 54–65. <https://jkkmfikesunipa.nusanipa.ac.id/index.php/hlj-Unipa/article/viewFile/100/90>

- Mishra, S., Vijay, M., & Tiwari, D. M. (2023). Exploring the menstrual irregularity: A comprehensive study on types and Norms. *International Journal of Applied Research*, 9(11), 01–04. <https://doi.org/10.22271/allresearch.2023.v9.i11a.11335>
- Monica, C., & Herdiman, J. (2023). Hubungan Status Gizi Dengan Usia *Menarche* Pada Siswi Smp Manado Independent School. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 4(4), 6730–6734. <https://doi.org/10.31004/jkt.v4i4.22963>
- Nabilah, S. A., & Amalia, A. A. (2022). Hubungan Dukungan Sosial Orang Tua Dengan Kesiapan Menghadapi *Menarche* Pada Anak Usia Sekolah Di Sdn Baginda 2 Tahun 2022. *Jurnal Ilmu Keperawatan Sebelas April*, 4(2), 1–5.
- Nadila, S. S., & Fajariyah, N. (2023). Faktor-Faktor Yang Berhubungan dengan Tingkat Kecemasan dalam menghadapi *Menarche* pada Siswi di SDI Teladan Al-Hidayah 1 Jakarta Selatan. *MAHESA : Malahayati Health Student Journal*, 3(2), 380–399. <https://doi.org/10.33024/mahesa.v3i2.9419>
- Narsih, U., Widayati, A., & Rohmatin, H. (2021). Dukungan Sosial dan Ketersediaan Informasi Mempengaruhi Kesiapan Remaja Putri dalam Menghadapi *Menarche* The Social Support and Availability of Information Influence The Readiness of Adolescent Girls in Facing *Menarche*. *Jurnal Manajemen Kesehatan Yayasan RS Dr.Soetomo*, 7(2), 359–371.
- Nawaz, G., & Clinic, M. (2020). Amenorrhea Amenorrhea. In *NCBI Bookshelf. A service of the National Library of Medicine, National Institutes of Health*. (Gul Nawaz, p. 5). StatPearls Publishing; <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK482168/?report=printable>
- Novitasari, D., Wijayanti, K., & Lestari, P. (2022). Dukungan keluarga sebagai faktor protektif kecemasan *menarche*: Studi kasus kontrol. *Indonesian Journal of Public Health Nursing*, 10(2), 145–156. <https://doi.org/https://doi.org/10.20473/ijphn.v10i2.2022.145-156>
- Oxianus Sabarua, J., & Mornene, I. (2020). Komunikasi Keluarga dalam Membentuk Karakter Anak. *International Journal of Elementary Education*, 4(1), 83. <https://doi.org/10.23887/ijee.v4i1.24322>
- Paramita, V., Nugrahmi, M. A., & Ernita, L. (2024). Asuhan Kebidanan Komprehensif Pada Ny. “N” Di Praktik Mandiri Bidan Hj Azia Nova Kecamatan Iv Koto Kabupaten Agam Tahun 2024. *Jurnal Penelitian Ilmiah Multidisiplin*, 8(9), 526–533.
- Permatasari, R. D. (2021). Hubungan Antara Dukungan Sosial Keluarga dengan Penerimaan Individu Remaja yang Mengalami *Menarche*. *Jurnal Kebidanan*, 10(2), 93–102. <https://doi.org/10.35874/jib.v10i2.788>
- Pfeifer, J. H., & Allen, N. B. (2022). Puberty initiates cascading relationships between neurodevelopmental, social, and internalizing processes across adolescence. *Biol Psychiatry*, 89(2), 99–108.

<https://doi.org/10.1016/j.biopsycho.2020.09.002>.Puberty

- Pratama, Z., Arifin, A. F., Basri, R. P. L., Hamsah, M., & Nurmadillah, N. M. (2022). Pengaruh Overweight dan Obesitas Terhadap Siklus Menstruasi. *Fakumi Medical Journal: Jurnal Mahasiswa Kedokteran*, 2(5), 306–311. <https://doi.org/10.33096/fmj.v2i5.3>
- Pratiwi, D., Sembiring, E. R. B., & Marlina. (2024). Faktor-faktor Yang berkaitan Dengan Perempuan Remaja Kesiapan Untum Menarche. *Jurnal Kebidanan Dan Keperawatan*, 6(2), 470–477. <https://doi.org/10.35335/jmn.v6i2.4975>
- Purwanto. (2019). Variabel Dalam Pendidikan. *Teknodik*, 10(18), 1–20. <https://doi.org/10.32550/teknodik.v0i0.554>
- Puspitasari, N., & Widyastuti, R. (2023). Menarche dini dan dampaknya terhadap kesehatan mental remaja putri: Studi longitudinal. *Jurnal Kesehatan Mental Indonesia*, 12(2), 112–124. <https://doi.org/https://doi.org/10.31219/osf.io/kj8ht>
- Rahayu, E., Khoiriyah, H., Kebidanan, A., & Buana, W. (2023). Hubungan Status Gizi Dengan Usia Menarche Pada Remaja Putri. *Jurnal Kesehatan Wira Buana*, 14(7), 2541–5387.
- Rahayu, R. (2023). Relationship Between Mother’s Education And Mother’s Support, And Anxiety Levels In Adolescents During Menarche. *Jurnal Kesehatan Mahardika*, 10(1), 60–67. <https://doi.org/10.54867/jkm.v10i1.165>
- Rahmadani, S., & Sulistyowati, E. (2022). Pola asuh ibu bekerja dan kesiapan remaja putri menghadapi menarche. *Jurnal Keluarga Dan Kesehatan*, 15(4), 289–301. <https://doi.org/https://doi.org/10.25311/jkk.v15i4.1245>
- Rahmawati, I., Rahmawati, I., & Safitri, Y. E. (2023). Dominant Aspects of Family Support of Menstrual Attitudes in Adolescent Girls. *Journal Of Health Science And Preventio*, 7(2), 20–21. <https://doi.org/http://doi.org/10.29080/jhsp.v7i1.828> Received
- Sidik, P., & Denok, S. (2021). Metode Penelitian Kuantitatif. In *Pascal Books* (Vol. 3, Issue 1, pp. 1–15). <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.1016/j.bpj.2015.06.056%0A>
- Sofya, A., Novita, N. C., Afgani, M. W., Isnaini, M., Islam, U., Raden, N., & Palembang, F. (2024). Metode Survey : Explanatory Survey dan Cross Sectional dalam Penelitian Kuantitatif Survey Methods : Explanatory Survey and Cross Sectional in Quantitative Research. *Edu Society: Jurnal Pendidikan, Ilmu Sosial, Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(3), 1695–1708.
- Sundry, S. (2024). The Role Of Family Support In Childbirth: Implications For Maternal And Infant Well-Being. *Oshada ;Jurnal Kesehatan*, 1(4), 61–72. <https://doi.org/10.62872/9ep2er27>
- Sutrisno, & Asih, N. W. (2024). Bentuk Dukungan Sosial Orang Tua dalam

- Tumbuh Kembang Anak Berkebutuhan Khusus. *Journal of Gender and Family Studies*, 8585, 1–14. <https://doi.org/10.15575/azzahra.v5i1.33190>
- Tamba, R. M., Maulani, R. G., & Purba, N. H. (2023). Hubungan Pengetahuan Dengan Tingkat Kecemasan Siswa Putri Sekolah Dasar Dalam Menghadapi Menarche Tahun 2023. *NUSRA: Jurnal Penelitian Dan Ilmu Pendidikan*, 4(3), 700–707. <https://doi.org/10.55681/nusra.v4i3.1426>
- Ulfah, F., Agustian, D., Ibrahim, F., & Puspita, A. (2024). Hubungan Dukungan Keluarga dengan Motivasi Kontrol Rutin pada Pasien Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Samuda. *Corona: Jurnal Ilmu Kesehatan Umum, Psikolog, Keperawatan Dan Kebidanan*, 2(3), 304–317. <https://doi.org/10.61132/corona.v2i3.795>
- Utami, D. R. R. B., Wardani, W. A. R., & Yuwita. (2022). Pengetahuan, Sikap Dan Kesiapan Siswi Sekolah Dasar Islam Di Surakarta Dalam Menghadapi Menarche. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah Bengkulu*, 10(1), 1–7. <https://doi.org/10.36085/jkmb.v10i1.3174>
- Vidya, D., & Wiyoko, P. F. (2018). Hubungan Tingkat Pengetahuan dan Sikap Orang Tua tentang Menarche dengan Kecemasan Anak dalam Menghadapi Menarche pada Siswi Kelas IV dan V di Darul Hikmah Krian Sidoarjo <https://ejournal-kertacendekia.id/index.php/nhjk/article/view/36>. *Jurnal Keperawatan*, 6–58.
- Walean, C. J. S., Pali, C., & Sinolungan, J. S. V. (2021). Gambaran Tingkat Kecemasan pada Mahasiswa di Masa Pandemi COVID-19. *Jurnal Biomedik (Jbm)*, 13(2), 132. <https://doi.org/10.35790/jbm.13.2.2021.31765>
- Waryantini, W., & Kania Sundari, D. (2022). Hubungan Dukungan Orang Tua Dengan Tingkat Kecemasan Menghadapi Menarche Awal Pada Remaja Putri. *Healthy Journal*, 11(1), 50–60. <https://doi.org/10.55222/healthyjournal.v11i1.1090>
- WHO. (2023). *WHO recommendations on adolescent sexual and reproductive health and rights*. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240064744>
- WHO. (2024). *Adolescent sexual and reproductive health*. Geneva: World Health Organization.
- wibisono, dr, & Kurniati, alfin. (2020). Pola Asuh Orang Tua Dengan Tingkat Kecemasan Remaja Putri Dalam Menghadapi Menarche. *Jurnal Kesehatan*, 9(1), 72–83. <https://doi.org/10.37048/kesehatan.v9i1.121>
- Widya, A., M. Amin, S., & Neni, N. (2023). Pendekatan Teknik Thought Stopping Dengan Konseling Individual Untuk Mengatasi Kecemasan Bersosialisasi Pada Warga Binaan Baru Di Lapas Perempuan Palembang. *Jurnal At-Taujih*, 3(1), 12–29. <https://doi.org/10.30739/jbkid.v3i1.2058>
- Widya, M., Ningrum, P., Purnomo, W., Airlangga, U., & Java, E. (2020). *Relationship Between Readiness And Anxiety Level In Elementary School*

Students Facing Menarche In Pademawu. 9(December), 95–103.
<https://doi.org/10.20473/jbk.v9i2.2020.95>

Wijaya, M. (2020). Identifying Family Support on Quality of Life of Elderly Females. *International Journal of Nursing and Midwifery Science (IJNMS)*, 4(3), 187–194. <http://ijnms.net/index.php/ijnms>

Yulia, S. H. P. R. (2021). Hubungan Dukungan Ibu Dengan Kesiapan *Menarche* Di SMP N II Sukoharjo. *Wellness And Healty Magazine*, 3(2), 175–181.
<https://doi.org/10.30604/well.168322021>

Yulia Tirtanadi , Desak Made Firsia Sastra Putri, D. G. Y. A. (2023). Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Menstruasi Dengan Tingkat Kecemasan Remaja Awal Putri Dalam Menghadapi *Menarche* Di Sd Saraswati Tabanan. *Jurnal Medika Usada*, 6(1), 39–46.
<https://doi.org/10.54107/medikausada.v6i1.160>

Yuliyani, Y. (2021). Pendidikan kesehatan reproduksi terhadap peningkatan pemeliharaan organ kesehatan reproduksi pada siswa tunagrahita dan autisme. *Jurnal Kebidanan*, 10(1), 69. <https://doi.org/10.26714/jk.10.1.2021.69-74>

Zovanca, R. O., & Wijayanti, A. C. (2021). Hubungan Antara Dukungan Keluarga dengan Kualitas Hidup Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di Surakarta. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 16(3), 182.
<https://doi.org/10.26714/jkmi.16.3.2021.182-188>



Lampiran 1 Jadwal Penelitian

No.	Kegiatan	Mar	Apr	Mei	Jun	Jul	Ags	Sep	Okt	Nov	Des	Jan
1.	Penentuan Tema											
2.	Penyusunan Proposal											
3.	Ujian Proposal											
4.	Uji Etik											
5.	Pengambilan Data Hasil Penelitian											
6.	Penyusunan Hasil Penelitian											
7.	Ujian Hasil Penelitian											

Lampiran 2 Surat Ijin Penelitian di SD Kreatif Muhammadiyah Gombong



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG
LEMBAGA PENELITIAN DAN PENGABDIAN MASYARAKAT
Sekretariat : Jl. Yos Sudarso no. 461 Gombong, Kebumen Telp. (0287)472433
Email: lppm@unimugo.ac.id Web: <http://unimugo.ac.id/>

No : 2072.5/11.3.AU/PN/XII/2025 Gombong, 31 Desember 2025
Hal : Permohonan Ijin
Lampiran : -

Kepada :
Yth. Kepala Sekolah SD Kreatif Muhammadiyah Gombong

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Teriring do'a semoga kita dalam melaksanakan tugas sehari-hari senantiasa mendapat perlindungan dari Allah SWT. Aamiin

Sehubungan dengan akan dilaksanakannya penelitian bagi mahasiswa Keperawatan Program Sarjana Universitas Muhammadiyah Gombong, dengan ini kami mohon kesediaannya untuk memberikan ijin kepada mahasiswa kami:

Nama : Fika Nur Raini
NIM : 202202057
Judul Penelitian : Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kecemasan Siswi Sekolah Dasar dalam menghadapi Menarche di Kecamatan Gombong
Keperluan : Ijin Penelitian

Demikian atas perhatian dan ijin yang diberikan kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr.Wb.

Kepala LPPM
Universitas Muhammadiyah Gombong



[Signature]
Annika Dwi Asti, M.Kep

Lampiran 3 Surat Ijin Penelitian di SD Negeri2 Gombang



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG
LEMBAGA PENELITIAN DAN PENGABDIAN MASYARAKAT
Sekretariat : Jl. Yos Sudarso no. 461 Gombang, Kebumen Telp. (0287)472433
Email: lppm@unimugo.ac.id Web: http://unimugo.ac.id/

No : 2077.5/IL3.AU/PN/I/2026
Hal : Permohonan Ijin
Lampiran : -

Gombang, 02 Januari 2026

Kepada :
Yth. Kepala Sekolah SD Negeri 2 Gombang

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Teriring do'a semoga kita dalam melaksanakan tugas sehari-hari senantiasa mendapat lindungan dari Allah SWT. Aamiin

Sehubungan dengan akan dilaksanakannya penelitian bagi mahasiswa Keperawatan Program Sarjana Universitas Muhammadiyah Gombang, dengan ini kami mohon kesediaannya untuk memberikan ijin kepada mahasiswa kami:

Nama : Fika Nur Raini
NIM : 202202057
Judul Penelitian : Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kecemasan Siswi Sekolah Dasar dalam Menghadapi Menarche di Kecamatan Gombang
Keperluan : Ijin Penelitian

Demikian atas perhatian dan ijin yang diberikan kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr.Wb.

Kepala LPPM
Universitas Muhammadiyah Gombang



Amika Dwi Asti, M.Keper

Lampiran 4 Balasan surat ijin penelitian

**PEMERINTAH KABUPATEN KEBUMEN**
DINAS PENDIDIKAN, KEPEMUDAAN DAN OLAH RAGA
SD NEGERI 2 GOMBONG
TERAKREDITASI "A"
Alamat : Jl.Kawedanan No. 3 Gombong Kode Pos 54411 Telp.(0287) 471810
Email : sdn2gombong.kawedanan3@gmail.com

SURAT PERNYATAAN
Nomor : 800/013/2026

Saya yang bertandatangan dibawah ini :

Nama : MOH CHUSEN, S.Pd.
N I P : 197202141996031002
Jabatan : KEPALA SEKOLAH
Unit Kerja : SD NEGERI 2 GOMBONG

Dengan ini menyatakan bahwa :

Nama : FIKA NUR RAINI
N I M : 202202057
Judul Penelitian : Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kecemasan
Siswi Sekolah Dasar dalam Menghadapi Menarche di
Kecamatan Gombong

telah melakukan penelitian di kelas v& vi SD Negeri 2 Gombong tentang Hubungan
Dukungan Keluarga dengan Kecemasan Siswi Sekolah Dasar dalam Menghadapi
Menarche di Kecamatan Gombong pada hari Senin tanggal 05 Januari 2026.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya untuk dapat
digunakan sebagaimana mestinya.

Gombong, 5 Januari 2026
Kepala Sekolah


**MOH CHUSEN, S.Pd.**
DISPK 10/202141996031002

Lampiran 5 Surat Lolos Uji Etik



KOMISI ETIK PENELITIAN KESEHATAN
HEALTH RESEARCH ETHICS COMMITTEE
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG

eCertificate

KETERANGAN LAYAK ETIK
DESCRIPTION OF ETHICAL
EXEMPTION
"ETHICAL EXEMPTION"

No. Protokol : 11113001629

Nomor : 268.6/II.3.AU/F/KEPK/XII/2025



Peneliti
Researcher

: Fika Nur Raini
Arnika Dwi Asti, S.Kep., Ns., M.Kep

Nama Institusi
Name of The Institution

: KEPK Universitas Muhammadiyah Gombong

"HUBUNGAN DUKUNGAN KELUARGA DENGAN
KECEMASAN SISWI SEKOLAH DASAR DALAM
MENGHADAPI MENARCHE DI KECAMATAN GOMBONG"

"THE RELATIONSHIP BETWEEN FAMILY SUPPORT AND
ANXIETY OF ELEMENTARY SCHOOL STUDENTS IN
FACING MENARCHE IN GOMBONG SUB-DISTRICT"

Dinyatakan layak etik sesuai 7 (tujuh) Standar WHO 2011, yaitu 1) Nilai Sosial, 2) Nilai Ilmiah, 3) Pemerataan Beban dan Manfaat, 4) Risiko, 5) Bujukan/Eksploitasi, 6) Kerahasiaan dan Privacy, dan 7) Persetujuan Setelah Penjelasan, yang merujuk pada Pedoman CIOMS 2016. Hal ini seperti yang ditunjukkan oleh terpenuhinya indikator setiap standar.

Declared to be ethically appropriate in accordance to 7 (seven) WHO 2011 Standards, 1) Social Values, 2) Scientific Values, 3) Equitable Assessment and Benefits, 4) Risks, 5) Persuasion/Exploitation, 6) Confidentiality and Privacy, and 7) Informed Consent, referring to the 2016 CIOMS Guidelines. This is as indicated by the fulfillment of the indicators of each standard.

Pernyataan Laik Etik ini berlaku selama kurun waktu tanggal 29 Desember 2025 sampai dengan tanggal 29 Desember 2026

This declaration of ethics applies during the period December 29, 2025 until December 29, 2026

December 29, 2025
Professor and Chairperson,



Ning Iswati, M.Kep

Lampiran 6 Uji Similarity

	<p>UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG PERPUSTAKAAN Jl. Yos Sudarso No. 461, Telp./Fax. (0287) 472433 GOMBONG, 54412 Website : https://library.unimugo.ac.id/ E-mail : lib.unimugo@gmail.com</p>
---	--

SURAT PERNYATAAN CEK SIMILARITY/PLAGIASI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Sawiji, M.Sc
NIK : 96009
Jabatan : Kepala UPT Perpustakaan, Multimedia, SIM, dan IT

Menyatakan bahwa karya tulis di bawah ini **sudah lolos** uji cek similarity/plagiasi:

Judul : Hubungan dukungan keluarga dengan kecemasan siswi sekolah Dasar dalam menghadapi menarche di kecamatan Gombong

Nama : Fika Nur Raini
NIM : 202202057
Program Studi : Keperawatan Program Sarjana
Hasil Cek : 21%

Gombong, 6 Januari 2026

Pustakawan


(Aulia Rahmahyanti u-15)IP

Mengetahui,

Kepala UPT Perpustakaan, Multimedia, SIM, dan IT


(Sawiji, M.Sc)

PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN

Yang saya hormati,

Bapak/Ibu/Saudara/i Calon Responden

Assalamualaikum, w. w.

Saya yang bertanda tangan di bawah ini mahasiswa Universitas Muhammadiyah Gombong:

Nama : Fika Nur Raini

NIM : 202202057

Program Studi : Keperawatan Program Sarjana

Fakultas : Fakultas Ilmu Kesehatan

Dengan ini saya sebagai peneliti meminta kesediaan dari Bapak/Ibu/Saudara/i untuk menjadi responden dalam penelitian saya tersebut. Sebelum itu saya akan menjelaskan penelitian saya:

1. Penelitian ini berjudul “Hubungan dukungan keluarga dengan kecemasan siswi sekolah dasar dalam menghadapi *menarche* di kecamatan gombong”.
2. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan dukungan keluarga dengan kecemasan siswi sekolah dasar dalam menghadapi *menarche* di kecamatan gombong
3. Berikut ini prosedur yang akan dilakukan selama penelitian:
 - a. Mencatat nama inisial, usia, kelas, asal instansi

- b. Mengisi 2 lembar kuesioner dukungan keluarga yang berisi 20 pertanyaan.
 - c. Mengisi 3 lembar kuesioner kecemasan siswi yang berisi 45 pertanyaan.
4. Semua data yang didapat dari responden akan dijamin kerahasiaannya karena lembar kuesioner hanya diberi kode nomer sebagai pengganti identitas responden.
5. Semua proses penelitian tidak menimbulkan risiko.

Apabila saudara/saudari mengalami hal yang tidak nyaman selama penelitian ini, maka saudara/saudari memiliki hak untuk menghentikan saya dalam meneliti. Peneliti juga menghargai apabila saudara/saudari tidak berpartisipasi dalam penelitian ini.

Melalui penjelasan penelitian tersebut, saya mengharapkan saudara/saudari berpartisipasi menjadi responden dalam penelitian tersebut. Demikian penjelasan dari saya. Terima kasih.
Wassalamualaikum, wr. wb.

Gombong, Desember 2025

Peneliti



Fika Nur Raini

Lampiran 8 Lembar Persetujuan Menjadi Responden

LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN

Kode Responden :

Yang bertanda tangan dibawah ini saya:

Nama :

Umur :

Asal sekolah :

Setelah membaca penjelasan penelitian dan mendapat penjelasan terhadap pertanyaan yang diajukan, saya menyadari bahwa penelitian ini tidak berdampak negatif bagi saya. Saya mengerti bahwa peneliti dapat menghargai dan menjunjung hak-hak saya sebagai responden.

Berkaitan dengan hal tersebut, maka saya menyatakan bersedia untuk berpartisipasi dalam penelitian ini. Persetujuan ini saya tanda tangani dengan penuh kesadaran dan tanpa paksaan dari pihak manapun.

Gombong,2025

Yang membuat pernyataan

Peneliti

(.....)

(Fika Nur Raini)

LEMBAR KUISISIONER

Karakteristik Responden

Nama Inisial :

Usia :

Kelas :

Berikan tanda silang (x) pada jawaban yang anda pilih

1. Apakah anda sudah mengalami menstruasi?

- a. Sudah Sejak :
b. Belum

Kuisisioner Dukungan Keluarga

Petunjuk Pengisian

Sebelum menjawab pertanyaan berikut, kami mohon kesediaan anda untuk membaca terlebih dahulu petunjuk pengisian ini.

1. Bacalah soal dengan cermat dan teliti sebelum menjawab
2. Mengisi seluruh nomor pertanyaan tanpa bantuan orang lain
3. Setiap pertanyaan hanya berlaku untuk satu jawaban
4. Berilah tanda centang (✓) pada kolom yang anda anggap benar
5. Apabila mengalami kesulitan dalam menjawab dapat menanyakan langsung pada peneliti
6. Periksa kembali jawaban anda, diharapkan seluruh pertanyaan sudah dijawab
7. Terima kasih atas kerja sama dan kesediaan anda dalam mengisi kuisisioner

No	Pernyataan	Tidak pernah	Pernah	Sering	Selalu
1.	Keluarga saya menjelaskan kepada saya apa itu menstruasi/haid				
2.	Keluarga saya memberitahu saya tentang perubahan tubuh yang akan terjadi saat <i>menarche</i> (haid pertama)				
3.	Keluarga saya mengajarkan cara menggunakan pembalut dengan benar				
4.	Keluarga saya menjelaskan apa yang harus dilakukan ketika haid tiba-tiba datang				
5.	Keluarga saya memberitahu saya tentang kebersihan diri saat menstruasi				
6.	Keluarga menenangkan saya ketika saya merasa cemas tentang haid pertama				
7.	Keluarga saya mengatakan bahwa haid adalah hal yang wajar dan normal				
8.	Keluarga saya mendengarkan keluhan atau pertanyaan saya tentang menstruasi				
9.	Keluarga saya membuat saya merasa aman dan nyaman untuk bertanya tentang menstruasi				
10.	Keluarga saya memberikan perhatian khusus saat saya mengalami sakit perut				
11.	Keluarga saya menyediakan pembalut untuk saya gunakan				
12.	Keluarga saya menyiapkan perlengkapan kebersihan diri (sabun, celana dalam cadangan)				

13.	Keluarga saya membantu saya membersihkan diri dengan benar saat menstruasi				
14.	Keluarga mengizinkan saya untuk istirahat ketika merasa tidak enak badan saat hais				
15.	Keluarga saya menyiapkan makanan bergizi saat saya menstruasi				
16.	Keluarga saya mengatakan bahwa saya sudah dewasa ketika mengalami haid pertama				
17.	Keluarga saya bangga karena saya bisa menjaga kebersihan diri saat menstruasi				
18.	Keluarga saya memuji saya ketika saya tidak takut menghadapi menstruasi				
19.	Keluarga saya mendorong saya untuk tetap beraktivitas normal meskipun sedng haid				
20.	Keluarga saya memberitahu bahwa pengalaman menghadapu haid adalah hal yang positif				

KUISISIONER KECEMASAN
SPENCE CHILDREN'S ANXIETY SCALE
(SCAS)

Tanda -tanda yang di rasakan.

No	Aspek	Tidak pernah	Pernah	Sering	Selalu
1.	Saya khawatir terhadap sesuatu				
2.	Saya takut gelap				
3.	Ketika saya ada masalah, ada perasaan di pencernaan saya				
4.	Saya merasa takut				
5.	Saya takut pulang kerumah sendirian				
6.	Saya merasa takut ketika harus mengikuti tes				
7.	Saya merasa takut jika harus menggunakan kamar mandi umum				
8.	Saya khawatir jika jauh dari orang tua saya				
9.	Saya merasa takut jika membuat hal bodoh di depan umum				
10.	Saya khawatir jika tidak bisa melakukan tugas sekolah dengan baik				
11.	Saya terkenal di antara murid lain seusia saya				
12.	Saya khawatir terhadap sesuatu yang buruk akan terjadi pada keluarga saya				
13.	Saya tiba-tiba tidak dapat bernafasi tanpa alasan apapun				

14.	Saya harus selalu mengecek sesuatu untuk memastikan benar sudah dikerjakan				
15.	Saya takut tidur sendiri				
16.	Saya sulit kesekolah pagi hari karena gugub atau takut				
17.	Saya bagus dalam berolah raga				
18.	Saya takut anjing				
19.	Saya tidak boleh terlihat jelek atau konyol				
20.	Ketika saya ada masalah, jantung saya berdetak lebih cepat				
21.	Saya tiba-tiba bergetar atau gemetar tanpa alasan apapun				
22.	Saya khawatir sesuatu yang buruk akan terjadi pada saya				
23.	Saya takut pergi ke dokter atau ke dokter gigi				
24.	Ketika saya ada masalah, saya merasa gemetar				
25.	Saya takut berada di tempat yang tinggi				
26.	Saya orang baik				
27.	Saya harus berpikir nasehat-nasehat yang baik untuk mencegah sesuatu yang buruk				
28.	Saya takut melakukan perjalanan dengan mobil, bus, ataupun kereta api				
29.	Saya khawatir tanggapan orang lain terhadap saya				

30.	Saya takut keramaian (seperti mall,bioskop,dll)				
31.	Saya merasa senang				
32.	Semua yang saya takutkan tiba-tiba ternyata tidak ada alasan apapun				
33.	Saya takut serangga atau laba-laba				
34.	Saya tiba-tiba menjadi pusing dan lemah tanpa alasan apapun				
35.	Saya takut jika harus berbicara di depan kelas				
36.	Jantung saya berdenyut kencang tanpa penyebab apapun				
37.	Saya khawatir jika saya tiba-tiba merasa takut tanpa ada alasan apapun				
38.	Saya suka diri saya sendiri				
39.	Saya takut di tempat kecil dan sempit seperti di terowongan atau kamar kecil				
40.	Saya harus melakukan sesuatu berulang-ulang				
41.	Saya diikuti oleh perasaan bodoh atau buruk atau gambaran jelek dalam pikiran saya				
42.	Saya harus melakukan sesuatu yang benar untuk menghentikan hal buruk yang sedang terjadi				
43.	Saya bangga terhadap tugas sekolah saya				
44.	Saya akan merasa takut jika saya harus berada jauh dari rumah ketika malam hari				

Lampiran 11 Hasil Analisis Data

Hasil Analisis Data

Umur

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	9	3	2.5	2.5	2.5
	10	28	23.1	23.1	25.6
	11	73	60.3	60.3	86.0
	12	17	14.0	14.0	100.0
	Total	121	100.0	100.0	

Kelas

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	5	50	41.3	41.3	41.3
	6	71	58.7	58.7	100.0
	Total	121	100.0	100.0	

Asal Sekolah

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	SD Kreatif Muhammadiyah Gombong	71	58.7	58.7	58.7
	SD Negeri 2 Gombong	50	41.3	41.3	100.0
	Total	121	100.0	100.0	

Status Menstruasi

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sudah	45	37.2	37.2	37.2
	Belum	76	62.8	62.8	100.0
	Total	121	100.0	100.0	

Kecemasan Siswi Sudah Menarche

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	18	14.9	14.9	14.9
	Sedang	38	31.4	31.4	46.3
	Berat	18	14.9	14.9	61.2
	Total	74	61.2	100.0	

Kecemasan Siswi Belum Menarche

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	26	21.5	55.3	55.3
	Sedang	17	14.0	36.2	91.5
	Berat	4	3.3	8.5	100.0
	Total	47	38.8	100.0	

Analisa Univariate

Dukungan Keluarga

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	39	32.2	32.2	32.2
	Sedang	42	34.7	34.7	66.9
	Tinggi	40	33.1	33.1	100.0
	Total	121	100.0	100.0	

Kecemasan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Ringan	46	38.0	38.0	38.0
	Sedang	36	29.8	29.8	67.8
	Berat	39	32.2	32.2	100.0
	Total	121	100.0	100.0	

Analisa Bivariate

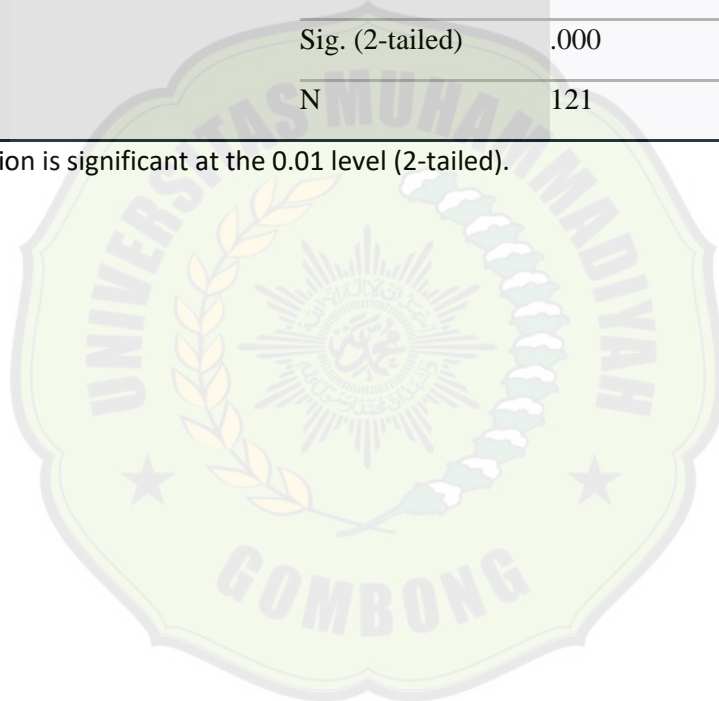
Dukungan Keluarga * Kecemasan Crosstabulation

		Kecemasan				
			Ringan	Sedang	Berat	Total
Dukungan Keluarga	Rendah	Count	7	9	23	39
		% of Total	5.8%	7.4%	19.0%	32.2%
	Sedang	Count	16	16	10	42
		% of Total	13.2%	13.2%	8.3%	34.7%
	Tinggi	Count	23	11	6	40
		% of Total	19.0%	9.1%	5.0%	33.1%
Total	Count	46	36	39	121	
	% of Total	38.0%	29.8%	32.2%	100.0%	

Correlations

			Dukungan Keluarga	Kecemasan
Spearman's rho	Dukungan Keluarga	Correlation Coefficient	1.000	-.401**
		Sig. (2-tailed)	.	.000
		N	121	121
	Kecemasan	Correlation Coefficient	-.401**	1.000
		Sig. (2-tailed)	.000	.
		N	121	121

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).



Lampiran 12 Lembar Bimbingan



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PRODI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA
 Jl. Yos Sudarso No. 461, Telp. Fax. (0287) 472433, Gombong 54412

Nama Mahasiswa : Fika Nur Raini
 NIM : 202202057
 Pembimbing : Ns. Arnika Dwi Asti, M.Kep

Tanggal Bimbingan	Topik /Materi Bimbingan	Paraf Pembimbing
24 April 2025	Konsul Judul	
26 Mei 2025	Konsul BAB 1 dan BAB 2 (penulisan, Referensi, Koreksi Penulisan sitasi & Penambahan Materi)	
11 Juni 2025	Penandatanganan surat izin studi pendahuluan	
22 Juli 2025	Mencari instrumen baku	
24 Juli 2025	Konsul dan Perbaiki penulisan sitasi, kerangka teori, Perbaiki penulisan table, penulisan daftar pustaka	
12 Agustus 2025	Konsul dan perbaiki Penulisan tabel ,Daftar pustaka	
20 Agustus 2025	Uji turnitin	
28 Agustus 2025	Acc proposal	
31 oktober 2025	Konsul revisi judul proposal	
07 November 2025	Konsul revisi (bab 1 latar belakang & bab 3 kuisisioner, dll)	
9 Desember 2025	Pengajuan Uji Etik	
5 Januari 2025	Bimbingan BAB 4, 5	
	Uji turnitin	
6 Januari 2026	ACC Skripsi	

Mengetahui,
 Ketua Program Studi Keperawatan Program Sarjana



(Ns. Cahyu Septiwi M.Kep., Sp.Kep. MB., Ph.D)

Universitas Muhammadiyah Gombong