

**HUBUNGAN KESIAPAN DIRI DENGAN TINGKAT KECEMASAN
DALAM MENGHADAPI *MENARCHE* PADA SISWI SEKOLAH DASAR
DI WILAYAH DONOHARJO**

Raihan Afifah¹, Rizqi Wahyu²
Email : raihanafifah3@gmail.com

INTISARI

Latar Belakang: Anak memandang *menarche* adalah hal yang menakutkan karena *menarche* akan menimbulkan ketidaknyamanan. *Menarche* adalah menstruasi pertama yang biasa terjadi umur 10 - 16 tahun. Salah satu faktor risiko psikologis *menarche* yaitu kesiapan, karena ketidaksiapan menimbulkan perasaan cemas.

Tujuan: Mengetahui hubungan tingkat kesiapan diri dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi *menarche* pada pada siswi Sekolah Dasar di wilayah Donoharjo.

Metode : Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain *cross-sectional*. Teknik sampling menggunakan *simple random sampling* sebesar 71 responden. Dan menggunakan uji *Gamma*.

Hasil: Mayoritas responden berusia 10 tahun (50,7%), mayoritas siswi yang tinggal bersama orangtua sebanyak (91,5%), mayoritas responden (70,4%) belum mendapatkan pendidikan menstruasi . Nilai *r* sebesar 0,692 sedangkan nilai signifikasinya sebesar 0,030 lebih kecil dari $p = \leq 0,05$.

Kesimpulan: Terdapat hubungan yang signifikan dan kuat antara hubungan kesiapan diri dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi *menarche* . Hal ini dapat dikatakan apabila kesiapan yang dimiliki baik, maka responden tidak akan cemas dalam menghadapi *menarche*.

Kata kunci : Kesiapan diri, Tingkat Kecemasan, Menarche

-
1. Mahasiswa Kesehatan Studi Keperawatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta
 2. Dosen Program Studi Keperawatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

**THE ASSOCIATION BETWEEN SELF-READINESS AND ANXIETY
LEVELS IN DEALING WITH MENARCHE IN ELEMENTARY SCHOOL
STUDENTS IN THE DONOHARJO AREA**

Raihan Afifah¹, Rizqi Wahyu²
Email : raihanafifah3@gmail.com

ABSTRACT

Background: *Children view menarche as scary because menarche will cause discomfort. Menarche is the first menstruation that usually occurs between the ages of 10 and 16 years. One of the psychological risk factors for menarche is readiness, because unpreparedness causes feelings of anxiety.*

Purpose: *To know the relationship between the level of self-readiness and the level of anxiety in dealing with menarche in elementary school students in the Donoharjo area.*

Method: *This study is a quantitative research with a cross-sectional design. The sampling technique used simple random sampling of 71 respondents. And using the Gamma test.*

Result: *The majority of respondents are 10 years old (50.7%), the majority of students who live with their parents (91.5%), the majority of respondents (70.4%) have not received menstrual education. The value of r is 0.692 while the significance value of 0.030 is smaller than $p = \leq 0.05$.*

Conclusion: *There is a perfect and strong association between the association of self-preparedness and the level of anxiety in the face of menarche. This can be said if the readiness is good, then the respondents will not be anxious in facing menarche.*

Keyword : *Self-readiness, Axiety levels, Menarche*

-
1. *Health Student of Nursing Studies, Jenderal Achmad Yani University, Yogyakarta*
 2. *Lecturer of the Nursing Study Program, Jenderal Achmad Yani University, Yogyakarta*