

HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN DENGAN KEJADIAN DISMINOREA PADA REMAJA PUTRI

THE RELATIONSHIP BETWEEN ANXIETY LEVELS AND THE INCIDENCE OF DYSMINORRHEA IN ADOLESCENT GIRLS

¹Rizky Fitri Andini, ²Ikha Prastiwi, ³Farisa Fabia Putri, ⁴Dewi Agustin, ⁵Rina Astuti

Prodi DIII Kebidanan STIKes Bhakti Husada Cikarang

*Corresponden Email : fitriandini21@gmail.com.

Abstrak

Latar Belakang: Masalah yang sering dialami oleh remaja putri pada saat remaja adalah masalah disminorea atau nyeri pada saat mensturasi. Salah satu penyebab pencetus kejadian disminorea dikarenakan faktor psikologis seperti kecemasan. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan tingkat kecemasan dengan kejadian disminorea pada remaja putri di SMPN 3 Cibitung Bekasi Tahun 2024. **Metode:** metode penelitian adalah penelitian kuantitatif dengan pendekatan cross sectional, populasi dalam penelitian ini adalah remaja putri kelas VIII di SMPN 3 Cibitung yang sudah menstruasi. Teknik pengambilan sampel adalah total sampling dengan jumlah responden sebanyak 34 siswa. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner dan analisa data menggunakan analisa univariat dan bivariate. **Hasil:** diketahui bahwa sebagian besar remaja putri memiliki kecemasan ringan saat menstruasi sebanyak 18 responden (52.9%) dan Sebagian besar juga mengalami disminore berat sebanyak 18 responden (52.9%). Setelah dilakukan uji statistik Chi-Square didapatkan hasil $p < \alpha$ (0,001) sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan Tingkat Kecemasan Remaja Putri Saat Menstruasi dengan Kejadian Disminorea di SMPN 3 Cibitung tahun 2024. Diharapkan para guru dapat bekerjasama dengan Puskesmas terdekat untuk memberikan penyuluhan ataupun pendidikan kesehatan terkait dismenorea dengan melibatkan keluarga.

Kata Kunci : Disminorea, Tingkat Kecemasan, Remaja

Abstract

Background: A common problem experienced by young women during adolescence is dysmenorrhea or pain during menstruation. One of the triggering causes of dysmenorrhea is due to psychological factors such as anxiety. The purpose of this study was to determine the relationship between anxiety levels and the incidence of dysmenorrhea in young women at SMPN 3 Cibitung Bekasi in 2024. **Method:** The research method is quantitative research with a cross-sectional approach, the population in this study were eighth-grade female adolescents at SMPN 3 Cibitung who had menstruated. The sampling technique was probability sampling with cluster sampling technique with a total of 34 respondents. The research instrument used a questionnaire and data analysis used univariate and bivariate analysis. **Results:** it is known that the majority of female adolescents have mild anxiety during menstruation, as many as 18 respondents (52.9%) and the majority also experience severe dysmenorrhea, as many as 18 respondents (52.9%).. After conducting the Chi-Square statistical test, the results obtained were $p < \alpha$ (0.036) so it can be concluded that there is a relationship between the level of anxiety of adolescent girls during menstruation and the incidence of dysmenorrhea at SMPN 3 Cibitung in 2024. It is hoped that teachers can collaborate with the nearest Community Health Center to provide counseling or health education related to dysmenorrhea by involving families.

Keywords: Dysminorrhoea, Anxiety Level, Adolescents

Pendahuluan

Masa remaja merupakan periode transisi dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa yang ditandai dengan perubahan fisik, psikologis, dan sosial yang signifikan (Batubara, 2010)

Salah satu perubahan penting pada masa ini adalah menarche atau menstruasi pertama pada remaja putri. Menstruasi kerap kali disertai dengan rasa tidak nyaman seperti nyeri perut atau yang dikenal sebagai dismenore. (Meinawati & Malatuzzulfa, 2021)

Usia menarche biasanya terjadi pada remaja putri yang berumur 12 hingga 13 tahun dalam rentang umur 10 hingga 16 tahun. Nyeri haid merupakan suatu keluhan ginekologi yang paling umum terjadi pada wanita, terutama remaja putri dan ditandai dengan nyeri, kram, dan sakit punggung yang terjadi selama menstruasi (Melva Manurung; Marenta Manurung, 2019).

Bagi remaja putri yang secara emosional belum stabil, kecemasan yang dialami saat menstruasi dapat menjadi masalah serius dan mempengaruhi kondisi psikologis mereka. Salah satu faktor yang diduga berkontribusi terhadap kejadian dismenore adalah kecemasan. Kecemasan dapat menurunkan ambang nyeri sehingga memperberat rasa sakit yang dirasakan saat menstruasi dan Kecemasan ini dapat menyebabkan mereka sulit berkonsentrasi, mudah tersinggung, dan mengalami gangguan mood secara signifikan (Rinda Lamdayani, Rini Anggeriani, 2023)

Gejala gangguan kecemasan dapat berupa masalah fisik (somatik) seperti ketidaknyamanan gastrointestinal atau nyeri haid, dan dapat terjadi pada diri sendiri ataupun bersamaan dari beberapa gejala lainnya dan dari masalah emosional lainnya (Setiyani et al., 2023)

Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), kram menstruasi sangat umum terjadi di seluruh dunia. Angka kejadian dismenore adalah 1.769.425 (90%), dimana 10-15% di antaranya mengalami

dismenore tinggi. Umumnya lebih dari 50% semua negara wanita akan mendapatkan dismenore. Di Amerika Serikat diperkirakan kejadian dismenore sebanyak 45-90%. Pada remaja kejadian dismenore bisa dilaporkan sebanyak 92%. Sementara di Indonesia, sekitar 55% wanita produktif menderita dismenore. Dismenore dapat membuat remaja tidak masuk sekolah (Saud Nur Hayati, 2022)

Berdasarkan klasifikasi tersebut peneliti memfokuskan penelitian ini pada dysmenorrhea primer. Selain itu ditunjang juga oleh data di Indonesia, dysmenorrhea yang banyak terjadi adalah dysmenorrhea primer, prevalensi dysmenorrhea di Indonesia sebanyak 64,25% yang terdiri dari 54,89% dysmenorrhea primer dan 9,36% merupakan dysmenorrhea sekunder (Ningsih & Rahmah, 2013)

Prevalensi dismenore di Indonesia sebesar 107.673 jiwa (64,25%), yang terdiri dari 59.671 jiwa (54,89%) mengalami dismenore primer dan 9.496 jiwa (9,36%) mengalami dismenore sekunder. Di Indonesia angka kejadian dismenore berkisar 55%, di Jawa Tengah mencapai 56%, dan di Jawa Barat sebanyak 54,9% remaja mengalami dismenore (Salsabila Hanina, 2022)

Berbagai penelitian telah dilakukan untuk mengkaji hubungan antara kecemasan dan dismenore pada remaja putri. Sebuah studi yang dilakukan oleh M. Khusnil pada siswi SMP menunjukkan adanya hubungan antara kecemasan dengan kejadian dismenore. Hasil penelitian tersebut menyimpulkan bahwa sebanyak 55,6% responden mengalami tingkat kecemasan ringan dan 42,2% mengalami dismenore dengan derajat nyeri ringan (Lamdayani et al., 2023).

Hasil penelitian (Dewi Sawitri, 2024) menunjukkan remaja putri yang berusia di bawah 16 tahun merupakan mayoritas yaitu sebanyak 56,2%, 82 (59,9%) memiliki tingkat pengetahuan rendah, 37 (27,0%) mengalami kecemasan berat, dan mengalami dismenore berat 62 responden (45,3%). Hasil uji korelasi rank spearman menunjukkan adanya hubungan antara tingkat kecemasan dengan kejadian dismenore (p value $0,000 < 0,05$).

Dismenore cenderung terjadi lebih sering dan lebih hebat pada gadis remaja yang mengalami stress, kegelisahan, ketegangan dan kecemasan. Rasa nyeri

dismenore memberikan dampak negatif pada kualitas hidup penderita serta status ekonomi diri sendiri penderita dan keluarganya, terganggu aktivitas sehari-hari, ketinggalan mata pelajaran atau kuliah, endometrosis, gangguan psikologis. (Luli, 2020)

Dismenore yang tidak segera diobati dapat menyebabkan kondisi patologis, meningkatkan mortalitas, dan mempengaruhi kesuburan. Kemudian dismenore juga bisa menimbulkan kecemasan, ketidaknyamanan dan perasaan sensitif pada remaja putri. Akibat dismenore yang tidak segera di tangani bisa membuat remaja putri menjadi kurang semangat dalam pembelajaran di sekolah, susah tidur, gangguan aktivitas dan stres. (Momma et al., 2022)

Salah satu upaya yang telah dilakukan oleh pemerintah adalah membentuk program PKPR (Pelayanan Kesehatan Peduli Remaja) yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan remaja tentang kesehatan reproduksi dan perilaku hidup sehat, serta memberikan pelayanan kesehatan yang berkualitas kepada remaja (Shelly Sagita, Fika Minata, Rizki Amalia, 2023)

Layanan PKR tersebut memiliki pendekatan yang komprehensif berupa promotif dan preventif melalui pembekalan kesehatan dan peningkatan keterampilan psikososial dengan pendidikan keterampilan hidup sehat (PKHS), pembinaan konselor sebaya dan skrining kesehatan remaja, serta upaya kuratif dan rehabilitatif melalui penerapan manajemen terpadu pelayanan kesehatan peduli remaja (Shelly Sagita, Fika Minata, Rizki Amalia, 2023). Program ini diharapkan dapat membantu remaja putri dalam mengatasi masalah kesehatan, termasuk dismenorea dan kecemasan yang dialami saat menstruasi dan bagaimana

Alasan rendahnya jumlah Perempuan yang mendatangi dokter untuk dismenore Adalah informasi yang terbentuk dari lingkungan sekitarnya, dengan demikian peran keluarga sangat dibutuhkan dalam

memberikan Pendidikan yang tepat. Pengetahuan terhadap kejadian dismenore sangat membantu dalam pencegahan dismenore. Remaja putri yang mengetahui tentang Informasi yang benar terhadap kejadian dismenore maka akan dapat mencegah dismenore. Tetapi apabila remaja tidak mengetahui informasi tentang kejadian dismenore maka akan mengalami kecemasan dan stress yang berlebihan terkait dismenore (Jusni, Akhmad rivandi,Erniawati, Lili Andriani, 2020)

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara tingkat kecemasan saat menstruasi dengan kejadian dismenorhea pada remaja putri di SMPN 3 Cibitung. Secara khusus, penelitian ini juga akan mengetahui distribusi frekuensi tingkat kecemasan dan kejadian dismenorhea pada remaja putri di SMPN 3 Cibitung, serta menganalisis hubungan antara kedua variabel tersebut.

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi yang bermanfaat tentang hubungan antara tingkat kecemasan dan dismenore pada remaja putri. Hasil penelitian ini dapat menjadi dasar untuk pengembangan program atau intervensi yang bertujuan untuk mengatasi masalah dismenore dan kecemasan pada remaja putri, sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup dan kesehatan mereka. Selain itu, penelitian ini juga dapat menjadi acuan untuk penelitian lebih lanjut terkait topik yang sama dan berkontribusi dalam pengembangan ilmu pengetahuan di bidang kesehatan reproduksi remaja.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di SMPN 3 Cibitung, ditemukan bahwa dari 34 remaja putri, sebanyak 24 di antaranya mengalami kecemasan saat menstruasi disertai dengan dismenore. Hal ini tentunya dapat mengganggu aktivitas belajar dan kesehatan remaja putri tersebut. Beberapa faktor yang disebabkan dapat memicu kondisi ini antara lain kesulitan mengingat, kurang berkonsentrasi, kelelahan, perasaan lemas dan lesu, serta dapat menyebabkan bertambahnya nyeri saat haid hingga tidak mampu hadir ke sekolah. maka perlu dilakukan upaya untuk mengatasi masalah ini

Berdasarkan latar belakang diatas, maka peneliti tertarik untuk mengetahui apakah ada hubungan antara tingkat kecemasan dengan kejadian dismenorea pada remaja putri di SMPN 3 Cibitung.

Metode

Metodologi dalam penelitian ini yang digunakan adalah kualitatif, dengan pendekatan cross sectional. Subjek dalam penelitian ini adalah remaja putri di SMPN 3 Cibitung Kabupaten Bekasi, populasi dalam penelitian ini adalah remaja putri kelas VIII di SMPN 3 Cibitung yang sudah menstruasi. Teknik pengambilan sampel adalah total sampling yaitu teknik pengambilan sampel dimana populasi kurang dari 100 dan kemudian diambil secara keseluruhan dari jumlah populasi, maka jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 34 siswa. Penelitian ini dilaksanakan pada 13 Februari tahun 2024.

Penelitian ini melibatkan 2 variabel yaitu (Independen) atau variable bebas yakni tingkat kecemasan dan untuk variable (dependen) atau variabel terikatnya yaitu kejadian disminorea. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner, kuesioner tingkat kecemasan menggunakan kuesioner skala

HARS (*Hamilton Anxiety Rating Scale*) dan kuesioner kejadian disminorea menggunakan kuesioner skala NRS (*Numeric Rating Scale*).

Metode statistic yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan analisis univariat dan analisis bivariate, dimana analisis univariat bertujuan guna melihat distribusi frekuensi dari setiap variable, sedangkan analisis bivariate digunakan untuk melihat adanya suatu hubungan antara variable satu dengan variable yang lainnya, analisis bivariate yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan uji statistic untuk menganalisis adanya hubungan antara tingkat kecemasan dengan kejadian disminorea pada remaja putri di SMPN 3 Cibitung tahun 2024

Hasil

Berikut ini adalah distribusi frekuensi tingkat kecemasan dengan kejadian disminorea pada remaja putri di SMPN 3 Cibitung tahun 2024

Tabel 1.

Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan Pada Remaja Putri di SMPN 3 Cibitung Tahun 2024

Tingkat Kecemasan	Jumlah (n)	Persentase %
Ringan	18	52.9 %
Berat	16	47.1 %
Total	34	100

Berdasarkan tabel 1 dari 34 responden diketahui bahwa responden dengan kecemasan ringan saat menstruasi sebanyak 18 responden (52.9 %) sedangkan responden dengan kecemasan berat saat menstruasi sebanyak 16 responden (47.1 %).

Tabel 2.

Distribusi frekuensi Kejadian Disminorea Pada Remaja Putri di SMPN 3 Cibitung Tahun 2024

Disminorea	Jumlah (n)	Persentase %
Ringan	16	47.1 %
Berat	18	52.9 %
Total	34	100

Berdasarkan tabel 2 dari 34 responden diketahui bahwa sebagian besar responden mengalami disminorea berat yaitu 18 responden (52.9 %) sedangkan yang mengalami disminore ringan yaitu 16 responden (52.9 %)

Tabel 3.
Hubungan Tingkat Kecemasan Saat Menstruasi dengan Kejadian Disminorea
Pada Remaja Putri di SMPN 3 Cibitung Tahun 2024

Tingkat Kecemasan	Kejadian Disminorea						<i>P-value</i>
	Ringan		Berat		Total		
	N	%	N	%	N	%	
Ringan	3	16,7	15	83,3	18	100	0,001
Berat	13	81,3	3	18.8	16	100	
Total	16	52,9	18	47,1	34	100	

Tabel 3 berdasarkan hasil uji statistik chi square menunjukkan bahwa dari 34 responden yang memiliki kecemasan ringan saat menstruasi mengalami disminore ringan sebanyak 3 responden (16,7%) dan remaja putri dengan kecemasan ringan yang mengalami disminore berat saat menstruasi sebanyak 15 responden (83,3%). Sedangkan remaja putri dengan kecemasan berat yang mengalami disminore ringan saat menstruasi sebanyak 13 responden (81,3%) dan remaja putri dengan kecemasan berat yang mengalami disminore berat saat menstruasi sebanyak 3 responden (18,8%). Untuk nilai p yaitu 0,001 Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan tingkat kecemasan dengan kejadian disminorea pada remaja putri di SMPN 3 Cibitung

Pembahasan

Dari hasil penelitian diketahui bahwa sebagian besar responden mengalami dismenore sebanyak 21 (61,8%), Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Mivandha & Follona, 2023) yang menunjukkan hasil bahwa yang mengalami kejadian dismenore sebanyak 58 orang (55,2%) Berdasarkan literature review ini menjelaskan bahwa ada hubungan tingkat kecemasan dengan kejadian disminorea.

Wanita sering mengalami ketidaknyamanan di perut bagian bawah pada saat dan sebelum menstruasi. Namun, jika rasa tidak nyaman itu menjadi terlalu mengganggu, dia harus meninggalkan pekerjaannya dan mencari pengobatan nyeri haid atau dismenorea. Dua jenis dismenorea adalah

dismenorea primer dan sekunder. Yang pertama disebabkan oleh kondisi ginekologi, sedangkan yang kedua disebabkan oleh kondisi ginekologi (Ian Intani et al., 2023)

Remaja perempuan mengalami dampak dismenore, yaitu banyak remaja perempuan yang merasa terbatas dalam melakukan aktivitas belajar di sekolah. Akibatnya, mereka menjadi tidak bersemangat, sulit berkonsentrasi saat belajar, sulit menerima atau mencerna materi yang disampaikan oleh guru mereka, dan bahkan terkadang mereka gagal pergi ke sekolah. (Sukmiati et al., 2014)

Tingkat kecemasan pada remaja putri sebanyak, 10 atau (29,4%) yang tidak cemas dan yang cemas sebanyak 24 (70,6%). Kecemasan adalah kondisi psikologis di mana seseorang

mengalami perasaan takut dan khawatir tentang sesuatu yang belum pasti akan terjadi (Amalia & Abdilah, 2023). Usia muda dapat menyebabkan kecemasan pada remaja perempuan karena mereka belum siap dengan perubahan yang akan terjadi (Ian Ismi Antika Putri, et al., 2021).

Hal ini sejalan dengan penelitian (Suyanti et al., 2022) menunjukkan bahwa kurang dari setengah dari siswi kelas VII MTS Negeri 7 Sumedang memiliki tingkat kecemasan yang sama dengan dismenore. Jumlah siswi yang tidak cemas adalah 5 (19,2%), yang memiliki kecemasan ringan adalah 4 (15,3%), yang memiliki kecemasan sedang adalah 9 (34,6%), dan yang memiliki kecemasan berat adalah 8 (30,7%).

Kecemasan yang dialami remaja putri saat disminore akan berdampak buruk terhadap kondisi kesehatan. Hasil penelitian ini menunjukan hasil bahwa, adanya hubungan antara pengetahuan dengan kecemasan menghadapi disminore primer. Remaja putri yang memiliki pengetahuan kurang, akan cenderung mengabaikan kesehatan dirinya dan dapat menunjukan sikap kurang tepat dalam menanggulangi disminore primer (Dewi et al., 2021). Kecemasan yang dialami oleh remaja putri disebabkan oleh beberapa faktor. Faktor yang paling mempengaruhi kecemasan remaja putri saat mengalami disminore, seperti lingkungan, psikologi, Pendidikan seks dan pengetahuan kecemasan terhadap disminore primer. Sebaliknya apabila remaja putri memiliki pengetahuan yang baik akan lebih mudah memahami menunjukan sikap yang

baik, sehingga kecemasan dalam menghadapi disminore primer dapat ditanggulangi dengan baik (R Tri Rahyuning Lestari, Gilang Rahmatulloh, 2023)

Karena emosi remaja yang tidak stabil, masa remaja dianggap sebagai masa ketidakseimbangan emosional yang ekstrim. Mereka mudah merasa bahagia tetapi kemudian merasa sedih. Remaja lebih rentan mengalami stress mayor, terutama mereka yang berusia antara 12-15 tahun. Tidak seperti remaja laki-laki, remaja putri yang beranjak dewasa mungkin mengalami mood depresif. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa faktor lingkungan dan hormon berperan dalam perubahan mood remaja. Hal ini disebabkan oleh perkembangan fisik yang pesat saat remaja, yang berdampak pada emosi mereka. Karena remaja sering berada di lingkungan yang tidak aman, pembentukan emosi mereka dipengaruhi oleh lingkungan mereka. (Ian Ismi Antika Putri, et al., 2021).

Berdasarkan hasil uji statistic chisquare didapatkan nilai $P=$ dan nilai α dengan demikian nilai $P= 0,02 > \alpha 0,05$ Dapat disimpulkan H_0 ditolak atau adanya Hubungan Tingkat Kecemasan Saat Menstruasi Dengan Kejadian Disminore ada Remaja Putri di SMPN 3 Cibitung dengan Hasil OR 15.200. Menstruasi atau haid adalah Pengeluaran darah dari uterus yang disertai serpihan selaput dinding uterus pada wanita dewasa yang terjadi secara teratur disebut menstruasi (Ian Intani et al., 2023).

Hal ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Sukmiati et al., 2014) Hasil analisis univariat menunjukkan responden

yang mengalami kecemasan sebanyak 37 (55,2%), kejadian dysmenorrhea sebanyak 52 (77,6%), tidak dysmenorrhea 15 (22,4%). Hasil uji statistik chi square didapatkan ($p=0,005$; $OR= 7,556$ (1.885-30.279) CI 95%). Hasil tersebut menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara kecemasan remaja putri dengan kejadian dysmenorrhea

Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Yunita Ananda (2019) di SMP Negeri 1 Subang menemukan bahwa ada hubungan antara pengetahuan dan tingkat kecemasan remaja. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan yang cukup, yaitu 15 (48,4%), dan sebagian besar mengalami kecemasan yang sedang, yaitu 16 (51,6%). Nilai uji p sebesar (0,003) dengan keeratan hubungan sedang (0,494) ditemukan dari hasil uji chi square dengan $\alpha = 0.05$. (Lamdayani et al., 2023)

Berdasarkan fenomena Tingkat kecemasan dengan kejadian dismenore pada remaja di SMP Negeri 3 Cibitung Hasil uji statistic chisquare didapatkan nilai $P=$ dan nilai α dengan demikian nilai $P= 0,02 > \alpha 0,05$ Dapat disimpulkan H_0 ditolak atau adanya Hubungan Tingkat Kecemasan Saat Menstruasi Dengan Kejadian Dismenore ada Remaja Putri di SMPN 3 Cibitung. Dan didapatkan nilai $OR = 15.200$ (2.423-95.338) dapat disimpulkan bahwa Tingkat kecemasan memberikan proteksi terhadap dismenore. Peneliti juga memberikan saran kepada pihak sekolah untuk bekerja sama dengan tenaga kesehatan memberikan edukasi mengenai

tingkat kecemasan agar siswa dan siswi terutama siswi dapat mengelola kecemasannya dengan benar sehingga tidak berefek samping pada Kesehatan reproduksinya

Kesimpulan Dan Saran

Berdasarkan hasil penelitian terhadap 34 responden di SMPN 3 Cibitung Tahun 2024, diketahui bahwa sebagian besar remaja putri memiliki kecemasan ringan saat menstruasi sebanyak 18 responden (52,9%) dan Sebagian besar juga mengalami disminore berat sebanyak 18 responden (52.9%). Hasil uji statistik gamma menunjukkan nilai $p\text{-value} = 0,001$ ($p < \alpha$), yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat kecemasan dengan kejadian disminore. Oleh karena itu, disarankan agar meningkatkan pengetahuan Kesehatan remaja tentang Tingkat kecemasan dan tentang dismenore, penanganannya dan dampak apa saja yang menimbulkan pada remaja saat dismenore, dan lebih ditingkatkan lagi untuk para guru bekerja sama dengan puskesmas untuk mengadakan penyuluhan atau Pendidikan Kesehatan terkait Tingkat kecemasan dan dismenore tenaga kesehatan lebih melibatkan keluarga.

Ucapan Terimakasih

Saya ucapkan terimakasih kepada para responden penelitian dan SMPN 3 Cibitung yang telah memberikan izin untuk dapat melakukan penelitian dan memfasilitasi semua proses penelitian hingga selesai.

Referensi

Amalia, W., & Abdilah, H. K. T. (2023). *Gambaran Tingkat Kecemasan Mahasiswa*

- Tingkat Akhir Program Studi Pendidikan Profesi Ners.* 3, 3326–3337.
- Batubara, J. R. L. (2010). *Adolescent Development.* 12(1), 21–29.
- Dewi, D. P., Sandayanti, V., Sani, N., Pendidikan, S., Universitas, D., Bandar, M., Psikologi, S., Malahayati, U., & Lampung, B. (2021). *Hubungan Tingkat Kecemasan Dan Dismenore Dengan Konsentrasi Belajar Mahasiswa.* 3(2), 74–82.
- Dewi Sawitri, L. L. (2024). *Pengetahuan dan Kecemasan Berhubungan Dengan Kejadian Dismenore Pada Remaja Putri di SMK Muhammadiyah 1 Purwokerto.* 7(1), 178–184.
- Ian Intani, T. M., Yulita, D., & Ilmaskal, R. (2023). Pengaruh Minuman Kunyit Asam Terhadap Penurunan Dismenore Pada Remaja Putri Pondok Tahfiz Al-Quran Nurul Qalbi. *AKSELERASI: Jurnal Ilmiah Nasional*, 4(3), 170–176. <https://doi.org/10.54783/jin.v4i3.653>
- Jusni, Akhmad rivandi, Erniawati, Lili Andriani, M. K. (2020). Hubungan Tingkat Pengetahuan Peserta Didik Putri di SMAN 6 Bulukumba Kelas X dengan Kejadian Dismenore Kecamatan Herlang Kabupaten Bulukumba. *Medika Alkhairaat: Jurnal Penelitian Kedokteran Dan Kesehatan* 2(3): 119-124 e-ISSN: 2656-7822, p-ISSN: 2657-179X, 2(3), 119–124.
- Lamdayani, R., Rini Anggeriani, & Devi, D. (2023). Hubungan Pengetahuan dan Tingkat Kecemasan dengan Kejadian Dismenore Primer pada Siswi SMP. *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal*, 13(3), 1089–1098. <https://doi.org/10.32583/pskm.v13i3.1110>
- Luli, N. U. R. A. (2020). *Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Tingkat Dismenore Pada Siswi Kelas XII SMK Negeri 2 Godean Sleman Yogyakarta.*
- Meinawati, L., & Malatuzzulfa, N. I. (2021). *Kompres Hangat pada Remaja Putri yang Mengalami Dismenore di Lingkungan Pondok Pesantren Hamalatul Qur'an Putri Pare - Kediri.* 2(1).
- Melva Manurung; Marenta Manurung. (2019). *Tingkat Kecemasan Dan Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Dismenore Di Yayasan Parulian 4 Porsea Kabupaten Toba Samosir Tahun 2018.* 2(1), 55–63.
- Mivandha, D., & Follona, W. (2023). *Hubungan Tingkat Stres dan Perilaku Konsumsi Makanan Cepat Saji Terhadap Kejadian Dismenore Pada Remaja Putri.* 4(1), 34–46. <https://doi.org/10.24853/myjm.4.1.34-46>
- Momma, R., Nakata, Y., Sawai, A., Takeda, M., Natsui, H., & Mukai, N. (2022). *Comparisons of the Prevalence, Severity, and Risk Factors of Dysmenorrhea between Japanese Female Athletes and Non-Athletes in Universities.*
- Ningsih, R., & Rahmah, H. (2013). *Efektivitas Paket Pereda Nyeri Pada Remaja.* 16(2), 67–76.
- R Tri Rahyuning Lestari, Gilang Rahmatulloh. (2023). *Pentingnya Remaja Putri Memiliki Pengetahuan Yang Baik Dalam Mengendalikan Kecemasan Menghadapi Dismenore Primer.* 5, 211–217.
- Rinda Lamdayani, Rini Anggeriani, D. (2023). *Hubungan Pengetahuan Dan Tingkat Kecemasan Dengan Kejadian Dismenore Primer Pada Siswi SMP.* 13, 1089–1098.
- Salsabila Hanina. (2022). *Hubungan Tingkat Stres Dan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Dismenore Pada Mahasiswi Tingkat Akhir di STIKes Hang Tuah Surabaya.*
- Saud Nur Hayati. (2022). *Tesis efektivitas aromaterapi lavender dan kayu manis terhadap tingkat nyeri, stres dan kadar prostaglandin pada remaja dengan dismenore primer.*
- Setiyani, D., Setyowati, H., & Rahayu, E. (2023). *Aplikasi terapi warna untuk mengatasi kecemasan pada dismenore.* 03(01), 27–35. <https://doi.org/10.31603/bnur.5992>
- Shelly Sagita, Fika Minata, Rizki Amalia, S. P. R. (2023). *Hubungan Durasi Menstruasi, Aktifitas Fisik, Dan Kualitas Tidur Dengan Kejadian Dismenore Pada Remaja Putri.* 13(26).
- Sukmiati, E., Khoirunnisa, M., & Rahayu, D. (2014). *Hubungan Kecemasan Remaja Putri Kelas VII Dengan Kejadian Dysmenorrhea Di SMPN 27 Bandung.* 2005, 11–15.
- Suyanti, S., Evitasari, D., & Suteja, N. (2022). *Hubungan Pengetahuan Dengan Tingkat Kecemasan Remaja Putri Dalam Menghadapi Haid Pertama (Menarche) Pada Siswi Kelas VII Di MTs Negeri 7 Sumedang Tahun 2022.* *Bunda Edu-Midwifery Journal (BEMJ)*, 5, 53–61. <https://doi.org/10.54100/bemj.v5i2.69>