

**PENGARUH PENYULUHAN *MENARCHE* (MENSTRUASI PERTAMA)
TERHADAP TINGKAT KECEMASAN DALAM MENGHADAPI
MENARCHE PADA REMAJA PUTRI KELAS VII
DI MTS ISLAMIYAH KEMBANGBAHU**

SKRIPSI



OLEH :

INDAH MIFTAHL UTAMI
12.02.01.1013

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN MUHAMMADIYAH
LAMONGAN
2016**

**PENGARUH PENYULUHAN *MENARCHE* (MESTRUASI PERTAMA)
TERHADAP TINGKAT KECEMASAN DALAM MENGHADAPI
MENARCHE PADA REMAJA PUTRI KELAS VII
DI MTS ISLAMIYAH KEMBANGBAHU**

SKRIPSI

**DiajukanKepada Prodi S1 Keperawatan STIKES Muhammadiyah
Lamongan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk
Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan**

**INDAH MIFTAHUL UTAMI
NIM. 12.02.01.1013**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN MUHAMMADIYAH
LAMONGAN
2016**

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

NAMA : INDAH MIFTAHUL UTAMI
NIM : 12.02.01.1013
TEMPAT, TANGGAL LAHIR : LAMONGAN, 19 OKTOBER 1994
INSTITUSI : SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
(STIKES) MUHAMMADIYAH LAMONGAN

Menyatakan bahwa skripsi yang berjudul : “Pengaruh Penyuluhan *Menarche* (Menstruasi Pertama) Terhadap Tingkat Kecemasan Dalam Menghadapi *Menarche* Pada Remaja Putri Kelas VII Di Mts Islamiyah Kembangbaru” adalah bukan skripsi orang lain baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang telah disebutkan sumbernya.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar, saya bersedia mendapatkan sangsi akademis.

Lamongan, 12 Mei 2016

Yang menyatakan

INDAH MIFTAHUL UTAMI
NIM. 12.02.01.1013

LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi Oleh : INDAH MIFTAHUL UTAMI

NIM : 12.02.01.1013

Judul : PENGARUH PENYULUHAN *MENARCHE* (MESTRUASI PERTAMA) TERHADAP TINGKAT KECEMASAN DALAM MENGHADAPI *MENARCHE* PADA REMAJA PUTRI KELAS VII DI MTS ISLAMIYAH KEMBANGBAHU.

Telah disetujui dan diujikan dihadapan Dewan Penguji skripsi pada tanggal: 12 Mei 2016

Mengetahui :

Pembimbing I

Pembimbing II

Moh. Saifudin, S.Kep., Ns., S.Psi., M.Kes **Abdul Rokhman, S.Kep., Ns., M.Kep**
NIP. 1975 0607 2005 011 001 **NIK. 19881020 201211 056**

LEMBAR PENGESAHAN

Telah Diuji Dan Disetujui Oleh Tim Penguji Pada Ujian Sidang Skripsi
Di Program Studi S1 Keperawatan STIKES Muhammadiyah
Lamongan

Tanggal : 12 Mei 2016

PANITIA PENGUJI

Tanda Tangan

Ketua : H. M. Bakri Priyodwi Atmaji, S.Kp., M.Kep.....
Anggota : 1. Moh. Saifudin, S.Kep., Ns., S.Psi., M.Kes
2. Abdul Rokhman, S.Kep., Ns., M.Kep
.....

Mengetahui,
Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKES)
Muhammadiyah Lamongan

Drs. H. Budi Utomo, Amd. Kep., M. Kes
NBM. 936.665

CURRIKULUM VITAE

Nama : INDAH MIFTAHUL UTAMI
Tempat Tgl. Lahir : LAMONGAN, 19 Oktober1994
Alamat Rumah : Ds.Kembangbaru Kec. Kembangbaru Kab. Lamongan
Pekerjaan : Mahasiswa
Riwayat Pendidikan :
1. TK Pertiwi 1 Kembangbaru Lamongan Lulus Tahun 2000.
2. MI Al-Munawwaroh Kembangbaru Lamongan Lulus Tahun 2006.
3. MTS Putra-Putri Karanggeneng Lamongan Lulus Tahun 2009.
4. SMA NU 1 Model Karanggeneng Lamongan Lulus Tahun 2012.
5. Prodi S1 Keperawatan STIKES Muhammadiyah Lamongan Lulus Tahun 2016.

ABSTRAK

Menarche merupakan menstruasi pertama yang biasa terjadi dalam rentang usia 10-16 tahun. Sewaktu *menarche* terjadi banyak remaja memandang sebagai hal yang menakutkan karena menimbulkan perasaan cemas antara lain takut, gelisah, khawatir dan beranggapan bahwa darah haid merupakan suatu penyakit, masalah itulah menjadikan tingkat kecemasan menjadi tinggi. Tujuan penelitian ini ialah mengetahui pengaruh penyuluhan *menarche* (menstruasi pertama) terhadap tingkat kecemasan dalam menghadapi *menarche* pada remaja putri kelas VII MTs Islamiyah Kembangbaru.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Pre Eksperimental (one group pre-post test design)*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh remaja putri yang *menarche* \leq 1 bulan kelas VII di MTs Islamiyah Kembangbaru sejumlah 27 remaja. Dengan menggunakan teknik sampling yaitu total sampling. Data diperoleh dengan menggunakan kuesioner kemudian dianalisis dengan menggunakan menggunakan *Uji-Wilcoxon Sign Rank Test*. Dari penelitian ini pada tingkat kecemasan dihasilkan $p\ value = 0,000$ dimana $p \leq 0,05$ dengan nilai $Z = -3,947$ dan pada Z_{tabel} adalah $-1,96$ karena uji 2 sisi, hasil Z_{hitung} menjauhi angka kritis $Z \pm 1,96$ dengan menjauhi kearah kiri. Berdasarkan hasil penelitian terdapat pengaruh penyuluhan *menarche* (menstruasi pertama) terhadap tingkat kecemasan dalam menghadapi *menarche* pada remaja putri kelas VII di MTs Islamiyah Kembangbaru.

Dengan demikian dapat ditarik kesimpulan bahwa penyuluhan dapat menurunkan tingkat kecemasan dalam menghadapi *menarche* pada remaja putri.

Kata kunci :Penyuluhan, Kecemasan, *Menarche*, Remaja.

ABSTRACT

Menarche is the first period that is common in the age range 10-16 years. As menarche occurs many teenagers regard it as a terrible thing because it creates feelings of anxiety include fear, anxiety, worry and assumes that menstrual blood is a disease, it is a problem that makes the anxiety levels become high. The purpose of this study is to determine the effect of menarche counseling (first menstruation) on the levels of anxiety when experiencing menarche in seventh grade female students in MTs Islamiyah Kembangbahu.

The method used in this research was Pre Experimental (one group pre-post test design). The population in this study was all seventh grade female student experiencing menarche \leq 1 month in MTs Islamiyah Kembangbahu as many as 27 female students. Sample used was all population taken using total sampling technique. The data was obtained using questionnaire and analyzed using Wilcoxon Sign Rank Test. From this research on the level of anxiety resulting p value = 0.000 where $p \leq 0.05$ and the value of Z -3.947 Z_{table} is 1-0.0004 for 2-sided test, the results of Z_{score} was away from critical number $Z \pm 1.96$ and away the left. Based on the research results, there was influence of menarche counseling (first menstruation) on the levels of anxiety when experiencing menarche in seventh grade female student in MTs Islamiyah Kembangbahu.

It can be concluded that counseling can reduce the levels of anxiety in experiencing menarche in young women.

Keywords: Counseling, Anxiety, Menarche, Youth.

MOTTO



Hai Orang-Orang Yang Beriman Jadikanlah Sabar Dan Sholatmu
Sebagai Penolongmu, Sesungguhnya Allah Beserta Orang-Orang
Yang Sabar
(Al-Baqoroh : 153)

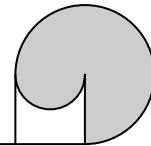
Orang yang suka berkata jujur akan mendapatkan 3 hal yaitu :
Kepercayaan, Cinta dan Rasa Hormat.
(Sayidina Ali Bin AbiTholib)

Ajarkan dan amalkan ilmu yang engkau miliki niscaya Allah akan
memberi ilmu yang tidak engkau miliki.
(KH.M.Fadlil Marzuqi “Tanwirul Qulub”)

Kunci kesuksesan hanya bergantung pada dirimu, tidak pada orang
lain, selagi kamu mau terus mencoba dan tidak takut gagal, maka
kesuksesan selangkah lebih dekat dengan dirimu
(Moch. Fathoni Utomo)

Jangan Tunggu Sampai Besok Apa Yang Bisa Kamu Lakukan Hari Ini
(Indah Miftahul Utami)

PERSEMBAHAN :



Waktu yang sudah kujalani dengan jalan hidup yang sudah menjadi takdirku, sedih, bahagia, dan bertemu orang-orang yang memberiku sejuta pengalaman , yang telah memberiku warna-warni kehidupan. Engkau berikanaku kesempatan untuk bisa sampai dipenghujung awal perjuanganku, Segala Puji bagi Mu YA ALLAH.

Untuk kedua orangtuaku abahUtomo dan ibuHalimah, aku mencoba memberikan yang terbaik untuk kalian, betapa diri ini ingin melihat kalian banggapadaku, kupersembahkansebuahbuktikeciliniuntuk kalian sebagai tanda keseriusanku untuk membalias semua pengorbanan kalian, demi hidupku kalian ikhlas mengorbankan segala perasaan tanpa kenal lelah dan lapar, berjuang separuh nyawa hingga segalanya, terima kasih.

Dosen-dosenku yang telah menjadi orangtua keduaku, yang selalu memberikan motivasi, ucapan terimakasi yang tak terhingga atas ilmu yang telah kalian berikan sangatlah bermanfaat untukku, terimakasih.

Dosen pembimbing skripsi Bpk Moh.Saifudin, S.Kep., Ns., S.Psi., M.Kes dan Bpk Abdul Rokhman, S.Kep., Ns., M.Kep terimakasih karena telah menyempatkan waktu padatnya disela-sela jadwal kegiatan mengajar hingga family timenya, yang telah member saya banyak arahan, mulai dari substansi materi hingga terselesaiannya skripsi ini, terima kasih.

Untuk kekasihku Moch.Fathoni Utomo kupersembahkan sebuah karya kecil ini untukmu yang tiada pernah hentinya memberiku semangat, do'a dan dukungannya.

Dan terimakasih juga buat semua teman2 almamater ku dan teman2 seperjuanganku dikampus yg tak bisa kusebutkan satu persatu, mari kita lanjutkan perjuangan kita Be Profesional Nurse, mengabdi kepada masyarakat, jaga nama baik almamater dan buat harum nama kampus kita.

Dan terima kasih untuk Semua pihak yang senantiasa mendukung dan membantu dalam menyelesaikan skripsi ini.

TERIMA KASIH

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, karena berkat rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul "*Pengaruh Penyuluhan Menarche (Menstruasi Pertama) Terhadap Tingkat Kecemasan Dalam Menghadapi Menarche Pada Remaja Putri Kelas VII Di Mts Islamiyah Kembangbaru.*" sesuai waktu yang ditentukan.

Dalam penyusunan, penulis mendapat banyak pengarahan dan bantuan dari berbagai pihak, untuk itu penulis tidak lupa mengucapkan terima kasih kepada yang terhormat Bapak/Ibu:

1. Drs. H. Budi Utomo, Amd.Kep. M.Kes, selaku Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKES) Muhammadiyah Lamongan.
2. Kepala Sekolah Mts Islamiyah Kecamatan Kembangbaru Kabupaten Lamongan yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian di tempat tersebut.
3. Arifal Aris, S. Kep., Ns., M.Kes selaku kaprodi S1 keperawatan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Muhammadiyah lamongan.
4. Moh. Saifudin, S.Kep., Ns., S.Psi., M.Kes selaku dosen pembimbing 1 yang telah banyak memberikan petunjuk, saran, dorongan moral selama penyusunan skripsi ini.
5. Abdul Rokhman, S.Kep., Ns., M.Kep selaku dosen pembimbing II, yang telah banyak memberikan petunjuk, saran, dorongan moral selama penyusunan skripsi ini.
6. Seluruh responden yang telah bersedia memberikan informasi dalam penyusunan skripsi ini.
7. Semua pihak yang telah memberikan dukungan moral dan materil demi terselesaiannya skripsi ini.
8. Orang tuaku tercinta yang telah mendidik, selalu mendoakan dan membekalkanku sampai kejenjang perkuliahan.
9. Saudaraku yang telah memberi dukungan moral dan material demi terselesaiannya skripsi ini.

Semoga Allah SWT memberi balasan pahala atas semua amal kebaikan yang diberikan. Penulis menyadari skripsi ini masih banyak kekurangan, untuk itu segala kritik dan saran yang bersifat membangun sangat penulis harapkan, akhirnya penulis berharap semoga skripsi ini bermanfaat bagi penulis pada khusunya dan bagi semua pembaca pada umumnya.

Lamongan , 12 Mei 2016

INDAH MIFTAHUL UTAMI
NIM. 12.02.01.1013

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
SURAT PERNYATAAN	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
KURRIKULUM VITAE	v
MOTTO	vi
PERSEMBAHAN.....	vii
ABSTRAK	viii
ABSTRACT	ix
KATA PENGANTAR	x
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR GAMBAR.....	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
DAFTAR SINGKATAN DAN SIMBOL	xviii
DAFTAR SIMBOL	xix
BAB 1 : PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Rumusan Masalah	6
1.3 Tujuan Penelitian.....	6
1.4 Manfaat Penelitian	7
BAB 2 : TINJAUAN PUSTAKA	
2.1 Konsep Remaja.....	9
2.1.1 Pengertian Remaja.....	9
2.1.2 Tahap-tahap Masa Remaja	9
2.1.3 Perkembangan Remaja	10
2.1.4 Karateristik Remaja	13
2.1.5 Tugas Perkembangan Pada Masa Remaja.....	15
2.2 Konsep <i>Menarche</i>	19
2.2.1 Pengertian	19
2.2.2 Faktor Yang Mempengaruhi <i>Menarche</i>	19

2.2.3 Periode <i>Menarche</i>	21
2.2.4 Tanda dan Gejala <i>Menarche</i>	22
2.2.5 Proses Terjadinya menstruasi Pertama Kali.....	23
2.3 Konsep Kecemasan	24
2.3.1 Pengertian Kecemasan.....	24
2.3.2 Faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan	25
2.3.3 Respon Fisiologis Terhadap Kecemasan.....	28
2.3.4 Alat Ukur Tingkat Kecemasan	29
2.3.5 Tingkat Kecemasan	31
2.3.6 Proses Kecemasan Menghadapi <i>Menarche</i>	33
2.3.7 Penanganan Kecemasan	34
2.4 Konsep Penyuluhan	34
2.4.1 Pengertian Penyuluhan.....	34
2.4.2 Tujuan Penyuluhan	35
2.4.3 Sasaran Penyuluhan Kesehatan.....	35
2.4.4 Metode Penyuluhan Kesehatan.....	36
2.5 Kerangka Konsep	40
2.6 Hipotesis	41

BAB 3 : METODE PENELITIAN

3.1 Desain Penelitian	42
3.2. Waktu dan Tempat Penelitian	43
3.3. Kerangka Kerja penelitian	43
3.4. Identifikasi Variabel	45
3.5. Definisi Operasional Variabel	45
3.6. Populasi Sampel dan Sampling	47
3.6.1 Populasi Penelitian	47
3.6.2 Sampel Penelitian.....	47
3.6.3 Teknik Sampling Penelitian	48
3.7 Pengumpulan dan Analisis Data.....	48
3.7.1 Pengumpulan Data.....	48
3.7.2Instrumen Penelitian	49
3.7.3 Analisis Data	50

3.8EtikaPenelitian.....	52
3.8.1 <i>Informed Consent</i>	52
3.8.2 <i>Anonimity</i>	52
3.8.3 Confidentiality	53
BAB 4 : HASIL PENELITIAN	
4.1 Hasil Penelitian.....	54
4.2 Pembahasan	59
BAB 5 : PENUTUP	
5.1 Kesimpulan	66
5.2 Saran	67
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	Definisi Operasional Pengaruh Penyuluhan <i>Menarche</i> (Menstruasi Pertama) Terhadap Tingkat Kecemasan Dalam Menghadapi <i>Menarche</i> Pada Remaja Putri Kelas VII Mts Islamiyah Kembangbaru.....	46
Tabel 4.1	Karateristik Responden Berdasarkan Usia Di MTS Islamiyah Kembangbaru Lamongan Pada Bulan Februari 2016.....	55
Tabel 4.2	Karateristik Responden Berdasarkan Usia Pertama Menstruasi Di MTS Islamiyah Kembangbaru Lamongan Pada Bulan Februari 2016.....	55
Tabel 4.3	Karateristik Respon dan Berdasarkan Sumber Informasi Yang Didapat di MTS Islamiyah Kembangbaru Lamongan Pada Bulan Februari 2016.....	56
Tabel 4.4	Distribusi Tingkat Kecemasan Menghadapi <i>Menarche</i> Remaja Putri Sebelum Dilakukan Penyuluhan di MTS Islamiyah Kembangbaru Lamongan Pada Bulan Februari 2016.....	56
Tabel 4.5	Distribusi Tingkat Kecemasan Setelah Dilakukan Penyuluhan Pada Remaja Putri Kelas VII di MTs Islamiyah Kembangbaru Lamongan Pada Bulan Februari 2016.....	57
Tabel 4.6	Tabulasi Silang Pengaruh Penyuluhan Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Menghadapi <i>Menarche</i> Remaja Putri Kelas VII diMTS Islamiyah Kembangbaru Lamongan.....	57
Tabel 4.7	Analisa Pengaruh Penyuluhan Terhadap Tingkat Kecemasan Menghadapi <i>Menarche</i> Remaja Putri KelasVII di MTS Islamiyah Kembangbaru Lamongan.....	58

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka konsep Penelitian Pengaruh Penyuluhan <i>Menarche</i> (Menstruasi Pertama) Terhadap Tingkat Kecemasan Dalam Menghadapi <i>Menarche</i> Pada Remaja Putri Kelas VII Mts Islamiyah Kembangbauh.....	40
Gambar 3.1 Kerangka Kerja Pengaruh Penyuluhan <i>Menarche</i> (Menstruasi Pertama) Terhadap Tingkat Kecemasan Dalam Menghadapi <i>Menarche</i> Pada Remaja Putri Kelas VII Mts Islamiyah Kembangbauh.....	44

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 : Rencana Jadwal Penelitian
- Lampiran 2 : SuratIjin Survey Awal
- Lampiran 3 : Surat Balasan Survey Awal
- Lampiran 4 :Surat Permohonan Penelitian
- Lampiran 5 : Surat Balasan Penelitian
- Lampran 6 :Lembar permohonan menjadi responden
- Lampran 7 : Lembar persetujuan menjadi responden
- Lampiran 8 : Lembar kuesioner penelitian
- Lampiran 9 : SAP dan Leaflet
- Lampiran 10 : Hasil Tabulasi Pengaruh Penyuluhan *Menarche* (Menstruasi Pertama) Terhadap Tingkat Kecemasan Dalam Menghadapi Menarche Pada Remaja Putri Kelas VII Di Mts Islamiyah Kembangbaru.
- Lampiran 11 : Hasil Uji Statistik Pengaruh Penyuluhan *Menarche* (Menstruasi Pertama) Terhadap Tingkat Kecemasan Dalam Menghadapi Menarche Pada Remaja Putri Kelas VII Di Mts Islamiyah Kembangbaru.
- Lampiran 12 :Lembar Konsultasi

DAFTAR SINGKATAN

Depkes RI	: Departemen Kesehatan Republik Indonesia
FSH	: <i>Folicle stimulating Hormon</i>
GAS	: <i>General Adaptation Syndrome</i>
HARS	: <i>Hamilton Anxiety Rating Scale</i>
LH	: Luteinizing Hormone
MTS	: Madrasah TSanawiyah
NBM	: Nomor Baku Muhammadiyah
NIK	: Nomor Induk Kepegawaian
NIM	: Nomor Induk Mahasiswa
NIP	: Nomor Induk Pegawai
NPSN	: Nomor Pokok Sekolah Nasional
NS	: Ners
NSM	: Nomor Statistik Madrasah
SAP	: Satuan Acara Penyuluhan
SMP	: Sekolah Menengan Pertma
SPSS	: Statistical Product Servis Solusion
WHO	: World Health Organization

DAFTAR SIMBOL

%	: Persen
&	: Dan
\leq	: Kurang dari atau sama dengan
\geq	: Lebih dari atau sama dengan
<	: Kurang dari
>	: Lebih dari
=	: Sama dengan
-	: Sampai
/	: Atau
(-)	: Negative
H_0	: Tidak terdapat pengaruh yang signifikan
H_1	: Terdapat pengaruh yang signifikan