

**PENGARUH PENYULUHAN TENTANG MENSTRUASI TERHADAP  
TINGKAT KECEMASAN MENGHADAPI *MENARCHE* PADA REMAJA  
PUTRI KELAS VI DI SDN MANGKUBUMEN LOR NO. 15 SURAKARTA**

**KARYA TULIS ILMIAH**

Untuk Memenuhi Persyaratan

Memperoleh Derajat Sarjana Saint Terapan



Oleh :

**HARDININGSIH**

**NIM R0105050**

**PROGRAM STUDI DIV KEBIDANAN FAKULTAS KEDOKTERAN**

**UNIVERSITAS SEBELAS MARET SURAKARTA**

**2009**

**HALAMAN VALIDASI  
KARYA TULIS ILMIAH**

**PENGARUH PENYULUHAN TENTANG MENSTRUASI TERHADAP  
TINGKAT KECEMASAN MENGHADAPI *MENARCHE* PADA REMAJA  
PUTRI KELAS VI DI SDN MANGKUBUMEN LOR NO. 15 SURAKARTA**

Telah Disetujui Oleh Pembimbing Untuk Diuji

Di Hadapan Tim Penguji

Disusun Oleh :

**HARDININGSIH**

**R0105050**

Pada tanggal :

**Pembimbing Utama**

**Pembimbing Pendamping**

Endang Suwanti, SPd, SST, M.Kes  
NIP. 1955 09 11.1981 01.2.001

Siti Supadmi, S.SiT, SKM, M.Kes

**Ketua Tim KTI**

Mochammad Arief Tq.,dr,MS.,PHK  
NIP:130 817 795

**HALAMAN PENGESAHAN**

**KARYA TULIS ILMIAH**

**PENGARUH PENYULUHAN TENTANG MENSTRUASI TERHADAP  
TINGKAT KECEMASAN MENGHADAPI *MENARCHE* PADA REMAJA  
PUTRI KELAS VI DI SDN MANGKUBUMEN LOR NO. 15 SURAKARTA**

Disusun Oleh:

**HARDININGSIH**

R0105050

Telah Dipertahankan Di Depan Dewan Penguji Karya Tulis Ilmiah

Pada Tanggal : 4 Agustus 2009

**Pembimbing Utama**

**Pembimbing Pendamping**

Endang Suwanti, SPd, SST, M.Kes

Siti Supadmi, S.SiT, SKM, M.Kes

NIP. 1955 09 11.1981 01.2.001

**Penguji**

**Ketua Tim KTI**

E. Listyaningsih S, dr, M.Kes

Moch Arief Tq, dr, PHK, Ms

NIP. 132 206 601

NIP. 130 817 795

**Mengesahkan**

**Ketua Program Studi D IV Kebidanan FK UNS**

H. Tri Budi Wiryanto, dr. SPOG (K)

NIP : 140 105 421

## MOTTO

- Apa yang kita kerjakan

Apa yang kita pikirkan

Apa yang kita usahakan

Utuhkanlah dengan doa

Dan lihat apa yang terjadi.

(Mario Teguh)

- Jangan takut badai karena kamu sedang mengemudikan kapal.

(*Chicken Soup*)

- Mengucapkan terima kasih adalah sikap sopan & santun

Menunjukkan rasa terima kasih adalah sikap lapang hati & mulia

Tapi menjalani hidup dengan penuh terima kasih....

Itu namanya menyentuh surga.

(*Chicken Soup*)

## PERSEMBAHAN

Karya tulis ini kupersembahkan untuk:

1. Bapak dan ibuku tercinta yang selalu mendoakanku, mendukungku dan membantuku selalu.
2. Kakak-kakakku Nano dan Seno serta istri-istrinya terima kasih semuanya.
3. Keponakanku tersayang dek Rahma yang selalu mengusir penatku.
4. Ibu Endang Suwanti dan Ibu Siti Supadmi yang telah meluangkan waktunya untuk membimbingku dalam penyusunan karya tulis ilmiah ini.
5. Sahabat-sahabatku tersayang “NOTHING” Afroh Fauziah, Ratna dan Pipit.
6. Soulmateku Afroh terima kasih banget tuk semuanya.
7. Teman-temanku seperjuangan ”Road to Klaten”, Empeb, Denok, Dewi.
8. Teman-teman D-IV kebidanan UNS angkatan ‘05

**PENGARUH PENYULUHAN TENTANG MENSTRUASI TERHADAP  
TINGKAT KECEMASAN MENGHADAPI *MENARCHE* PADA REMAJA  
PUTRI KELAS VI DI SDN MANGKUBUMEN LOR NO. 15 SURAKARTA**

**ABSTRAK**

Dimulainya masa remaja ditandai dengan pubertas dan salah satu kejadian yang penting dalam pubertas adalah *menarche*. *Menarche* pada remaja putri dapat menimbulkan kecemasan, hal ini disebabkan oleh pengetahuan dan sikap yang kurang tentang perubahan fisik dan psikologis. Oleh karena itu diperlukan pemberian informasi kesehatan reproduksi remaja (KRR) khususnya tentang menstruasi dan salah satu caranya melalui penyuluhan.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui adakah pengaruh penyuluhan tentang menstruasi terhadap tingkat kecemasan menghadapi *menarche* pada remaja putri kelas VI di SDN Mangkubumen Lor No. 15 Surakarta.

Penelitian ini merupakan penelitian jenis eksperimen semu dengan model rancangan *Non Equivalent Control Group*. Populasi dalam penelitian ini adalah remaja putri kelas VI SDN Mangkubumen Lor No. 15 Surakarta tahun 2009 yang berjumlah 62 remaja putri, dimana kelompok perlakuan 31 remaja putri dan kelompok kontrol 31 remaja putri yang diambil dengan cara *Systematic Sampling*. Pengumpulan data dengan menggunakan kuesioner. Analisis data menggunakan uji beda t-test dengan rumus t Test independen.

Hasil penelitian dengan uji statistik t Test Independen menunjukkan t hitung 5,033 dengan  $df = 60$ , t tabel = 2,000 dan nilai  $p = 0,000$ , dimana nilai  $p < 0,05$  ( $0,000 < 0,05$ ) atau t hitung  $>$  t tabel ( $5,033 > 2,000$ ) artinya ada perbedaan yang bermakna antara tingkat kecemasan kelompok perlakuan dengan kelompok kontrol.

Kesimpulan adalah ada pengaruh positif adanya penyuluhan tentang menstruasi terhadap tingkat kecemasan menghadapi *menarche* pada remaja putri kelas VI di SDN Mangkubumen Lor No. 15 Surakarta.

**Kata Kunci : Penyuluhan, menstruasi, kecemasan, *menarche*.**

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT dengan segala rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah yang berjudul PENGARUH PENYULUHAN TENTANG MENSTRUASI TERHADAP TINGKAT KECEMASAN MENGHADAPI *MENARCHE* PADA REMAJA PUTRI KELAS VI DI SDN MANGKUBUMEN LOR NO. 15 SURAKARTA. Karya Tulis Ilmiah ini diajukan sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar sarjana saint terapan program studi Diploma IV Kebidanan Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret.

Penulis mengucapkan terima kasih kepada berbagai pihak yang telah membantu dalam penyusunan karya tulis ilmiah ini, antara lain:

1. Bapak Prof. Dr. H. Syamsul Hadi, dr. SpKJ selaku rektor Universitas Sebelas Maret.
2. Bapak Prof. Dr. H. A. A. Subijanto, dr. M. S selaku dekan Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret.
3. H. Tri Budi Wiryanto, dr, SpOG (K) selaku Ketua Program Studi D IV Kebidanan Universitas Sebelas Maret.
4. Moch Arief Tq, dr, M. S, PHK selaku Ketua Tim KTI D IV Kebidanan Universitas Sebelas Maret.
5. Endang Suwanti, SPd, SST, M.Kes, selaku Pembimbing Utama yang selalu membimbing dan memberikan saran serta ilmunya.

6. Siti Supadmi, S.SiT, SKM, M.Kes, selaku Pembimbing Pendamping yang selalu membimbing dan memberikan saran serta ilmunya.
7. Kedua orang tua penulis dan kakak-kakak yang senantiasa memberikan doa dan dukungan.
8. Responden yang telah bersedia menjadi sampel penelitian dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
9. Bapak Sudarsono WP, SPd, M.Pd selaku Kepala SDN Mangkubumen Lor No. 15 Surakarta yang telah memberikan ijin untuk mengadakan penelitian.
10. Ibu Suryantini, M.Pd selaku Kepala SDN Mangkubumen Kidul No. 16 Surakarta yang telah memberikan ijin untuk mengadakan uji validitas dan reliabilitas.
11. Seluruh dosen, karyawan dan karyawan D IV Kebidanan Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret.
12. Teman-teman mahasiswa D IV Kebidanan Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret.
13. Berbagai pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

Penulis menyadari bahwa Karya Tulis Ilmiah ini masih jauh dari kesempurnaan sehingga dengan rendah hati penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun agar dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah selanjutnya menjadi lebih baik. Semoga karya tulis ilmiah ini bermanfaat bagi semua pihak.

Surakarta, Agustus 2009

Penulis



## DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL .....	i
HALAMAN VALIDASI .....	ii
HALAMAN PENGESAHAN .....	iii
MOTTO .....	iv
PESEMBAHAN .....	v
ABSTRAK .....	vi
KATA PENGANTAR .....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL .....	xii
DAFTAR GAMBAR .....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB I    PENDAHULUAN .....	1
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	2
C. Tujuan Penelitian .....	3
1. Tujuan Umum .....	3
2. Tujuan Khusus .....	3
D. Manfaat .....	3
1. Manfaat Teoritis.....	3
2. Manfaat Aplikatif.....	3

BAB II	TINJAUAN PUSTAKA .....	5
A.	Tinjauan Teori.....	5
1.	<i>Menarche</i> .....	5
2.	Kecemasan .....	7
3.	Penyuluhan .....	8
4.	Menstruasi.....	10
5.	Remaja .....	14
6.	Pengaruh Penyuluhan Tentang Menstruasi Terhadap Tingkat Kecemasan Menghadapi <i>Menarche</i> .....	14
B.	Kerangka Teori .....	15
C.	Kerangka Konsep.....	15
D.	Hipotesis .....	16
BAB III	METODOLOGI PENELITIAN.....	17
A.	Desain Penelitian .....	17
B.	Tempat dan Waktu Penelitian .....	18
C.	Populasi Penelitian .....	18
D.	Sampel .....	18
E.	Kriteria Restriksi .....	19
F.	Pengalokasian Subyek .....	19
G.	Definisi Operasional .....	19
H.	Intervensi dan Instrumentasi .....	20
I.	Uji Validitas dan Reliabilitas .....	24
J.	Rencana Analisis Data .....	25

BAB IV	HASIL PENELITIAN .....	28
	A. Gambaran Umum Penelitian .....	28
	B. Analisis Univariate .....	29
	1. Karakteristik Responden .....	29
	2. Tingkat Kecemasan Responden Dalam Menghadapi <i>Menarche</i> .....	30
	C. Analisis Bivariate .....	31
BAB V	PEMBAHASAN .....	32
	A. Karakteristik Responden .....	32
	B. Pengaruh Penyuluhan Tentang Menstruasi Terhadap Tingkat Kecemasan Menghadapi <i>Menarche</i> .....	33
BAB VI	PENUTUP .....	35
	A. Kesimpulan .....	35
	B. Saran .....	35
DAFTAR PUSTAKA		
LAMPIRAN		

## DAFTAR TABEL

- Tabel 4.1. Distribusi Usia Responden.
- Tabel 4.2. Distribusi Akses Informasi Tentang Menstruasi.
- Tabel 4.3. Distribusi Sumber Informasi Menstruasi.
- Tabel 4.4. Tingkat Kecemasan Kelompok Perlakuan.
- Tabel 4.5. Tingkat Kecemasan Kelompok Kontrol.
- Tabel 4.6. Uji Beda Rata-rata Tingkat Kecemasan Antara Kelompok Perlakuan dan Kelompok Kontrol.

## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1. Kerangka Teori .....	15
Gambar 2.2. Kerangka Konsep.....	15



## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Jadwal Penyusunan Karya Tulis Ilmiah.
- Lampiran 2. Surat Permohonan Ijin Uji Validitas kepada Kepala SDN Mangkubumen Kidul No. 16 Surakarta.
- Lampiran 3. Surat Permohonan Ijin Penelitian dan Pengambilan Data kepada Kepala SDN Mangkubumen Lor No. 15 Surakarta.
- Lampiran 4. Surat Keterangan Uji Validitas dari SDN Mangkubumen Kidul No. 16 Surakarta.
- Lampiran 5. Surat Keterangan Penelitian dari SDN Mangkubumen Lor No. 15 Surakarta.
- Lampiran 6. Surat Permohonan ke Responden.
- Lampiran 7. Informed Consent.
- Lampiran 8. Satuan Acara Penyuluhan dan Leaflet Menstruasi.
- Lampiran 9. Kuesioner Pengaruh Penyuluhan Tentang Menstruasi Terhadap Tingkat Kecemasan Menghadapi *Menarche* Pada Remaja Putri Kelas VI di SDN Mangkubumen Lor No. 15 Surakarta.
- Lampiran 10. Data Uji Coba Item Pertanyaan.
- Lampiran 11. Uji Validitas.
- Lampiran 12. Uji Reliabilitas.
- Lampiran 13. Tabulasi Hasil Penelitian Kelompok Perlakuan.
- Lampiran 14. Tabulasi Hasil Penelitian Kelompok Kontrol.
- Lampiran 15. Data Penelitian Kelompok Perlakuan.

Lampiran 16. Data Penelitian Kelompok Kontrol.

Lampiran 17. Uji t-Test Independen.

Lampiran 18. Lembar Konsultasi Karya Tulis Ilmiah Pembimbing Utama.

Lampiran 19. Lembar Konsultasi Karya Tulis Ilmiah Pembimbing Pendamping.



## BAB 1

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang

Jumlah remaja di dunia tengah terjadi pembengkakan, tidak terkecuali di Indonesia. Jumlah remaja di Indonesia mencapai 22% (BKKBN, 2006). Masa remaja adalah masa transisi dalam rentang kehidupan manusia, menghubungkan masa kanak-kanak dan masa dewasa (Santrock, 2003).

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 (Santrock, 2003). Menurut Wiknjosastro (2002) kejadian yang penting dalam pubertas adalah pertumbuhan badan yang cepat, timbulnya ciri-ciri kelamin sekunder, *menarche*, dan perubahan psikis.

*Menarche* merupakan menstruasi pertama yang biasa terjadi dalam rentang usia 10-16 tahun (Ferry, 2007). Usia *menarche* dipengaruhi oleh faktor keturunan, keadaan gizi dan kesehatan umum (Wiknjosastro, 2002). *Menarche* pada remaja putri dapat menimbulkan kecemasan, ini disebabkan oleh kesiapan mental, kurang memiliki pengetahuan dan sikap yang cukup baik tentang perubahan-perubahan fisik dan psikologis terkait *menarche*, dan kurangnya pengetahuan tentang perawatan diri yang diperlukan saat menstruasi (Ferry, 2007).



Untuk mengurangi kecemasan pada remaja putri saat menghadapi *menarche* diperlukan peran orang tua maupun guru di sekolah untuk memberikan informasi yang benar tentang kondisi perubahan pada masa-masa remaja (Dariyo, 2004). Selain itu, diperlukan pemberian informasi kesehatan reproduksi remaja (KRR) khususnya tentang menstruasi karena informasi KRR masih sangat kurang (BKKBN, 2005).

Berdasarkan studi pendahuluan pada remaja putri kelas VI di SDN Mangkubumen Lor No 15 Surakarta ditemukan dari 64 responden seluruhnya belum menstruasi, belum pernah mendapatkan penyuluhan tentang menstruasi dan cemas saat menghadapi *menarche* yang ditandai dengan adanya rasa malu dan takut. Oleh karena itu, peneliti ingin memberikan informasi tentang menstruasi melalui penyuluhan sehingga diharapkan remaja putri dapat memperoleh informasi tentang menstruasi dan tidak cemas dalam menghadapi *menarche*.

Berdasarkan paparan di atas, maka peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Penyuluhan Tentang Menstruasi Terhadap Tingkat Kecemasan Menghadapi *Menarche* Pada Remaja Putri Kelas VI di SDN Mangkubumen Lor No 15 Surakarta”.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas, maka dapat dirumuskan masalah yaitu “Adakah pengaruh penyuluhan tentang menstruasi terhadap tingkat

kecemasan menghadapi *menarche* pada remaja putri kelas VI di SDN Mangkubumen Lor No 15 Surakarta?”

### **C. Tujuan Penelitian**

#### 1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui adakah pengaruh penyuluhan tentang menstruasi terhadap tingkat kecemasan menghadapi *menarche* pada remaja putri kelas VI di SDN Mangkubumen Lor No. 15 Surakarta.

#### 2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui tingkat kecemasan dalam menghadapi *menarche* pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol.
- b. Untuk mengetahui adakah perbedaan tingkat kecemasan yang bermakna antara kelompok perlakuan dan kelompok kontrol.

### **D. Manfaat Penelitian**

#### 1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini dapat digunakan untuk menambah wawasan mengenai pengaruh penyuluhan tentang menstruasi terhadap tingkat kecemasan menghadapi *menarche*.

#### 2. Manfaat Aplikatif

- a. Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai masukan bagi profesi bidan agar lebih meningkatkan dan perhatian terhadap program penyuluhan dan pendidikan kesehatan reproduksi khususnya tentang menstruasi.

- b. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan bagi guru ataupun orangtua dalam memberikan penyuluhan dan pendidikan kesehatan reproduksi khususnya tentang menstruasi.



## BAB II

### TINJAUAN PUSTAKA

#### A. Tinjauan Teori

##### 1. *Menarche*

*Menarche* merupakan menstruasi pertama yang terjadi dalam rentang usia 10-16 tahun (Ferry, 2007). *Menarche* adalah salah satu tanda adanya kematangan seksual pada remaja putri, dan tanda-tanda lainnya adalah adanya pembesaran payudara, pertumbuhan badan, pertumbuhan rambut pada ketiak dan sekitar alat kelamin, penambahan lemak dan keringat (muncul jerawat) serta adanya ketertarikan pada lawan jenis (Depkes, 2000). Hal ini terjadi karena adanya kematangan hormon seksual dalam diri remaja (Dariyo, 2004).

Menurut Dariyo (2004) terdapat 2 jenis reaksi remaja putri terhadap datangnya *menarche* yaitu :

- a. Reaksi negatif yaitu suatu pandangan yang kurang baik dari seorang remaja putri ketika dirinya memandang terhadap munculnya menstruasi.
- b. Reaksi positif yaitu remaja putri yang mampu memahami, menghargai dan menerima adanya *menarche* sebagai tanda kedewasaan seorang wanita.

Tidak semua individu mampu menerima perubahan semasa remaja, terutama saat menghadapi *menarche* salah satunya adalah kecemasan

(Dariyo, 2004). Kecemasan merupakan gejala yang sering terjadi dan sangat mencolok pada peristiwa *menarche* yang kemudian diperkuat oleh keinginan untuk menolak proses fisiologis tersebut (Kartono, 2006). Kecemasan tersebut disebabkan oleh ketidaktahuan remaja putri tentang perubahan-perubahan fisiologis yang terjadi saat remaja sehingga menstruasi dianggap sebagai hal yang tidak baik (Dariyo, 2004), kesiapan mental dan kurangnya pengetahuan tentang perawatan diri yang diperlukan saat menstruasi (Ferry, 2007).

Untuk mengatasi kecemasan remaja putri saat menghadapi *menarche* diperlukan :

- a. Komunikasi, karena dengan komunikasi remaja putri dapat mengutarakan kecemasannya kepada orang lain sehingga dapat memperoleh pandangan baru dan lebih baik (Hurlock, 2004).
- b. Pemberian informasi tentang kesehatan reproduksi dari orangtua maupun guru di sekolah (Dariyo, 2004).
- c. Keterbukaan antara guru, murid, dan orangtua dalam membicarakan kesehatan reproduksi (BKKBN, 2006).
- d. Pemberian informasi kesehatan reproduksi remaja (KRR) khususnya tentang menstruasi melalui penyuluhan (Depkes, 2000).

Informasi KRR khususnya tentang menstruasi yang diberikan harus benar, karena menstruasi merupakan peristiwa yang sangat penting bagi remaja putri yang menjadi tanda dari kematangan seksual dan erat hubungannya dengan fungsi reproduksi (Kartono, 2006).

Menurut Kartono (2006) pengertian tentang *menarche* sangat bergantung pada beberapa faktor, antara lain :

- a. Usia remaja putri.
- b. Tingkat perkembangan psikologis.
- c. Lingkungan.
- d. Pendidikan.

Selain pemberian informasi KRR dari guru dan orangtua, informasi tentang KRR yang benar khususnya menstruasi juga dapat diperoleh melalui ceramah, diskusi, media cetak (majalah, koran) dan media elektronik (Ma'shum, 2008).

## 2. Kecemasan

### a. Pengertian

Kecemasan adalah keadaan suasana perasaan (*mood*) yang ditandai oleh gejala-gejala jasmaniah seperti ketegangan fisik dan kekhawatiran tentang masa depan (Durand, 2006).

### b. Gejala kecemasan menurut Isaacs (2004) adalah :

kekhawatiran berlebihan, gelisah, tegang, mudah lelah, sulit berkonsentrasi, ketegangan dan gangguan tidur.

### c. Faktor-faktor Penyebab Gangguan Kecemasan

Faktor-faktor penyebab gangguan kecemasan menurut Isaacs (2004) adalah :

- 1) Kerentanan biologik.
- 2) Gender dimana gangguan ini menyerang wanita dua kali lebih banyak daripada pria.
- 3) Gangguan psikiatrik lainnya seperti gangguan depresi dan panik.
- 4) Faktor Psikososial seperti rendahnya harga diri, berkurangnya toleransi terhadap stres.

### d. Tingkatan Cemas

Tingkatan cemas menurut Peplau (1963) dalam Rosyidi (2009):

- 1) Cemas ringan  
Berdasarkan ketegangan dalam kehidupan sehari-hari, dapat memotivasi belajar atau kreativitas.
- 2) Cemas sedang  
Memusatkan pada hal-hal yang penting dan mengesampingkan hal yang lain.
- 3) Cemas Berat  
Lapangan persepsi sangat menurun.

## 3. Penyuluhan

### a. Pengertian

Penyuluhan yang sering disebut dengan konseling, dalam perkembangannya yang terakhir di Indonesia sudah tidak terlalu

sering diperdebatkan maknanya secara konseptual dan teoritis (Mappiere, 2006).

Menurut Walgito (2005) penyuluhan adalah bantuan yang diberikan kepada kelompok dalam memecahkan masalah kehidupannya dengan cara yang sesuai untuk mencapai kesejahteraan hidupnya.

b. Tujuan Penyuluhan

Tujuan penyuluhan menurut Uripni (2003) antara lain :

- 1) membantu klien memecahkan masalah.
- 2) membantu pemenuhan kebutuhan klien meliputi menghilangkan perasaan yang menekan/ mengganggu dan mencapai kesehatan mental yang positif.
- 3) mengubah sikap dan tingkah laku yang negatif menjadi positif dan yang merugikan menjadi menguntungkan klien.

c. Penyuluhan Remaja

Penyuluhan yang diberikan pada masa remaja menurut Uripni (2003) bertujuan memberikan pemahaman dan upaya penyesuaian diri terhadap perubahan fisik dan emosi yang terjadi pada usia remaja. Pelaksanaan penyuluhan pada remaja menggunakan pendekatan kelompok.



Penyuluhan menurut Uripni (2003) meliputi :

- 1) Perubahan fisik/biologis sesuai dengan usia perkembangan remaja.
- 2) Perubahan emosi dan perilaku pada remaja.
- 3) Proses kehamilan yang mungkin terjadi pada usia remaja dan dampaknya.
- 4) Penyalahgunaan obat dan bahan berbahaya, termasuk dalam narkoba.
- 5) Kenakalan remaja.

#### 4. Menstruasi

##### a. Pengertian

Menstruasi (haid) adalah keluarnya lapisan desidua (supervisial) endometrium disertai pengeluaran darah (Coad, 2006).

##### b. Siklus Menstruasi

Biasanya menstruasi terjadi dengan selang waktu 22-35 hari dan pengeluaran darah menstruasi berlangsung 1-8 hari (Llewellyn, 2001). Sedangkan untuk jumlah darah yang keluar rata-rata  $33,2 \pm 16$ cc (Wiknjosastro, 2002).

##### c. Proses Menstruasi

Menurut Wiknjosastro (2002), pada siklus menstruasi FSH (*Follicle Stimulating Hormone*) yang dikeluarkan oleh hipofisis anterior yang menyebabkan beberapa folikel primer dapat berkembang di dalam ovarium. Umumnya satu folikel, kadang lebih dari satu, berkembang menjadi folikel *de graff* yang membuat estrogen.

Estrogen menekan produksi FSH sehingga hipofisis anterior dapat mengeluarkan hormon gonadotropin yang kedua yaitu LH (*Luteinizing Hormone*). Estrogen juga mempunyai peran terhadap endometrium yang menyebabkan endometrium tumbuh atau berproliferasi (masa proliferasi). Di bawah pengaruh LH, folikel *de graff* menjadi lebih matang, mendekati permukaan ovarium dan kemudian terjadilah ovulasi (ovum lepas dari ovarium). Setelah ovulasi terjadi, dibentuklah korpus rubrum (berwarna merah), yang akan menjadi korpus luteum (berwarna kuning). Korpus luteum menghasilkan hormon progesteron. Hormon ini mempunyai pengaruh terhadap endometrium yang telah berproliferasi dan menyebabkan kelenjarnya berkerut-kerut dan bersekresi (masa sekresi), bila tidak ada pembuahan, korpus luteum berdegenerasi dan mengakibatkan kadar estrogen dan progesteron menurun, sehingga menimbulkan efek pada arteri yang berlekuk-lekuk di endometrium. Sesudah itu, terjadi degenerasi serta perdarahan dan pelepasan endometrium yang nekrotik, proses ini disebut menstruasi.

d. Fase Menstruasi

Menurut Wiknjastro (2002), dalam siklus menstruasi terdapat 4 fase yaitu :

1) Fase menstruasi atau deskuamasi

Dalam fase ini endometrium dilepaskan dari dinding uterus disertai perdarahan, berlangsung 3-4 hari.

2) Fase pascahaid atau fase regenerasi

Luka endometrium yang terjadi akibat pelepasan sebagian besar berangsur-angsur sembuh dan ditutup kembali oleh selaput lendir baru yang tumbuh dari sel-sel epitel endometrium. Fase ini telah dimulai sejak fase menstruasi dan berlangsung  $\pm 4$  hari.

3) Fase intermenstruum atau fase proliferasi

Fase ini berlangsung dari hari ke-5 sampai hari ke-14 dari siklus menstruasi.

4) Fase prahaid atau fase sekresi

Fase ini mulai sesudah ovulasi dan berlangsung dari haid ke-14 sampai ke-28. Dalam fase ini endometrium sangat banyak mengandung pembuluh darah yang berkeluk-keluk dan kaya dengan glikogen, fase ini sangat ideal untuk nutrisi dan perkembangan ovum.

e. Gangguan Menstruasi dan Siklusnya

Menurut Wiknjosastro (2002), gangguan menstruasi dan siklusnya khususnya dalam masa reproduksi dapat digolongkan dalam:

1) Kelainan dalam banyaknya darah dan lamanya perdarahan pada menstruasi

a) *Hipermenorea (menoragia)* : perdarahan menstruasi yang lebih banyak atau lebih lama dari normal (lebih dari 8 hari).

b) *Hipomenorea* : perdarahan menstruasi yang lebih pendek atau lebih kurang dari biasanya.

2) Kelainan siklus

a) *Polimenorea* : siklus menstruasi yang lebih pendek dari biasa (kurang dari 21 hari).

b) *Oligomenorea* : siklus menstruasi lebih panjang (lebih dari 35 hari). Perdarahannya biasanya berkurang.

c) *Amenorea* : keadaan tidak adanya menstruasi untuk sedikitnya 3 bulan berturut-turut.

3) Perdarahan di luar haid : perdarahan yang terjadi dalam masa antara 2 menstruasi (*metroragia*).

4) Gangguan lain yang ada hubungan dengan haid

a) *Premenstrual tension* (ketegangan pramenstruasi) : keluhan-keluhan yang biasanya mulai 1 minggu sampai beberapa hari sebelum datangnya menstruasi, dan menghilang sesudah menstruasi datang, walaupun kadang-kadang berlangsung terus sampai menstruasi berhenti.

b) *Mastalgia* : rasa nyeri dan pembesaran payudara sebelum menstruasi.

c) *Mittelschmerz* (rasa nyeri pada ovulasi) : nyeri antara menstruasi, terjadi kira-kira sekitar pertengahan siklus menstruasi, pada saat ovulasi.

d) *Dismenorea* : nyeri pada saat haid.

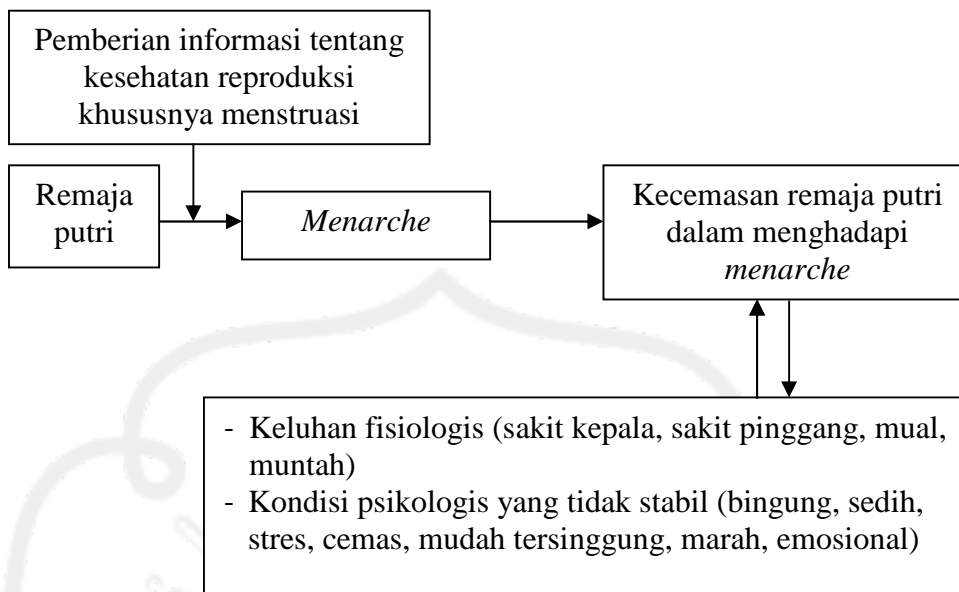
## 5. Remaja

Remaja dalam ilmu kedokteran dan ilmu-ilmu lainnya yang terkait remaja dikenal sebagai suatu tahap perkembangan fisik ketika alat kelamin mencapai kematangannya yaitu pada wanita mulainya menstruasi yang pertama / *menarche* (Sarwono, 2005). Usia yang tergolong remaja berkisar antara 12-21 tahun (Dariyo, 2004).

## 6. Pengaruh Penyuluhan Tentang Menstruasi Terhadap Tingkat Kecemasan Menghadapi *Menarche*

Adanya *menarche* sering kali dideskripsikan sebagai peristiwa utama dalam sejarah kehidupan remaja (Santrock, 2003). Menurut Dariyo (2004) salah satu reaksi yang muncul dalam respon terhadap *menarche* adalah reaksi negatif dimana seorang remaja akan merasakan adanya keluhan fisiologis (sakit kepala, sakit pinggang, mual, muntah) maupun kondisi psikologis yang tidak stabil (bingung, sedih, stres, cemas, mudah tersinggung, marah, emosional). Untuk menghindari reaksi negatif (kecemasan) remaja putri terhadap *menarche* diperlukan informasi tentang kesehatan reproduksi remaja khususnya tentang menstruasi salah satunya melalui penyuluhan, sehingga kecemasan remaja putri terhadap *menarche* dapat berkurang atau bahkan tidak ada.

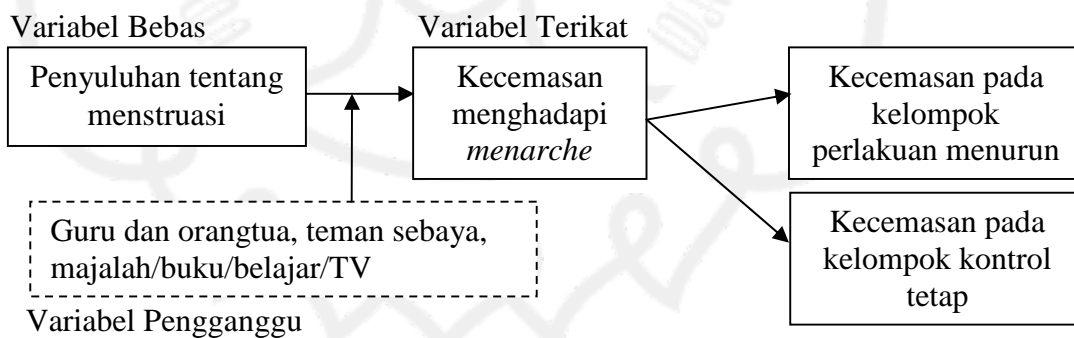
**B. Kerangka Teori**



Sumber : Dariyo (2004)

Gambar 2.1. Kerangka Teori

**C. Kerangka Konsep**



Keterangan

———— = diteliti

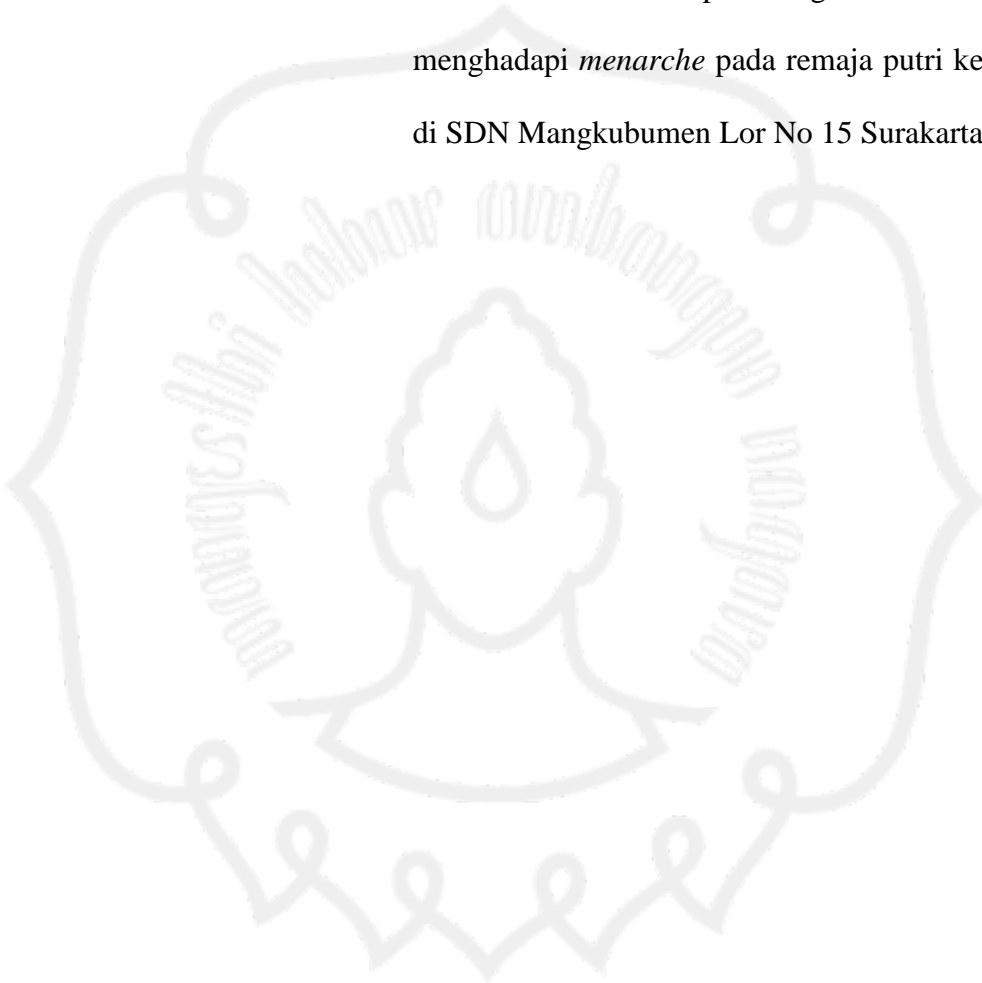
----- = tidak diteliti

Gambar 2.2. Kerangka Konsep

#### D. Hipotesis

Berdasarkan landasan teori dan kerangka konsep dapat dirumuskan :

Hipotesis penelitian : Ada pengaruh positif adanya penyuluhan tentang menstruasi terhadap tingkat kecemasan menghadapi *menarche* pada remaja putri kelas VI di SDN Mangkubumen Lor No 15 Surakarta.



## BAB III

### METODOLOGI PENELITIAN

#### A. Desain Penelitian

Penelitian yang dilakukan merupakan penelitian jenis eksperimen semu (*quasi experiment*), yaitu penelitian yang bertujuan untuk menguji hipotesis dengan melakukan suatu intervensi (Notoatmodjo, 2005).

Penelitian ini menggunakan model rancangan *Non Equivalent Control Group*. Dalam rancangan ini, membagi subjek dalam 2 kelompok. Satu kelompok sebagai kelompok eksperimen yang diberi perlakuan yang berupa penyuluhan tentang menstruasi dan satu kelompok lagi sebagai kelompok kontrol yang tanpa diberi perlakuan (Notoatmodjo, 2005).

Model rancangan penelitian adalah sebagai berikut :

Kelompok perlakuan

O1	X	O2
----	---	----

Kelompok kontrol

O3	O4
----	----

Keterangan :

O1 : Pretest kelompok perlakuan

O2 : Posttest kelompok perlakuan

O3 : Pretest kelompok kontrol

O4 : Posttest kelompok kontrol

X : Treatment (penyuluhan tentang menstruasi)



## **B. Tempat dan Waktu Penelitian**

Penelitian ini dilakukan di SDN Mangkubumen Lor No. 15 Surakarta pada bulan Februari-Juli 2009.

## **C. Populasi Penelitian**

1. Populasi target : seluruh remaja putri kelas VI SD.
2. Populasi aktual : seluruh remaja putri kelas VI SDN Mangkubumen Lor No.15 Surakarta pada tahun ajaran 2008/2009 sejumlah 62 remaja putri.

## **D. Sampel**

Sampel adalah bagian yang diambil dari keseluruhan objek yang diteliti dan dianggap mewakili seluruh populasi (Notoatmodjo, 2005). Penentuan besar sampel menurut Arikunto (2006) bila besar subjek kurang dari 100, lebih baik diambil semua, sehingga penelitiannya merupakan penelitian total sampling.

Cara ini dilakukan karena populasi kecil, yaitu sebanyak 62 remaja putri. Jadi peneliti mengambil semua anggota populasi sebagai sampel. Selanjutnya sampel dibagi menjadi 2 kelompok yaitu 31 remaja putri sebagai kelompok perlakuan dan 31 remaja putri sebagai kelompok kontrol. Cara pengambilan sampel ini dengan teknik randomisasi yaitu dengan *Systematic Sampling* caranya adalah membagi jumlah atau anggota populasi dengan perkiraan jumlah sampel yang diinginkan (Notoatmodjo, 2005).

### **E. Kriteria Restriksi**

#### 1. Kriteria inklusi :

- a. Remaja putri kelas VI SD yang belum mengalami menstruasi.
- b. Remaja putri kelas VI SD yang sehat jasmani dan rohani.

### **F. Pengalokasian Subyek**

Cara pengelompokan subjek yang mendapatkan perlakuan dan kontrol yaitu dengan membagi dua jumlah sampel menjadi dua kelompok (sebagai kelompok perlakuan dan sebagai kontrol). Yang sebelumnya dilakukan *matching* yang berdasarkan jenis kelamin, umur dan pendidikan (Budiarto, 2003). Proses *matching* dapat dilakukan pada saat persiapan yaitu pada saat pengambilan sampel (Budiarto, 2003). Adapun teknik pembagian kelompok dengan randomisasi yaitu dengan *Systematic Sampling*.

### **G. Definisi Operasional**

1. Penyuluhan tentang menstruasi pada penelitian ini adalah penyuluhan yang diberikan kepada remaja putri kelas VI SDN Mangkubumen Lor No. 15 Surakarta. Penyuluhan diberikan kepada kelompok perlakuan.
2. Tingkat kecemasan pada penelitian ini adalah tingkat kecemasan dalam menghadapi *menarche* pada remaja putri kelas VI SDN Mangkubumen Lor No. 15 Surakarta yang diukur dengan jawaban kuesioner meliputi ketegangan fisik dan kekhawatiran (kecemasan). Variabel kecemasan

dalam menghadapi *menarche* menggunakan skala ordinal yang terdiri dari 4 kategori yaitu :

- a. Tidak cemas (skor  $\leq 40\%$ )
- b. Cemas ringan (40-55%)
- c. Cemas sedang (56-75%)
- d. Cemas berat ( $\geq 75\%$ )

(Hawari, 2002)

3. *Menarche* pada penelitian ini adalah menstruasi pertama kali yang dialami oleh remaja putri kelas VI SDN Mangkubumen Lor No. 15 Surakarta.
4. Penyuluhan adalah bantuan yang diberikan kepada kelompok dalam memecahkan masalah kehidupannya dengan cara yang sesuai untuk mencapai kesejahteraan hidupnya (Walgito, 2005).
5. Sehat secara jasmani adalah kematangan alat-alat reproduksi sehingga siap untuk menjalankan fungsi reproduksinya untuk melanjutkan keturunan. Sehat secara rohani adalah kesiapan jiwa, emosi dan kehidupan batin untuk mendukung proses reproduksi yang sehat (BKKBN, 2000).

## H. Intervensi dan Instrumentasi

### 1. Intervensi

Penelitian pengaruh penyuluhan tentang menstruasi terhadap tingkat kecemasan dalam menghadapi *menarche* dilaksanakan dalam beberapa tahap yaitu :

a. Tahap Persiapan

Pada tahap ini meliputi studi pendahuluan, penyusunan proposal termasuk instrumen penelitian dan perijinan.

b. Tahap Pelaksanaan

Pelaksanaan penelitian dilaksanakan di SDN Mangkubumen Lor No. 15 Surakarta, meliputi :

- 1) Melakukan pretest dengan instrumen penelitian pada kedua kelompok yang dilaksanakan pada tanggal 16 Juni 2009.
- 2) Melakukan penyuluhan tentang menstruasi pada kelompok perlakuan yang dilaksanakan pada tanggal 16 Juni 2009.
- 3) Melakukan posttest dengan instrumen penelitian pada kedua kelompok yang dilaksanakan pada tanggal 16 Juni 2009.
- 4) Pengolahan Data

Setelah semua data terkumpul, data tersebut diolah dan disajikan dalam bentuk tabel dan persen dengan langkah-langkah sebagai berikut:

a) *Editing*

Memeriksa data, memeriksa jawaban, mamperjelas serta melakukan pengolahan terhadap data yang dikumpulkan dan memeriksa kelengkapan dan kesalahan.

b) *Coding*

Memberi kode jawaban responden sesuai dengan indikator pada kuesioner. Kode pada kuesioner tingkat kecemasan

menghadapi *menarche* untuk pernyataan positif (*favorable*) yaitu SS: 4, S: 3, TS: 2, STS: 1, sedangkan untuk pernyataan negatif (*unfavorable*) yaitu SS: 1, S: 2, TS: 3, STS: 4.

c) *Tabulating*

Dari data mentah dilakukan penyesuaian data yang merupakan pengorganisasian data sedemikian rupa agar dengan mudah dapat dijumlah, disusun dan ditata untuk disajikan dan dianalisis.

c. Tahap Penyusunan Laporan

Pada tahap ini membuat laporan karya tulis ilmiah berdasarkan data yang telah diperoleh dan dilanjutkan dengan seminar hasil penelitian ini.

2. Instrumentasi

a. Alat Penelitian

Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner untuk mengetahui karakteristik responden dan kuesioner untuk mengukur tingkat kecemasan dalam menghadapi *menarche*. Kuesioner sebelum digunakan akan dilakukan uji validitas dan reliabilitas terlebih dahulu.

Kuesioner untuk mengetahui tingkat kecemasan dalam menghadapi *menarche* berjumlah 13 butir yang terdiri dari 10 butir pernyataan *favourable* dan 3 butir pernyataan *unfavourable*, dengan

empat alternatif jawaban yaitu : SS (Sangat Setuju), S (Setuju), TS (Tidak Setuju), dan STS (Sangat Tidak Setuju).

Skor yang diberikan untuk pernyataan positif (*favorable*) yaitu SS: 4, S: 3, TS: 2, STS: 1, sedangkan untuk pernyataan negatif (*unfavorable*) yaitu SS: 1, S: 2, TS: 3, STS: 4 (Hidayat, 2007).

Skoring untuk penarikan kesimpulan ditentukan dengan membandingkan dengan skor maksimal (skor maksimal = 4 x jumlah soal) cara menentukan skor yang dicapai adalah :

$$\text{Skor} = \frac{\text{Nilai yang dicapai}}{\text{Skor Maksimal}} \times 100\%$$

Ketentuan yang akan digunakan adalah sebagai berikut :

- 1) Skor < 40% = tidak cemas
- 2) Skor 40-55% = cemas ringan
- 3) Skor 56-75% = cemas sedang
- 4) Skor > 75% = cemas berat

(Hawari, 2002)

#### b. Cara Pengambilan Data

Cara pengambilan data pada penelitian ini adalah secara langsung dari responden (data primer) dengan cara mengisi kuesioner yang diberikan oleh peneliti.

## I. Uji Validitas dan Reliabilitas

Instrumen atau alat ukur data yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner yang telah diuji validitas dan reliabilitas.

### 1. Uji Validitas

Adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat kevalidan atau kesahihan suatu instrumen. Suatu instrumen dikatakan valid apabila mampu mengukur apa yang diinginkan. Untuk mengetahui validitas item digunakan rumus korelasi *product moment* (Arikunto, 2006). Formula dari rumus korelasi *product moment* ini adalah sebagai berikut:

$$r_{xy} = \frac{N \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{\{N \sum X^2 - (\sum X)^2\} \{N \sum Y^2 - (\sum Y)^2\}}}$$

Keterangan:  $r_{xy}$  = koefisien korelasi  
 $N$  = jumlah responden  
 $X$  = skor tiap-tiap butir pertanyaan  
 $Y$  = skor total

Suatu item pertanyaan dikatakan valid apabila memiliki nilai korelasi *product moment* yang positif dan memiliki nilai signifikansi lebih kecil dari tingkat ketelitian 0,05. Pada uji validitas instrumen penelitian ini yang dilakukan di SDN Mangkubumen Kidul No. 16 Surakarta didapatkan hasil bahwa dari 13 pertanyaan mempunyai nilai  $p < 0,05$  sehingga dapat dinyatakan instrumen penelitian ini valid.

## 2. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas angket tingkat kecemasan pada penelitian ini akan dilakukan dengan menggunakan teknik analisa dengan menggunakan rumus *Cronbach's Alpha* (Arikunto, 2006).

Rumus:

$$r_{11} = \left( \frac{n}{n-1} \right) \left( 1 - \frac{\sum V_i}{V_t} \right)$$

Keterangan :

$r_{11}$  : reliabilitas instrumen (koefisien *Cronbach's Alpha*)

$V_t$  : varians total atau varians skor total

$\sum V_i$  : jumlah keseluruhan varians item

$n$  : jumlah item (yang valid)

Suatu item pertanyaan dikatakan reliabel apabila memiliki nilai alpha minimal 0,7 (Riwidikdo, 2007). Pada uji reliabilitas instrumen penelitian ini yang dilakukan di SDN Mangkubumen Kidul No. 16 Surakarta didapatkan hasil 0,8613 (nilai alpha > 0,7) atau dinyatakan bahwa instrumen penelitian ini reliabel.

### J. Rencana Analisis Data

Analisis data dilakukan dengan menggunakan alat bantu komputer dan langkah-langkah analisis data yang akan dilakukan sebagai berikut :



## 1. Analisis Univariate

Menganalisis tiap-tiap variabel penelitian yang ada secara deskriptif dengan menghitung distribusi frekuensi. Variabel yang dianalisis secara univariate dalam penelitian ini adalah karakteristik responden.

## 2. Analisis Bivariate

Analisis yang dilakukan untuk melihat hubungan ke dua variabel, antara variabel bebas dengan variabel terikat. Uji yang digunakan pada analisis bivariate ini menggunakan uji beda t-test (uji t), dengan rumus t Test independen. Rumus t Test independen digunakan untuk mengetahui perbedaan nilai rata-rata antara satu kelompok dengan kelompok lain, dimana antara satu kelompok dengan kelompok lain tidak saling berhubungan.

$$\text{Rumus : } t = \frac{\bar{x}_1 - \bar{x}_2}{s \sqrt{\frac{1}{n_1} + \frac{1}{n_2}}}$$

Keterangan :

$x_1$  = rata-rata kelompok 1

$x_2$  = rata-rata kelompok 2

n = banyaknya sampel

S = standar deviasi gabungan

$$S = \sqrt{\frac{(n_1 - 1)s_1^2 + (n_2 - 1)s_2^2}{n_1 + n_2 - 2}}$$

$S_1$  = standar deviasi kelompok 1

$$S_1 = \sqrt{\frac{\sum x_1^2 - \frac{(\sum x_1)^2}{n_1}}{n_1 - 1}}$$

$S_2$  = standar deviasi kelompok 2

$$S_2 = \sqrt{\frac{\sum x_2^2 - \frac{(\sum x_2)^2}{n_2}}{n_2 - 1}}$$

(Riwidikdo, 2007)

Taraf signifikan yang digunakan adalah 0,05, selanjutnya hasil t hitung dibandingkan dengan t tabel, tabel t yang digunakan dengan derajat bebas yaitu (df), apabila t hitung > t tabel atau nilai  $p < 0,05$  maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Artinya ada beda secara signifikan antara kelompok penyuluhan dan kelompok kontrol (Riwidikdo, 2007).

## **BAB IV**

### **HASIL PENELITIAN**

#### **A. Gambaran Umum Penelitian**

Penelitian dilaksanakan di SD Negeri Mangkubumen Lor No. 15 Surakarta pada tanggal 16 Juni 2009. SD Negeri Mangkubumen Lor No. 15 Surakarta adalah sebuah Sekolah Dasar yang terletak di Jalan Dr. Muwardi 42 Penumping, Laweyan, Surakarta. SD Negeri Mangkubumen Lor No. 15 Surakarta khususnya kelas VI terdiri dari 3 kelas. Jumlah siswa kelas VI pada tahun ajaran 2008/2009 sebanyak 119 siswa yang terdiri dari 55 siswa putra dan 64 siswa putri. Untuk tenaga guru yang mengajar di SDN Mangkubumen Lor No. 15 Surakarta sebanyak 20 orang.

Dari 64 siswa remaja putri yang dipilih sebagai populasi yaitu sebanyak 62 siswa remaja putri yang memenuhi kriteria inklusi. Dimana 2 siswa remaja putri tidak masuk dalam populasi dikarenakan sudah mengalami menstruasi. Sampel tersebut dibagi menjadi dua kelompok sesuai dengan desain penelitian yaitu 31 siswa remaja putri diberi perlakuan penyuluhan dan 31 siswa remaja putri sebagai kontrol.

## B. Analisis Univariante

### 1. Karakteristik Responden

Karakteristik responden dapat dilihat pada tabel 4.1, 4.2 dan 4.3.

Tabel 4.1. Distribusi Usia Responden

Usia Responden (tahun)	Frekuensi	Prosentase (%)
11	19	30,65
12	41	66,13
13	2	3,22
Jumlah	62	100

Sumber : Data Primer 2009

Tabel 4.1 menunjukkan kelompok usia responden sebagian besar adalah usia 12 tahun yaitu sebanyak 41 responden (66,13%).

Tabel 4.2. Distribusi Akses Informasi Tentang Menstruasi

Akses informasi menstruasi	Frekuensi	Prosentase (%)
Sudah	62	100
Belum	0	0
Jumlah	62	100

Sumber : Data Primer 2009

Tabel 4.2 menunjukkan seluruh responden sebanyak 62 responden (100%) menyatakan sudah pernah mendapat informasi tentang menstruasi.

Tabel 4.3. Distribusi Sumber Informasi Menstruasi

Sumber Informasi	Ya		Tidak	
	Frekuensi	Prosentase (%)	Frekuensi	Prosentase (%)
Guru	30	48,39	32	51,61
Orangtua	56	90,32	6	9,68
Petugas Kesehatan	0	0	62	100
Teman Sebaya	18	29,03	44	70,97
Media Cetak	16	25,81	46	74,19
Media Elektronik	3	4,84	59	95,16

Sumber : Data Primer 2009

Tabel 4.3 menunjukkan sumber informasi responden mendapatkan informasi tentang menstruasi paling banyak dari orangtua yaitu 56 responden (45,53%).

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

Tingkat kecemasan responden dalam menghadapi *menarche* dapat dilihat pada tabel 4.4 dan 4.5.

Tabel 4.4. Tingkat Kecemasan Kelompok Perlakuan

Tingkat Kecemasan	Kelompok Perlakuan			
	Pretest		Postest	
	Frekuensi	Prosentase (%)	Frekuensi	Prosentase (%)
Cemas ringan	3	9,68	18	58,07
Cemas sedang	20	64,52	11	35,46
Cemas berat	8	25,80	2	6,45
Jumlah	31	100	31	100

Sumber : Data Primer 2009

Tabel 4.4 menunjukkan pada pretest kelompok perlakuan responden sebagian besar mengalami kecemasan sedang yaitu 20 responden (64,52%) dan pada postest kelompok perlakuan responden sebagian besar mengalami kecemasan ringan yaitu 18 responden (58,07%).

Tabel 4.5. Tingkat Kecemasan Kelompok Kontrol

Tingkat Kecemasan	Kelompok Kontrol			
	Pretest		Postest	
	Frekuensi	Prosentase (%)	Frekuensi	Prosentase (%)
Cemas ringan	4	12,90	3	9,68
Cemas sedang	16	51,61	16	51,61
Cemas berat	11	35,49	12	38,71
Jumlah	31	100	31	100

Sumber : Data Primer 2009

Tabel 4.5 menunjukkan pada pretest dan posttest kelompok kontrol responden paling banyak mengalami kecemasan sedang yaitu sebanyak 16 responden (51,61%).

### C. Analisis Bivariate

Untuk mengetahui adakah pengaruh penyuluhan tentang menstruasi terhadap tingkat kecemasan menghadapi *menarche* antara kelompok remaja putri yang diberikan penyuluhan (kelompok perlakuan) dengan kelompok remaja putri yang tidak diberikan penyuluhan (kelompok kontrol) dengan menggunakan uji statistik t Test Independen. Hasil uji ini dapat dilihat pada tabel 4.6.

Tabel 4.6. Uji Beda Rata-rata Tingkat Kecemasan Antara Kelompok Perlakuan dengan Kelompok Kontrol

t hitung	df	Nilai p	Keterangan
5,033	60	0,000	Bermakna

Pengujian data menggunakan uji statistik t Test Independen menunjukkan t hitung = 5,033 dengan df = 60, t tabel 2,000 dan nilai p=0,000, dimana nilai p < 0,05 (0,000 < 0,05) atau t hitung > t tabel (5,033 > 2,000) artinya ada perbedaan yang bermakna antara tingkat kecemasan kelompok remaja putri yang diberikan penyuluhan (kelompok perlakuan) dengan kelompok remaja putri yang tidak diberikan penyuluhan (kelompok kontrol).

## **BAB V**

### **PEMBAHASAN**

#### **A. Karakteristik Responden**

Dari tabel distribusi usia responden, rentang usia responden yaitu 11-13 tahun. Kelompok usia responden yang terbanyak yaitu usia 12 tahun. Dilihat dari usia responden ini merupakan usia remaja sesuai dengan batasan usia remaja menurut Dariyo (2004) yaitu 12-21 tahun. Responden tergolong usia remaja yang masih awal sehingga menurut Kartono (2006) 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.

Dalam distribusi akses informasi tentang menstruasi sebanyak 62 responden (100%) menyatakan sudah pernah mendapatkan informasi tentang menstruasi. Hal ini berkaitan dengan akses informasi yang tersedia di lingkungan responden yaitu di rumah (keluarga), di sekolah (teman sebaya dan guru) dan lingkungan sosial (media cetak dan elektronik). Responden memperoleh informasi tentang menstruasi paling banyak dari orangtua yaitu 56 responden (45,53%) dan sebanyak 30 responden (24,39%) memperoleh informasi tentang menstruasi dari guru. Menurut Dariyo (2004) pemberian informasi dapat dilakukan oleh orangtua maupun guru di sekolah. Dari tabel diperoleh bahwa tidak ada responden yang mendapatkan informasi tentang menstruasi dari petugas kesehatan. Dalam hal ini bidan sebagai salah satu

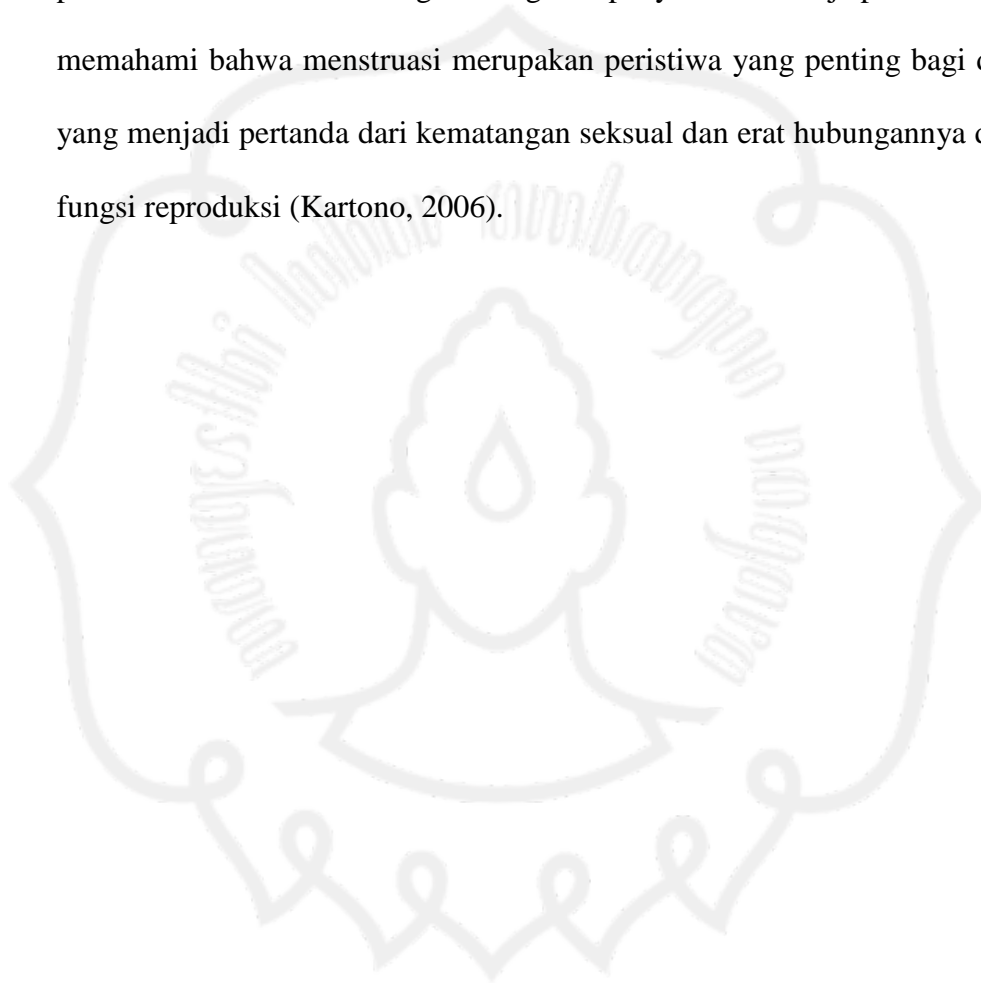
petugas kesehatan mempunyai sasaran asuhan kebidanan yang meliputi wanita di sepanjang siklus hidupnya termasuk memberikan asuhan kesehatan reproduksi pada remaja. Selain itu responden yang mendapatkan informasi tentang menstruasi dari teman sebaya sebanyak 18 responden (14,63%) dari media cetak sebanyak 16 responden (13,01%) dan dari media elektronik sebanyak 3 responden (2,44%). Menurut Ma'shum (2008) sumber informasi kesehatan reproduksi remaja (KRR) dapat diperoleh melalui ceramah, diskusi, media cetak (majalah, koran) dan media elektronik dan yang terpenting informasinya benar.

#### **B. Pengaruh Penyuluhan Tentang Menstruasi Terhadap Tingkat Kecemasan Menghadapi *Menarche***

Uji statistik dengan t Test Independen mendapatkan hasil yaitu nilai  $p = 0,000$  (nilai  $p < 0,05$ ) atau  $t$  hitung  $> t$  tabel ( $5,033 > 2,000$ ), hal ini menunjukkan bahwa ada perbedaan yang bermakna antara tingkat kecemasan kelompok remaja putri yang diberi penyuluhan (kelompok perlakuan) dengan kelompok remaja putri yang tidak diberi penyuluhan (kelompok kontrol). Ini disebabkan karena adanya penyuluhan, sesuai dengan Depkes (2000) yang menyatakan bahwa pemberian informasi kesehatan reproduksi remaja (KRR) khususnya tentang menstruasi dapat diberikan melalui penyuluhan. Menurut Walgito (2005) penyuluhan adalah bantuan yang diberikan kepada kelompok dalam memecahkan masalah dengan cara yang sesuai untuk mencapai kesejahteraan hidup. Penyuluhan yang diberikan pada masa remaja bertujuan



memberikan pemahaman dan upaya penyesuaian diri terhadap perubahan fisik dan emosi yang terjadi pada usia remaja (Uripni, 2003). Selain itu pemberian informasi yang benar tentang menstruasi melalui penyuluhan dapat mengurangi kecemasan yang merupakan gejala yang sering terjadi pada peristiwa *menarche* dan dengan mengikuti penyuluhan remaja putri akan dapat memahami bahwa menstruasi merupakan peristiwa yang penting bagi dirinya yang menjadi pertanda dari kematangan seksual dan erat hubungannya dengan fungsi reproduksi (Kartono, 2006).



## **BAB VI**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka penulis dapat menyimpulkan :

1. Tingkat kecemasan dalam menghadapi *menarche* pada remaja putri kelas VI SDN Mangkubumen Lor No. 15 Surakarta terdapat perbedaan yang bermakna antara kelompok perlakuan dengan kelompok kontrol yang ditunjukkan dengan hasil  $t = 5,033$  dengan  $df = 60$ ,  $t$  tabel = 2,000 dan  $p$  value = 0,000, dimana nilai  $p < 0,05$  atau  $t$  hitung  $> t$  tabel.
2. Ada pengaruh positif adanya penyuluhan tentang menstruasi terhadap tingkat kecemasan menghadapi *menarche* pada remaja putri kelas VI di SDN Mangkubumen Lor No 15 Surakarta.

#### **B. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian yang menunjukkan perbedaan antara kelompok perlakuan dan kelompok kontrol, maka penulis memberikan saran sebagai berikut :

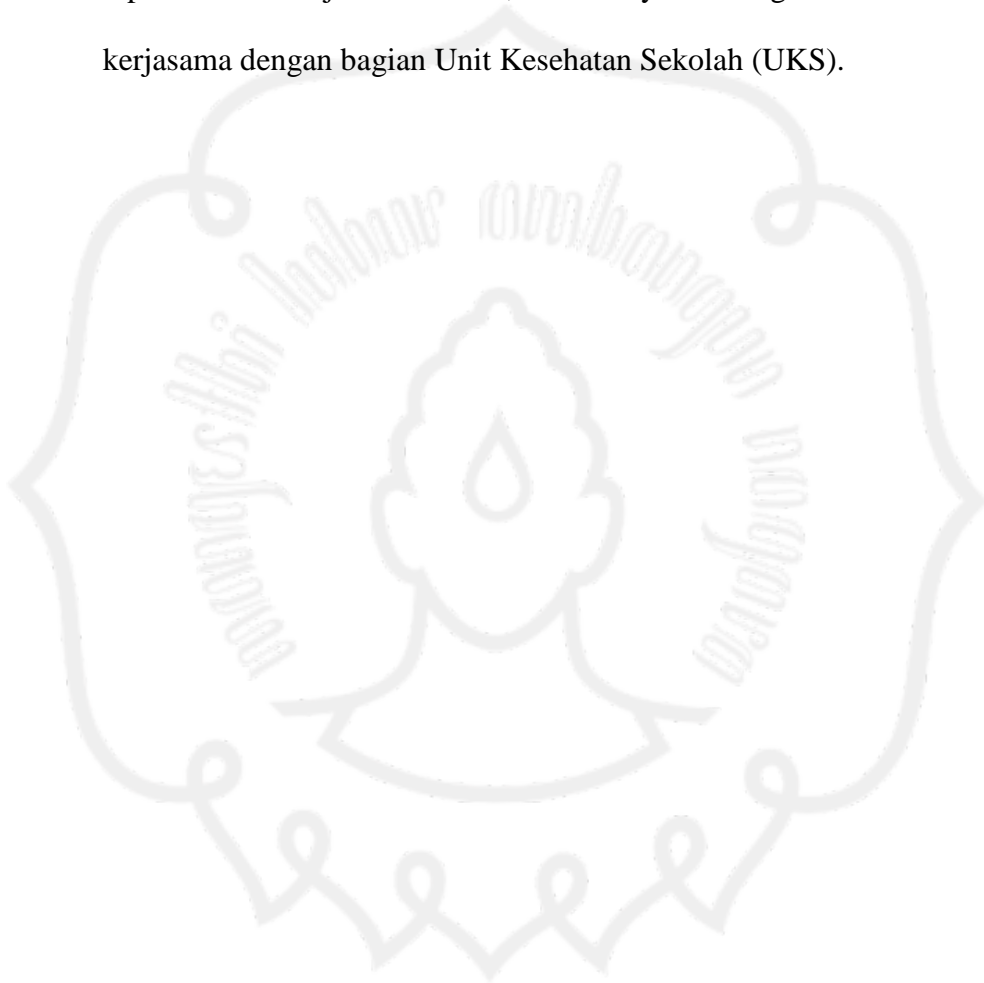
1. Bagi Institusi SDN Mangkubumen Lor No. 15 Surakarta

Diharapkan dapat memberikan informasi secara dini tentang menstruasi pada remaja putri melalui pengarahan dari guru dengan

menyisipkan materi yang terkait pada mata pelajaran dan mengadakan kerjasama dengan tenaga kesehatan (bidan di wilayah kerja setempat).

3. Bagi petugas Kesehatan

Diharapkan dapat memberikan informasi tentang kesehatan reproduksi remaja lebih dini, khususnya tentang menstruasi melalui kerjasama dengan bagian Unit Kesehatan Sekolah (UKS).



**DAFTAR PUSTAKA**

- Arikunto, 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta : Rineka Cipta
- BKKBN, 2000. *Buku Pedoman Kesehatan Reproduksi Remaja (KRR) Adolescent Reproductive Health (ARH)*. Semarang : BKKBN
- BKKBN, 2005. *Remaja Memerlukan Informasi Kesehatan Reproduksi*.  
Available online : <http://www.bkkbn.go.id/Webs/DetailRubrik.aspx?MyID=2126>, 18 Maret 2009
- BKKBN, 2006. *Lomba Karya Tulis Remaja*.  
Available online : <http://www.bkkbn.go.id/Webs/DetailRubrik.aspx?MyID=2255>, 18 Maret 2009
- Budiarto E, 2003. *Metodologi Penelitian Kedokteran Sebuah Pengantar*. Jakarta : EGC
- Coad J, 2006. *Anatomi dan Fisiologi Untuk Bidan*. Jakarta : EGC
- Dariyo A, 2004. *Psikologi Perkembangan Remaja*. Bogor : Ghalia Indonesia
- Depkes, 2000. *Buku Pegangan Fasilitator dan Tehnik Penyampaian Materi Inti Kesehatan Reproduksi Remaja*. Jakarta : Depkes
- Durand, Mark V, 2006. *Intisari Psikologi Abnormal*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar
- Ferry, 2007. *Koping Adaptasi Menarche Sebagai Strategi Peningkatan Kesehatan Reproduksi Remaja*.  
Available online : <http://ferryefendi.blogspot.com/2007/11/koping-adaptasi-menarche-sebagai.html>, 18 Maret 2009
- Hawari D, 2002. *Manajemen Stress, Cemas dan Depresi*. Jakarta: FK UI
- Hidayat A. 2007. *Metode Penelitian Keperawatan dan Teknik Analisa Data*. Jakarta : Salemba Medika
- Hurlock, 2004. *Suatu Pendekatan Sepanjang Rentan Kehidupan*. Edisi V. Jakarta : Erlangga
- Isaacs A, 2004. *Panduan Belajar Keperawatan Kesehatan Jiwa dan Psikiatrik*. Jakarta : EGC

- Kartono K, 2006. *Psikologi Wanita 1 Mengenal Gadis Remaja dan Wanita Dewasa*. Bandung : CV Mandar Maju
- Llewellyn D, 2001. *Dasar-dasar Obstetri dan Ginekologi*. Jakarta : Hipokrates
- Mappiare A, 2006. *Pengantar Konseling dan Psikoterapi*. Jakarta : RajaGrafindo Persada
- Ma'shum, 2008. *Informasi Kesehatan Reproduksi Masih Terbatas*.  
Available online : <http://www.kompas.com>, 20 Juni 2009
- Notoatmodjo S, 2005. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta
- Riwidikdo, 2007. *Statistik Kesehatan*. Yogyakarta : Mitra Cendikia Press
- Rosyidi, 2009. *Responce Cemas dan Gangguan Kecemasan*,  
Available online: <http://www.imron46.com>, 23 Februari 2009
- Santrock J, 2003. *Adolescence Perkembangan Remaja*. Edisi VI. Jakarta : Erlangga
- Sarwono S, 2005. *Psikologi Remaja*. Jakarta : RajaGrafindo Persada
- Uripni C, 2003. *Komunikasi Kebidanan*. Jakarta : EGC
- Walgito B, 2005. *Bimbingan dan Konseling (Studi dan Karir)*. Yogyakarta : Andi
- Wiknjosastro H, 2002. *Ilmu Kandungan*. Jakarta : Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo

