



Volume VI Nomor I I

## JURNAL SAKTIBIDADARI

p-ISSN: [2580-1821](#) ; e-ISSN: [2615-3408](#)

### PENGARUH DUKUNGAN ORANG TUA TERHADAP KECEMASAN MENGHADAPI MENARCHE DI SDN MURTAJIH 1 PADEMAWU, PAMEKASAN

*The Effect Of Parents' Support With Anxiety Levels Of Menarche In Adolescent Women At Sdn Murtajih 1 Pademawu, Pamekasan*

Layla Imroatu Zulaikha<sup>1</sup>, Sarindhane Oktarina<sup>2</sup>, Tri YunitaFitria Damayanti<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Prodi D3 Kebidanan Fakultas Kesehatan, Jl. P.P Miftahul Ulum Bettet, Pamekasana Madura, Jawa timur, Indonesia, 69351..

[aylaathariz@gmail.com](mailto:aylaathariz@gmail.com)

<sup>2</sup>Prodi Kebidanan, Stikkes Majapahit Mojokerto, Jl. Raya Gayaman No.Km, RW.02, Gayaman, Kec. Mojoanyar, Kabupaten Mojokerto, Jawa Timur, Indonesia 61364.

[sarindhaneoktarina@gmail.com](mailto:sarindhaneoktarina@gmail.com)

<sup>3</sup>Prodi Kebidanan, Institut Ilmu Kesehatan Nahdatul Ulama Tuban, Jl. Letda Sucipto No.211, Mondokan, Kec. Tuban, Kabupaten Tuban, Jawa Timur, Indonesia 62319.

[mayakhoir@gmail.com](mailto:mayakhoir@gmail.com)

#### ABSTRAK

Kecemasan bisa dialami siapa saja, apalagi menghadapi sesuatu yang belum pernah di alami seperti menarche. Menarchea merupakan perdarahan pertama dari uterus yang terjadi pada seorang wanita. Menarche biasa terjadi pada usia 10-16 tahun, rata-rata 12,5 tahun. Banyak remaja yang merasa cemas pada saat akan menghadapi menarche yang ditandai rasa malu dan takut, dengan tingkat kecemasan yang bervariasi. Berdasarkan studi pendahuluan diperoleh data 60% remaja putri tersebut tidak mendapatkan dukungan dari orang tuakhususnyadukungan yang bersifatinformatifberkenaan dengan menstruasi. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan dukungan orang tuadengan tingkat kecemasan menghadapi menarche pada remaja putri. Dari hasil uji statistik spearman rank diperoleh bahwa  $\rho : 0,000 < 0,05$  yang berarti  $H_0$  ditolak yang berarti ada hubungan antara dukungan orang tua dengan tingkat kecemasan menghadapi menarche pada remaja putri. Dukungan orang tua merupakan suatu elemen penting dalam membentuk persepsi pada remaja. Dukungan orang tua yang baik akan membantu mengurangi tingkat kecemasan menghadapi menarche pada remaja putri. Karena dengan begitu, remaja putri mendapatkan informasi khususnya mengenai menstruasi yang akan memberi persepsi yang positif mengenai menarche. Hal tersebut diperlukan kesadaran orang tua sebagai pendidik pertama dan utama bagi anaknya.

**Kata Kunci :** Dukungan orang tua, Kecemasan, Menarche

**ABSTRACT**

*Anxiety can be experienced by anyone, especially facing something they have never experienced, such as menarche. Menarche is the first bleeding from the uterus that occurs in a woman. Menarche usually occurs at the age of 10-16 years, the average is 12.5 years. Many adolescents feel anxious when they are about to face menarche which is marked by shame and fear, with varying levels of anxiety. The purpose of this study was to determine the relationship between parental support and the level of anxiety facing menarche in female adolescents. From the results of the Spearman rank statistical test, it was found that  $p : 0.000 < 0.05$ , which means that  $H_0$  is rejected, which means that there is a relationship between parental support and the level of anxiety facing menarche in young women. Parental support is an important element in shaping perceptions in adolescents. Good parental support will help reduce the level of anxiety facing menarche in young women. Because that way, young women get information, especially about menstruation, which will give a positive perception about menarche. This requires awareness of parents as the first and foremost educators for their children.*

**Key word :** Parental support, Anxiety, Menarche

**Pendahuluan**

Masa remaja merupakan salah satu tahap perkembangan dalam periode kehidupan manusia. Dimulainya masa remaja ditandai dengan pubertas. Pubertas adalah perubahan cepat pada kematangan fisik yang meliputi perubahan tubuh dan hormonal yang terutama terjadi selama masa remaja awal. Pertumbuhan badan yang cepat, timbulnya ciri-ciri kelamin sekunder, *menarche*, dan perubahan psikis. Pubertas pada perempuan umumnya terjadi di usia 9-12 tahun, sedangkan pubertas pada laki-laki terjadi di usia yang lebih tua yaitu 9-14 tahun.

Salah satu tanda pubertas pada remaja putri adalah *Menarche*. *Menarche* merupakan menstruasi pertama yang biasa terjadi pada rentang usia 10-16 tahun [1]. Usia *menarche* dipengaruhi oleh faktor keturunan, keadaan gizi dan kesehatan umum [2]. Beberapa gadis merasa senang sewaktu datang bulan pertama kali, terutama bila mereka telah mengetahui seluk-beluk mengenai datang bulan. Namun, remaja putri yang tidak pernah tahu tentang hal ini akan merasa khawatir ketika pertama kali datang bulan. Mereka dapat saja terpengaruh oleh berbagai pendapat yang menyebutkan bahwa datang bulan adalah kejadian kotor, memalukan dan terkadang datangnya *menarche* justru membuat sebagian remaja takut dan gelisah karena beranggapan bahwa darah haid merupakan suatu penyakit[3].

Gambaran yang menakutkan mengenai menstruasi itu mulai timbul pada masa remaja.

Gambaran tersebut merupakan interpretasi yang keliru terhadap informasi-informasi yang tidak riil yaitu informasi dari orang tua, atau kenalan lain yang menakutkan mengenai perdarahan disaat menstruasi. Gejala yang sering terjadi dan sangat mencolok pada peristiwa menstruasi pertama adalah kecemasan atau ketakutan diikuti oleh keinginan untuk menolak proses fisiologis [4].

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di SDN Murtajih 1, diperoleh data pengetahuan remaja tentang masalah kesehatan reproduksi masih rendah, yaitu pengetahuan remaja pria 46,1% dan pengetahuan perempuan 43,1%. Kurangnya pengetahuan tersebut disebabkan karena dari segi fisik dan psikologis remaja belum matang, informasi dan dukungan yang kurang dari orang tua, sulitnya mencari informasi karena letak geografis yang jauh dari kota. Menurut [5], 85 % remaja mengalami gangguan fisik dan emosi menjelang *menarche*. Berdasarkan studi pendahuluan pada remaja putri kelas 4 dan 5 di SDN Murtajih 1 Kecamatan Pademawu Pamekasan dari 10 orang siswi yang seluruhnya belum menstruasi mengatakan merasa cemas ketika akan menghadapi menstruasi pertama yang ditandai dengan rasa malu dan takut. Setelah dilakukan *interview* diperoleh data 60 % remaja putri tersebut tidak pernah mendapatkan dukungan dari orang tua dan 40 % mendapatkan dukungan dari orang tua mereka berkenaan dengan menstruasi.

Kurangnya dukungan orang tua disebabkan oleh beberapa faktor antara lain: kurangnya pengetahuan orang tua, tingkat pendidikan orang tua, tradisi sosial budaya, kesibukan orang tua, usia orang tua, sosial ekonomi dan kurangnya rasa peduli orang tua terhadap perkembangan anak dan masalah yang menyertainya.

Dampak yang akan timbul apabila tidak ada dukungan dari orang tua pada saat putri mereka menghadapi menarche adalah timbulnya respon fisik dan psikologis yang patologis. Respon fisik yang ditimbulkan adalah adanya *dysmenorrhea* dan respon fisik yang merupakan manifestasi dari rasa cemas yang dialami remaja putri. Sedangkan respon psikologis yang ditimbulkan adalah rasa cemas yang berlebihan sehingga menimbulkan traumatik, kecemasan yang berlebihan berupa *phobia*, wujud minat yang sangat berlebih, rasa berdosa atau bersalah yang sangat ekstrim yang kemudian menjelma menjadi reaksi *paranoid* [6].

Solusi yang tepat untuk masalah yang telah diuraikan diatas adalah dengan meningkatkan peran orang tua sebagai pendidik dan pemberi informasi yang pertama dan utama bagi anak khususnya dalam menghadapi masalah psikologis seperti rasa cemas dalam menghadapi *menarche*. Juga diperlukan peran serta berbagai pihak terkait antara lain pihak sekolah dan petugas kesehatan sebagai pelaksana pelayanan kesehatan, diharapkan dapat memberi informasi lewat pendidikan atau penyuluhan dan konseling mengenai kesehatan reproduksi khususnya mengenai menstruasi bagi remaja putri [7]. Sehingga, para remaja putri mempunyai pandangan yang jelas mengenai menstruasi dan menganggap bahwa menstruasi adalah hal yang fisiologis dan lumrah bagi setiap remaja yang sudah matang.

Tujuan penelitian ingin mengetahui hubungan dukungan orang tua dengan tingkat kecemasan menghadapi *menarche* pada remaja putri di SDN Murtajih 1 Kecamatan Pademawu Kabupaten Pamekasan.

### Methods (Metode Penelitian)

Desain Penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah analitik korelasional yaitu melihat korelasi antara dukungan orang tua dengan tingkat kecemasan menghadapi *menarche* pada remaja putri. Sedangkan berdasarkan waktu penelitian rancangan penelitian yang digunakan

adalah *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah semua Remaja putri di SDN Murtajih 1 yang belum Menstruasi sejumlah 200 siswa. Sampel dalam penelitian ini adalah sebagian remaja putri di SDN Murtajih 1 sejumlah 71 siswi menggunakan teknik sampling *Random Sampling*. Variabel independen yang digunakan adalah Dukungan Orang Tua dan variabel dependen yang digunakan adalah Tingkat Kecemasan Menghadapi Menarche Pada Remaja Putri. Alat ukur yang digunakan untuk mengukur dukungan orang tua adalah kuesioner dengan tipe *Close ended*, untuk mengetahui tingkat kecemasan dalam menghadapi *Menarche* pada remaja putri, menggunakan Skala HARS. Uji Statistik yang digunakan adalah *spearman rank* dan tingkat kemaknaan 0,05.

### Results and Discussion (Hasil dan Pembahasan)

#### Hasil Penelitian

Dukungan Orang Tua Responden

**Tabel 1** Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Dukungan Orang Tua di SDN Murtajih 1 Kecamatan Pademawu Kabupaten Pamekasan.

Dukungan Orang Tua	Frekuensi	Presentase (%)
Baik	11	15,49
Cukup	23	32,40
Kurang	37	52,10
Jumlah	71	100

Dari tabel 1 di atas dapat diketahui bahwa dari 71 responden sebagian besar (52,10%) dukungan orang tua terhadap responden kurang.

Tingkat Kecemasan Menghadapi *Menarche* Responden

**Tabel 2** Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Kecemasan Menghadapi *Menarche* di SDN Murtajih 1 Kecamatan Pademawu Kabupaten Pamekasan Tahun 2016.

Tingkat Kecemasan	Frekuensi	Presentase (%)
Tidak Cemas	3	4,23
Ringan	13	18,30
Sedang	19	26,80
Berat	36	50,70
Jumlah	71	100

Dari tabel Tabel 4.6 di atas dapat diketahui bahwa dari 71 responden sebagian besar

mengalami kecemasan berat menghadapi *menarche* sebanyak 36 responden (50,70%).

3) Hubungan antara Dukungan Orang Tua dengan Tingkat Kecemasan Menghadapi *Menarche*

**Tabel3** Distribusi Silang antara Dukungan Orang Tua dengan Tingkat Kecemasan Menghadapi *Menarche* Pada Remaja Putri Di SDN Murtajih 1 Kecamatan Pademawu Kabupaten Pamekasan Tahun 2016.

Dukungan Orang Tua	Tingkat Kecemasan Menghadapi <i>Menarche</i>								Total
	Tidak cemas		Ringan		Sedang		Berat		
	Σ	(%)	Σ	(%)	Σ	(%)	Σ	(%)	
Baik	3	27,1	8	72,7	-	-	-	-	11
Cukup	-	-	5	21,7	13	56,5	5	4	22
Kurang	-	-	-	-	6	16,2	31	83,7	38
Jumlah	3	4,22	13	18,3	19	26,8	36	50,7	71
Spearman Rank	α : 0,05		r : -0,795						
	ρ : 0,000								

Dari hasil analisis *spearman rank* sesuai tabel 4.6 menunjukkan bahwa ada hubungan antara dukungan orang tua dengan tingkat kecemasan menghadapi *menarche* dimana probabilitasnya ( $p: 0,000 < 0,05$ ) yang berarti  $H_0$  ditolak dengan koefisien korelasi ( $r : -0,795$ ).

**PEMBAHASAN**

**1. Dukungan Orang Tua**

Diketahui bahwadari 71 orang responden sebanyak 53,52% mendapat dukungan yang kurang dari orang tua. Hal ini dipengaruhi oleh pekerjaan orang tua yang lebih dari separuh adalah swasta yaitu 57,75%. Menurut [8] Kesibukan orang tua diluar rumah akibat tuntutan pekerjaan, menyebabkan perhatian terhadap anak berkurang bahkan hampir tidak ada.

Pekerjaan orang tua berpengaruh terhadap perhatian atau dukungan yang diberikan terhadap putri mereka. Karena dengan kesibukan orang tua tersebut akan sedikit waktu yang bisa disediakan orang tua terhadap responden meski hanya sekedar

untuk menanyakan sesuatu yang menjadi permasalahan responden. Sehingga remaja putri menjadi lebih tertutup dan tidak mau mendiskusikan kesulitan yang dihadapinya, begitupun dengan kecemasan yang dialaminya[9].

Selain pekerjaan, jumlah anggota keluarga juga dapat mempengaruhi dukungan yang diberikan. Pada tabel 4.2 bahwa sebagian besar responden mempunyai jumlah saudara melebihi dari 3 orang sebanyak 61,98 %. Menurut [10] Keluarga besar dan keluarga kecil secara kualitatif menggambarkan pengalaman-pengalaman perkembangan. Anak-anak yang berasal dari keluarga kecil menerima lebih banyak perhatian daripada anak-anak dari keluarga yang besar.

Dengan mempunyai saudara lebih dari tiga, maka perhatian dari orang tua harus terbagi dengan anggota keluarga yang lain, apalagi jika status remaja putri bukan sebagai anak bungsu. Sulit bagi orang tua untuk dapat memantau anaknya dengan jumlah anggota keluarga yang banyak. Orang tua sama sekali tidak dapat mengetahui permasalahan yang dialami oleh putrinya karena sibuk mengurus anaknya yang lain, dan pada akhirnya para remaja putri tersebut tidak mendapatkan informasi mengenai menstruasi yang seharusnya mereka dapatkan[11].

Selain pekerjaan dan jumlah saudara juga dipengaruhi oleh tingkat pendidikan. Dari tabel 4.4 menunjukkan gambaran bahwa pendidikan orang tua responden sebagian besar telah menempuh pendidikan menengah (50,70%). Dalam keluarga dengan tingkat pendidikan yang lebih tinggi, suatu hubungan yang lebih demokratis dan adil mungkin ada, sementara dalam keluarga dengan tingkat pendidikan lebih , hubungan yang ada lebih otoritas atau otokrasi. Pendidikan orang tua turut mendukung dalam memberikan informasi akan pengetahuan tentang menstruasi. Makin tinggi pendidikan orang tua kemungkinan lebih banyak mendapatkan informasi tentang kesehatan reproduksi untuk di diskusikan dengan anaknya[12].

Sedangkan kenyataan yang terjadi pendidikan memang berpengaruh, namun, karena sebagian besar orang tua responden bekerja sebagai swasta sehingga kebanyakan

orang tua menghabiskan waktu di luar rumah, maka hal itu mempengaruhi dukungan yang diberikan terhadap responden, utamanya dukungan yang bersifat informatif.

## 2. **Tingkat Kecemasan Menghadapi Menarche**

Berdasarkan data tabel 4.1 terdapat sebagian besar responden berusia 10-12 tahun yaitu sebanyak 78,87 % dan sebagian kecil diantaranya berusia <10 tahun. Dilihat dari usia responden ini, usia 10-12 tahun merupakan usia remaja awal dan usia <10 tahun merupakan usia praremaja. Menurut [13] usia merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi pengertian remaja putri tentang menstruasi, menstruasi yang datangnya lebih awal dapat menjadi pengalaman baru yang kurang menyenangkan bagi remaja putri.

Usia menggambarkan tingkat kematangan seseorang dan tingkat pengetahuan semakin meningkat seiring dengan bertambahnya usia, pengetahuan digunakan remaja putri untuk mengatasi kecemasan yang dilaminya dan mengetahui ketidakfahaman akan perubahan yang terjadi. Seperti halnya menarche yang menurut sebagian besar remaja putri adalah suatu periode yang tidak lazim dalam hidupnya.

Semakin dewasa usia seseorang, akan mempengaruhi terhadap aspek positif individu dan kemampuan mengatasi stressor (coping) yang semua itu akan berimplikasi terhadap tingkat kecemasan menghadapi menarche. Seperti yang dikemukakan oleh [14] bahwa aspek positif diri individu berkembang dengan adanya konfrontasi, gerak maju perkembangan dan pengalaman mengatasi kecemasan.

Usia menjadi suatu gambaran utama dalam menilai kemajuan perkembangan remaja. Namun selain usia, faktor lingkungan dan budaya juga ikut mempengaruhi tingkat kecemasan remaja dalam menghadapi menarche. Sesuai dengan teori yang dikemukakan [15] bahwa budaya mempengaruhi nilai yang dimiliki oleh individu dan karenanya latar belakang budaya juga berkaitan dengan sumber kecemasan dan respon individu terhadap kecemasan.

Mengingat bahwa responden seluruhnya berasal dari Madura yang masih menganut beberapa budaya dan kepercayaan

yang primitif, maka hal tersebut akan mempengaruhi terhadap informasi yang didapat oleh remaja putri mengenai menarche dari lingkungan sekitarnya yang masih terjejal dengan berbagai mitos mengenai menstruasi.

## 3. **Hubungan Dukungan Orang Tua dengan Tingkat Kecemasan Menghadapi Menarche**

Dari tabel 4.7 tentang tabulasi silang antara dukungan orang tua dengan tingkat kecemasan menghadapi menarche dapat dilihat bahwa orang tua yang memberikan dukungan yang baik, tingkat kecemasan menghadapi menarche yang dialami oleh responden adalah kecemasan ringan, bahkan 4,23% diantaranya mengatakan tidak cemas. sedangkan orang tua yang kurang memberikan dukungan 53,52% remaja putri mereka dalam hal ini responden, mengalami tingkat kecemasan yang sedang bahkan berat. Sesuai dengan hasil analisis Spearman Rank, ( $p: 0,000 < 0,05$ ) jadi,  $H_0$  ditolak dengan yang berarti ada hubungan antara dukungan orang tua dengan tingkat kecemasan menghadapi menarche pada remaja putri.

Hal ini sesuai dengan teori menurut [11] yaitu menyatakan bahwa dukungan yang diberikan oleh orang tua yang merupakan bagian dari dukungan sosial keluarga, sangatlah berperan penting dalam memelihara keadaan psikologis remaja yang mengalami tekanan, sehingga menimbulkan pengaruh positif yang dapat mengurangi gangguan psikologis. Selain itu dukungan orang tua dapat dijadikan pelindung untuk melawan perubahan peristiwa kehidupan yang berpotensi penuh dengan stres, sehingga dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis karena adanya perhatian dan pengertian akan menimbulkan perasaan memiliki, meningkatkan harga diri dan kejelasan identitas diri, serta memiliki perasaan positif mengenai diri mereka.

Menarche sebagai suatu tahap awal dalam siklus kehidupan seorang remaja putri, yang juga merupakan suatu peristiwa yang tiba-tiba dan mengejutkan sehingga butuh kesiapan mental dan emosional dalam menghadapinya. Kurangnya dukungan orang tua akan memicu timbulnya kecemasan yang tinggi pada remaja, karena hal ini berpengaruh terhadap pengetahuan dan persepsi remaja

mengenai menarache. Kecemasan ini akan berdampak negatif bagi perkembangan psikologis remaja putri, dan yang paling bertanggung jawab akan hal ini adalah orang tua sebagai lingkungan pertama yang bertugas mendidik dan membimbing para remaja putri mereka dan menciptakan persepsi yang positif mengenai menarache[14]. Sehingga, dapat disimpulkan bahwa tingkat kecemasan remaja putri menghadapi menarache sangatlah dipengaruhi oleh dukungan yang diberikan oleh orang tua mereka.

### Conclusion (Simpulan)

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa : Lebih dari separuh remaja puteri mendapat dukungan kurang dari orang tuanya. Lebih dari separuh remaja puteri mengalami kecemasan menghadapi *menarache* dengan tingkatan yang berat. Ada hubungan antara antara dukungan orang tua dengan tingkat kecemasan menghadapi *menarache*

### References (Daftar Pustaka)

- [1] Nurhayati T, “Perkembangan Perilaku Psikososial pada masa Pubertas,” *J. Chem. Inf. Model.*, vol. 53, no. 9, pp. 1689–1699, 2016
- [2] H. Saputro and C. M. Ramadhani, “Peran Orang Tua Dengan Sikap Remaja Putri Menghadapi Menarache,” *J. Qual. Women’s Heal.*, vol. 4, no. 1, pp. 21–34, 2021, doi: 10.30994/jqwh.v4i1.77.
- [3] N. H. Lail, “Hubungan Status Gizi, Usia Menarache dengan Dismenorea pada Remaja Putri Di SMK K Tahun 2017,” *J. Ilm. Kebidanan Indones.*, vol. 9, no. 02, pp. 88–95, 2019, doi: 10.33221/jiki.v9i02.225.
- [4] E. & widyaningsih H. Suryani, “Psikologi ibu dan anak,yogyakarta:fitramaya,” *J. Heal. community Empower.*, vol. I, no. 2, pp. 154–164, 2018.
- [5] D. R. Abadi, A. P. Dewi, And S. Nurhayati, “Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Tingkat Kecemasan Remaja Putri Dalam Menghadapi Menarache,” Vol. 2, No. 2, 2015.
- [6] Y. A. P. Utami, “Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Tingkat Kecemasan Remaja Dalam Menghadapi Menarache Pada Siswi Kelas V Dan Vi Di Sd Negeri 1 Ceper Klaten,” *J. Keperawatan*, vol. 4, no. 1, pp. 1–12, 2019.
- [7] V. M. Purba, R. Sanusi, And E. Y. Aritonang, “Hubungan Fungsi Keluarga Dengan Kecemasan Verany Melinda Purba, Et Al Menghadapi Menarache Pada Remaja Putri Usia Sekolah Dasar Hubungan Fungsi Keluarga Dengan Kecemasan Menghadapi Menarache Pada Remaja Putri Usia Sekolah Dasar Di Sd Negeri 064988 Medan,” *Hub. Fungsi Kel. Dengan Kecemasan Menghadapi Menarache Pada Remaja Putri Usia Sekol. Dasar*, Vol. 1, No. 52, Pp. 138–144, 2017.
- [8] M. L. T. Mukhoirotin, “Hubungan Pengetahuan Dan Dukungan Keluarga Dengan Kecemasan Menarache Pada Remaja Putri Mukhoirotin 1) , Milda Laila Taufik 2) 1),” 2018.
- [9] Dr wibisono and Alfin Kurniati, “Pola Asuh Orang Tua Dengan Tingkat Kecemasan Remaja Putri Dalam Menghadapi Menarache,” *J. Kesehat.*, vol. 9, no. 1, pp. 72–83, 2020, doi: 10.37048/kesehatan.v9i1.121.
- [10] U. Laili, N. Ainiyah, H. Novianti, S. Pratiwi, and A. Info, “Pendampingan Orang Tua Terhadap Tingkat Kecemasan Remaja Menghadapi Menarache Parental Mentoring on Adolescent Anxiety Levels Facing Menarache,” *J. Kebidanan Khatulistiwa*, vol. 22, pp. 22–25, 2022.
- [11] E. Novianti and N. A. Z. Z. Mia, “Pengaruh Dukungan Keluarga Terhadap Tingkat Kecemasan pada Remaja yang Mengalami Bullying,” *J. Ilm. Kesehat. Masy. Media Komun. Komunitas Kesehat. Masy.*, vol. 13, no. 1, pp. 16–21, 2021, doi: 10.52022/jikm.v13i1.173.
- [12] W. Wahyuni and H. Al Rasyid, “Pengaruh Pembiasaan, Kecerdasan Emosional dan Dukungan Orang Tua Terhadap Kemandirian Anak,” *J. Obs. J. Pendidik. Anak Usia Dini*, vol. 6, no. 4, pp. 3034–3049, 2022, doi: 10.31004/obsesi.v6i4.2301.
- [13] A. Hayat, “Kecemasan dan Metode Pengendaliannya,” *Khazanah J. Stud. Islam*

- dan Hum.*, vol. 12, no. 1, pp. 52–63, 2017, doi: 10.18592/khazanah.v12i1.301.
- [14] A. D. Nugraha, “Memahami Kecemasan: Perspektif Psikologi Islam,” *IJIP Indones. J. Islam. Psychol.*, vol. 2, no. 1, pp. 1–22, 2020, doi: 10.18326/ijip.v2i1.1-22.
- [15] E. H. dkk Purnamaningsih, “Kepercayaan Diri Dan Kecemasan Komunikasi Interpersonal Pada Mahasiswa Fakultas Ekonomi Di UKRIM Yogyakarta,” *J. Psikol.*, vol. 2, no. 2, pp. 67–71, 2015.