

**PENGARUH EDUKASI TENTANG MENSTRUASI TERHADAP  
TINGKAT KECEMASAN REMAJA PUTRI DI  
MTs.ALKHAIRAAT MAMBORO**

**SKRIPSI**



**SUCI RAMADHANI YUSDAR  
WN10123266**

**PORGAM STUDI ILMU KEPERAWATAN  
FAKULTAS KESEHATAN  
UNIVERSITAS WIDYA NUSANTARA  
2024**

## PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi berjudul “Pengaruh Edukasi Tentang Menstruasi Terhadap Tingkat Kecemasan Remaja Putri di MTs Alkhairaat Mamboro” adalah benar karya saya dengan arahan pembimbing dan belum diajukan dalam bentuk apapun kepada perguruan tinggi manapun. Sumber informasi yang berasal atau dikutip dari karya yang diterbitkan maupun tidak diterbitkan dari penulis lain telah disebutkan dalam teks dan dicantumkan dalam daftar Pustaka dibagian akhir skripsi ini.

Dengan ini saya melimpahkan hak cipta skripsi saya kepada Universitas Widya Nusantara.

Palu, 02 Oktober 2024



Suci Ramadhani Yusdar  
WN10123266

**PENGARUH EDUKASI TENTANG MENSTRUASI TERHADAP  
TINGKAT KECEMASAN REMAJA PUTRI DI  
MTs ALKHAIRAAT MAMBORO**

Suci Ramadhani Yusdar, Afrina Januarista, Benny H.L Situmorang,  
Ilmu keperawatan, Universitas Widya Nusantara

**ABSTRAK**

**Latar Belakang:** Masa remaja ditandai masa dimana seseorang menunjukkan tanda-tanda pubertas dan berlanjut hingga dicapainya kematangan seksual. Pada tahun 2021, rata-rata usia *menarche* adalah 10-19 tahun, dengan prevalensi kecemasan remaja saat menghadapi *menarche* sebesar 5-50%. Pada remaja usia 15-16 tahun, prevalensi kecemasan mencapai 17,2%. Salah satu penyebab utama kecemasan ini adalah kurangnya edukasi mengenai *menarche* saat pertama kali mengalaminya. Berdasarkan wawancara awal, beberapa siswi melaporkan tanda-tanda kecemasan seperti rasa takut, jantung berdebar, dan kesulitan tidur.

**Metode:** Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan desain *one group pretest-posttes (Pre-eksperimental)*. Intervensi yang diberikan berupa edukasi tentang menstruasi. Populasi penelitian ini berjumlah 53 remaja dan sampel yang digunakan sebanyak 11 remaja yang diperoleh dari hasil wawancara dan menggunakan teknik pengambilan sampel menggunakan *proportional random sampling*.

**Hasil Penelitian:** Sebelum edukasi, 54,5% responden mengalami kecemasan berat dan 45,5% kecemasan sangat berat. Setelah edukasi, tingkat kecemasan menurun menjadi 18,2% tanpa kecemasan, 54,5% kecemasan ringan, dan 27,3% kecemasan sedang. Hasil *uji wilcoxon* menunjukkan *p-value* sebesar 0,003 ( $<0,05$ ), yang menunjukkan perbedaan signifikan dalam tingkat kecemasan sebelum dan sesudah edukasi. *Uji Wilcoxon* digunakan kerana data tidak berdistribusi normal.

**Kesimpulan:** Edukasi tentang menstruasi efektif dalam menurunkan tingkat kecemasan remaja putri di MTs Alkhairaat Mamboro.

**Saran:** Diharapkan agar pihak sekolah menyediakan program edukasi kesehatan tentang *menarche* secara terstruktur pada masa orientasi. Selain itu, pelatihan bagi guru atau tenaga kesehatan untuk mendukung edukasi menstruasi dapat membantu mengurangi kecemasan siswi saat menghadapi *menarche*.

Kata Kunci: Kecemasan, *menarche*, Edukasi, Remaja.

**THE IMPACT OF EDUCATION ABOUT MENSTRUATION TOWARD  
ANXIETY LEVEL OF ADOLESCENT GIRLS AT MTs ALKHAIRAAT  
MAMBORO**

Suci Ramadhani Yusdar, Afrina Januarista, Benny H.L Situmorang,  
Nursing Science, Widya Nusantara University

**ABSTRACT**

**Background:** Adolescence is characterized by the period when a person shows signs of puberty and continues until reached of sexual maturity. In 2021, the average age of menarche is 10-19 years, with a prevalence of anxiety of adolescent when menarche period about 5-50%. In adolescents aged 15-16 years, the prevalence of anxiety up to 17.2%. One of the main causes of this anxiety is the lack of education about menarche when the first experience. Based on pre interviews, some students reported the signs of anxiety such as fear, palpitations, and difficulty sleeping.

**Methods:** This is a quantitative study with a one group pretest-posttest design (Pre-experimental). The intervention provided is education about menstruation. The total of population was 53 adolescents and the total of sample was 11 respondents that taken by the results of interviews and using proportional random sampling techniques.

**Research Results:** Before education providing, about 54.5% respondents have severe anxiety experience and 45.5% respondents have very severe anxiety. After education, anxiety levels decreased to 18.2% without anxiety, 54.5% have mild anxiety, and 27.3% have moderate anxiety. The Wilcoxon test results showed a p-value = 0.003 (<0.05), which indicates a significant difference in anxiety levels before and after education providing. Wilcoxon test was used because the data was not normally distributed.

**Conclusion:** Education about menstruation is effective in reducing the anxiety level of adolescent girls at MTs Alkhairaat Mambo.

**Suggestion:** It is expected that the school management should provides a structured health education program on menarche during the orientation period. In addition, training for teachers or health workers to support menstrual education can help to reduce the anxiety of female students when menarche period.

**Keywords:** Anxiety, menarche, education, adolescents.



**PENGARUH EDUKASI TENTANG MENSTRUASI TERHADAP  
TINGKAT KECEMASAN REMAJA PUTRI DI  
MTs.ALKHAIRAAT MAMBORO**

**SKRIPSI**

Diajukan Sebagai Persyaratan Memperoleh Gelar Sarjana Pada Program Studi Ilmu  
Keperawatan Universitas Widya Nusantara



**SUCI RAMADHANI YUSDAR  
WN10123266**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN  
FAKULTAS KESEHATAN  
UNIVERSITAS WIDYA NUSANTARA  
2024**

**PENGARUH EDUKASI TENTANG MENSTRUASI TERHADAP  
TINGKAT KECEMASAN REMAJA PUTRI DI  
MTs. ALKHAIRAAT MAMBORO**

**SKRIPSI**

**SUCI RAMADHANI YUSDAR  
WN10123266**

Skripsi ini telah diujikan tanggal 11 November 2024

**Ns. Elifa Ihda Rahmayanti, S.Kep., M.Kep** (.....)  
**NIK. 20120901025**

**Ns. Afrina Januarista, S.Kep., M.Sc** (.....)  
**NIK. 20130901030**

**Benny H.L. Situmorang, S.H., M.H** (.....)  
**NIK.093170109**

Mengetahui ,

**Dekan Fakultas Kesehatan  
Universitas Widya Nusantara**



**Arifah, S.ST., Bd., M.Keb**  
**NIK. 20090901010**

## PRAKATA

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT atas segala karuniaNya sehingga skripsi ini berhasil diselesaikan dan kedua orang tua yaitu ayahanda Yusdar R Liang dan ibunda Sinam Saban yang selalu memberikan doa, kasih sayang, serta dukungan baik moral, dan material kepada penulis.

Tema yang dipilih dalam penelitian yang dilaksanakan sejak bulan September 2024 ini ialah “pendidikan kesehatan, dengan judul Pengaruh Edukasi Tentang Menstruasi Terhadap Tingkat Kecemasan Remaja Putri Di MTs Alkhairaat Mambooro”

Dalam menyelesaikan penulisan skripsi ini, penulis telah banyak menerima bimbingan, bantuan, dorongan, arahan, dan doa dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih kepada:

1. Ibu Widyawati Situmorang, M.Sc, selaku Ketua Yayasan Widya Nusantara.
2. Bapak Dr. Tigor H.Situmorang, M.H., M.Kes, selaku Rektor Universitas Widya Nusantara.
3. Ibu Arfiah SST, Bd, M.Keb, selaku Dekan Fakultas Kesehatan Universitas Widya Nusantara.
4. Bapak Ns. I Made Rio Dwijayanto S.Kep., M.Kep, selaku Ketua Prodi S1 Keperawatan Universitas Widya Nusantara
5. Ibu Ns. Afrina Januarista, S.Kep., M.Sc, selaku pembimbing I yang telah memberikan masukan dan dukungan moral dalam penyusunan skripsi ini.
6. Bapak Benny H.L Situmorang, S.H., M.H, selaku pembimbing II yang telah memberikan masukan dan dukungan moral dalam penyusunan skripsi ini.
7. Ibu Elifa Ihda Rahmayanti, S.Kep., M.Kep selaku penguji utama yang telah memberikan kritik dan saran untuk perbaikan skripsi ini
8. Ibu Dr. Ulfawahyuni, S.Ag, M. Pd.I, selaku kepala sekolah SMA Karya Bhakti Mambooro yang telah memberikan saya izin untuk melakukan penelitian di SMA Karya Bhakti Mambooro
9. Guru-Guru Mts Alkhairaat mambooro, atas bantuan dan kerjasamanya sehingga penelitian ini dapat terselesaikan sesuai waktu yang telah ditetapkan.
10. Kepada seluruh remaja putri kelas VIIA, VIIB dan VIIB yang telah membantu peneliti dalam melakukan penelitian tentang pengaruh edukasi tentang

menstruasi terhadap tingkat kecemasan remaja putri.

11. Dosen pengajar dan staf akademik pada program S1 Keperawatan yang telah banyak memberikan pengetahuan dan bimbingan selama mengikuti perkuliahan.
12. Teman-teman seperjuangan saya, terutama pada afni dan agnes yang telah banyak membantu serta memberi dukungan hingga saya termotivasi untuk dapat menyelesaikan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan. Penulis mengharapkan saran dan kritik yang bersifat membangun demi perbaikan skripsi ini. Semoga skripsi ini memberi manfaat bagi kemajuan ilmu pengetahuan, khususnya dibidang ilmu keperawatan.

Palu, 02 Oktober 2024



Suci Ramadhan Yusdar  
WN10123266

## DAFTAR ISI

|                                |      |
|--------------------------------|------|
| HALAMAN SAMPUL                 | i    |
| PERNYATAAN                     | ix   |
| ABSTRAK                        | iii  |
| <i>ABSTRACT</i>                | iv   |
| HALAMAN SAMPUL                 | v    |
| HALAMAN PENGESAHAN             | vi   |
| PRAKATA                        | vii  |
| DAFTAR ISI                     | ix   |
| DAFTAR TABEL                   | xi   |
| DAFTAR GAMBAR                  | xii  |
| DAFTAR LAMPIRAN                | xiii |
| BAB I PENDAHULUAN              | 1    |
| A. Latar Belakang              | 1    |
| B. Rumusan Masalah.            | 4    |
| C. Tujuan Penelitian           | 5    |
| D. Manfaat Penelitian          | 5    |
| BAB II TINJAUAN PUSTAKA        | 6    |
| A. Kajian Teori                | 6    |
| B. Kerangka Teori              | 29   |
| C. Kerangka konsep             | 30   |
| D. Hipotesis                   | 30   |
| BAB III METODE PENELITIAN      | 31   |
| A. Desain Penelitian           | 31   |
| B. Tempat dan Waktu Penelitian | 32   |
| C. Populasi dan Sampel         | 32   |
| D. Variabel Penelitian         | 33   |
| E. Defenisi Oprasional         | 33   |
| F. Instrumen Penelitian        | 35   |
| G. Teknik Pengumpulan Data     | 36   |
| H. Analisis Data               | 37   |

|                                    |           |
|------------------------------------|-----------|
| I. Bagan Alur Penelitian           | 39        |
| J. Etika Penelitian                | 40        |
| <b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN</b> | <b>42</b> |
| A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian | 42        |
| B. Hasil Penelitian                | 42        |
| C. Pembahasan                      | 45        |
| D. Keterbatasan Penelitian         | 51        |
| <b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN</b>  | <b>53</b> |
| <b>DAFTAR PUSTAKA</b>              | <b>54</b> |
| <b>LAMPIRAN</b>                    |           |

## DAFTAR TABEL

|           |   |    |
|-----------|---|----|
| Tabel 3.1 | Definisi Operasional  | 31 |
| Table 4.1 | Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Umur, Jenis Kelamin, Kelas Di MTs Alkhairat Mambooro ( $f = 12$ ) <sup>a</sup>   | 42 |
| Tabel 4.2 | Distribusi tingkat kecemasan responden sebelum diberikan perlakuan edukasi tentang menstruasi terhadap tingkat kecemasan remaja putri di MTs Alkhairaat Mambooro ( $f = 12$ ) <sup>a</sup>          | 43 |
| Tabel 4.3 | Distribusi tingkat kecemasan responden setelah diberikan perlakuan edukasi tentang menstruasi terhadap tingkat kecemasan remaja putri di MTs Alkhairaat Mambooro ( $f = 12$ ) <sup>a</sup>          | 44 |
| Tabel 4.4 | Pengaruh Distribusi tingkat kecemasan responden setelah diberikan perlakuan edukasi tentang menstruasi terhadap tingkat kecemasan remaja putri di MTs Alkhairaat Mambooro ( $f = 12$ ) <sup>a</sup> | 44 |

## **DAFTAR GAMBAR**

|   |    |
|---|----|
| Gambar 2. 1 Kerangka Teori  | 29 |
| Gambar 2. 2 Kerangka Konsep   | 30 |
| Gambar 3. 1 Desain Penelitian   | 31 |
| Gambar 3. 2 Bagan Alur penelitian pengaruh Edukasi Tentang Menstruasi Terhadap Tingkat Kecemasan Remaja Putri Di MTs Alkhairaat Mamboro | 39 |

## DAFTAR LAMPIRAN

1. Jadwal Penelitian
2. Surat Etik Penelitian
3. Surat Permohonan Pengambilan Data Awal di MTs Alkhairaat Mambooro
4. Surat Balasan pengambilan data awal di MTs. Alkhairaat Mambooro
5. Surat Izin Meneliti
6. Permohonan Menjadi Responden
7. Lembar kuesioner Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS)
8. Satuan Acara Penyuluhan (SAP)
9. Lembar *Leaflet*
10. *Informed Consent*
11. Surat Balasan Telah Melakukan Penelitian
12. Dokumentasi Penelitian
13. Riwayat Hidup
14. Lembar bimbingan proposal dan skripsi

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Masa remaja adalah periode penting dalam perkembangan manusia, ditandai oleh perubahan biologis, psikologis dan sosial (Prautami and Dewi, 2020). Masa remaja ditandai sebagai Masa dimana seseorang menunjukkan tanda-tanda pubertas dan berlanjut hingga dicapainya kematangan seksual. Salah satunya adalah onset *menarche*, yang sering dikaitkan dengan masalah menstruasi (Dianawati, Cahyaningtyas and Rahmayanti, 2021). Dalam menghadapi *menarche*, remaja putri sering mengalami kecemasan. Hal ini didukung oleh hasil survey di Amerika Serikat pada tahun 2019 prevalensi remaja yang mengalami kecemasan dalam menghadapi *menarche* diperoleh data 5-50% (Utami, 2019).

Kecemasan digambarkan sebagai sensasi ketakutan atau stres yang serius dan berulang yang didefinisikan sebagai perasaan takut atau khawatir tingkat normal yang berulang (Maulidya, 2023). Penyebab kecemasan saat menghadapi *menarche* karena adanya rasa takut akan sesuatu hal yang belum pernah terjadi sebelumnya seperti perubahan fisik dan psikologis yang akan terjadi. Adapun Penyebab lain dari kecemasan adalah Minimnya pengetahuan tentang menstruasi, ini merupakan salah satu faktor yang menyebabkan kecemasan remaja saat menghadapi menstruasi. Remaja yang kurang informasi seringkali menganggap menstruasi adalah penyakit Livana (2019) dalam (Kusmiran, 2023).

*World Health Organization* (WHO, 2019) mencatat bahwa sekitar seperlima remaja berusia 12-19 tahun telah mengalami kecemasan saat menstruasi. Data yang dihimpun dari WHO dalam (Kamilah et al., 2021) Kecemasan saat mengalami *menarche* merupakan suatu masalah yang umum dihadapi oleh remaja. WHO (2019), mencatat sekitar 18% dari jumlah penduduk dunia, atau sekitar 1,2 milyar jiwa merupakan remaja yang berusia 10 -14 tahun mengalami kecemasan saat menghadapi *menarche*. Remaja mengalami *menarche* bervariasi, yaitu antara 10 – 19 tahun. Di negara eropa usia rata- rata *menarche* terus menurun sekitar empat bulan pada setiap decade. Di Amerika

Serikat, rentang usia normal terjadi *menarche* pada remaja putri biasanya terjadi pada usia 10-13 tahun dengan usia rata-rata yaitu 12,5 Tahun (WHO, 2019).

Di Indonesia berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) tahun 2018, usia anak yang mengalami kecemasan saat memasuki *menarche* pada usia diatas 12 tahun yaitu sebanyak 61,8 % dengan rata-rata usia *menarche* 13-14 tahun. Prevalensi anak yang mengalami kecemasan saat menstruasi pada usia 12 tahun yaitu sebanyak 17,2%. Sedangkan prevalensi terjadinya kecemasan saat *menarche* dini (usia *menarche* dibawah 12 tahun ) yaitu sebanyak 5,2 %. Di Indonesia, khususnya Di Jawa timur kota Surabaya, sekitar 0,8 % remaja putri mengalami *menarche* lebih awal pada usia 10-13 tahun, usia 9-10 sebanyak 2,3 % usia 11-12 sebanyak 25,3% , usia 13-14 sebanyak 36 %, dan usia 15-16 tahun sebanyak 17,2% hal ini menjadi salah satu factor kecemasan remaja saat mengalami *menarche* karena disebabkan kurangnya edukasi saat pertama kali menghadapi *menarche* (Risksedas, 2018) dalam (Yunike & Agustin, 2023).

Pada penelitian yang dilakukan oleh Setyowati (2019), dengan judul gambaran kecemasan menstruasi pada remaja putri dikelompok Latihan pencak silat di SMP Warga Surakarta, Ditemukan bahwa hampir sebagian remaja putri yang mengalami menstruasi pertama terdapat 96,5% mengalami cemas, dan hanya 3,4% remaja yang tidak cemas. Dengan ini mengatakan ada hubungan antara pengaruh edukasi menstruasi terhadap tingkat kecemasan remaja putri di SMP warga Surakarta.

Penelitian yang dilakukan oleh (Simarmata, Murdiningsih and Indriani, 2023), bahwa kecemasan saat menghadapi mensruasi pertama atau *menarche* ada kaitannya dengan tingkat pengetahuan dalam pemberian edukasi. Edukasi dalam menghadapi menstruasi untuk remaja lebih cenderung rendah meskipun merasa pernah mendapat informasi tentang menstruasi, hal ini disebabkan karena sumber informasi yang paling paling banyak diperoleh siswi dari orang tua, maka ada kemungkinan informasi tentang menstruasi yang diperoleh remaja dari orang tuanya tidak sampai membahas tentang kedalaman pengetahuan medis tentang menstruasi tetapi hanya cara- cara menghadapi menstruasi,karena

menstruasi dianggap sebagai proses alami yang akan terjadi pada semua perempuan, Hal ini sejalan dengan penelitian (Husen, Surasno and Mansyur, 2022) mengatakan Ada pengaruh hubungan antara edukasi tentang menstruasi pertama atau *menearche* dengan tingkat kecemasan menghadapi menstruasi pertama *menarche* di SMPN Bantul dan SMP Mejing II Yogyakarta bahwa remaja yang memiliki pengetahuan baik Sebagian besar memiliki kecemasan sedang dalam menghadapi menstruasi pertama *menarche* sebanyak 8 orang (66,7%). Remaja yang memiliki pengetahuan cukup memiliki kecemasan sedang dalam menghadapin *menarche* sebanyak 8 orang (47,1%). Remaja yang memiliki pengetahuan kurang memiliki kecemasan berat dalam menghadapi *menarche* sebanyak 3 orang (60%), hal ini ditunjukkan dengan nilai  $pvalue$   $0,037 < 0,05$ . Dengan keeratan hubungan 0,315, sehingga  $H_0$  ditolak dan dapat disimpulkan ada pengaruh edukasi tentang menstruasi terhadap tingkat kecemasan.

Hal ini sejalan dengan penelitian Fitriani and Rohman, (2020) yang berjudul pengaruh edukasi terhadap tingkat kecemasan menstruasi pada siswi kelas VIII di SMP negeri 1 Kabila kabupaten Bone Bolango mengatakan dari 90 responden sebagian besar cemas ringan dan sedang dengan 26 responden (28,9%), tidak cemas sebanyak 24 responden (26,7%), dan sebagian kecil cemas berat dengan 14 responden (15,6%).

Menurut Sinaga & Lubis (2021), Remaja sering kali merasa malu, cemas dan takut ketika memasuki menstruasi pertama yang disebut *menarche*, ada juga remaja yang menganggap menstruasi itu menjijikan, kotor, membatasi gerakannya sehingga tidak leluasa, inilah dampak psikologis dari menstruasi. Informasi atau pengetahuan sangat dibutuhkan karena dapat membantu remaja dalam mengatasi perasaan negatif tentang menstruasi. Remaja perempuan saat akan mengalami *menarche* berhubungan erat dengan perasaan cemas (Hasdiana, 2021 ).

Kurangnya pengetahuan tentang *menarche* merupakan salah satu penyebab terjadinya gangguan kecemasan pada remaja putri karena tidak semua remaja putri mengetahui tentang *menarche* dan menstruasi serta mengetahui cara mengatasinya. Kecemasan atau perasaan cemas merupakan suatu keadaan

yang akan dialami ketika memikirkan sesuatu yang tidak menyenangkan terjadi (Nora, 2020).

Berbagai cara yang akan dilakukan untuk menurunkan tingkat kecemasan dalam menghadapi *menarche* salah satunya yaitu memberikan edukasi atau pendidikan kesehatan *menarche* (Yunike and Agustin, 2023). Untuk Meningkatkan Pengetahuan, salah satunya dengan pendidikan kesehatan. Pendidikan kesehatan merupakan kegiatan untuk membantu individu, kelompok dan masyarakat meningkatkan pengetahuan, sikap dan keterampilan untuk mencapai hidup sehat yang optimal melalui pendidikan kesehatan, remaja menjadi lebih mempunyai pengetahuan tentang pendidikan kesehatan menstruasi dan pendidikan Kesehatan menstruasi berpengaruh terhadap tingkat kecemasan yang dihadapinya terhadap *menarche* (Dianawati, Cahyaningtyas and Rahmayanti, 2021).

Studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 29 Mei 2024 peneliti melakukan wawancara terhadap beberapa siswi. Hasil wawancara 7 siswi, terdapat 4 siswi yang memperlihatkan tanda-tanda kecemasan diantaranya, 2 siswi merasa takut akan mengingat hal-hal apa saja yang terjadi saat menstruasi seperti akan adanya nyeri awal menstruasi, dan takut akan darah yang keluar dari vagina, 1 siswi mengatakan perasaan seperti jantung berdebar-debar karena mengingat bahwa pengalaman kakaknya yang pernah mengalami nyeri pada saat awal menstruasi, dan 1 siswi lainnya mengatakan tidak bisa tidur, ke 4 siswi tersebut Nampak gelisah, dan mengatakan merasa tidak nyaman, merasa khawatir dan takut berlebihan dalam menghadapi *Menarche*. 3 siswi lainnya mengatakan tidak takut akan terjadinya menstruasi pertama. Berdasarkan data tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Pengaruh edukasi tentang menstruasi terhadap tingkat kecemasan remaja putri di MTs. Alkhairaat Mamboro”

## **B. Rumusan Masalah.**

Berdasarkan uraian diatas, maka rumusan masalah pada penelitian ini “Apakah ada pengaruh edukasi tentang menstruasi terhadap tingkat kecemasan remaja putri di MTs. Alkhairaat Mamboro ? ”

### **C. Tujuan Penelitian**

#### 1. Tujuan Umum

Tujuan penelitian ini adalah teranalisisnya pengaruh edukasi tentang menstruasi terhadap tingkat kecemasan Remaja Putri di MTs.Alkhairaat Mambooro

#### 2. Tujuan Khusus

- a) Teridentifikasi tingkat kecemasan remaja putri sebelum diberikan edukasi tentang menstruasi di MTs.Alkhairaat Mambooro
- b) Teridentifikasi kecemasan remaja putri sesudah diberikan edukasi tentang menstruasi di MTs.Alkhairaat Mambooro
- c) Terbukti pengaruh edukasi tentang menstruasi terhadap tingkat kecemasan remaja putri di MTs.Alkhairaat Mambooro

### **D. Manfaat Penelitian**

#### 1. Bagi Ilmu Pengetahuan

Hasil penelitian menjadi dasar untuk pengembangan kurikulum pendidikan, terutama dalam menyediakan pengetahuan di bidang keperawatan komunitas. Terutama berkaitan dengan edukasi menstruasi terhadap tingkat kecemasan saat menghadapi *menarche*.

#### 2. Bagi Remaja

Hasil penelitian ini diharapkan dapat Membantu dalam meningkatkan pengetahuan remaja tentang *menarche*, serta dapat membantu dalam pengembangan Pendidikan yang lebih efektif.

#### 3. Bagi MTs.Alkhairaat Mambooro

Hasil penelitian diharapkan dapat meningkatkan kesadaran, pengetahuan terhadap siswi tentang meminimalisir kecemasan menghadapi *menarche*, serta meningkatkan kualitas pembelajaran dan kesadaran guru tentang Pendidikan Kesehatan dalam menghadapi menstruasi.

## DAFTAR PUSTAKA

- Anak, K.N.P.E.S.K. (2021) 'Memahami desain metode penelitian kualitatif. Metode yang digunakan adalah studi pustaka (library research)', *Medan, Restu Printing Indonesia, hal.57, 21(1)*, pp. 33–54..
- Andayani, N.W. (2023) 'Hubungan Pengetahuan Menstruasi Dengan Kesiapan Menarche Pada Remaja Putri Kelas VII Di SMP Negeri 5 Mengwi', *Institut Teknologi dan Kesehatan Bali Denpasar*, p. 110.
- Diananda, A. (2023) 'Psikologi Remaja Dan Permasalahannya', *Journal ISTIGHNA*, 1(1), pp. 116–133. Available at:
- Dianawati, E., Cahyaningtyas, A.Y. and Rahmayanti, Y.N. (2021) 'Pengaruh Pendidikan Kesehatan tentang Menstruasi terhadap Tingkat Kecemasan Menghadapi Menarche pada Siswi di SD Neg', *Jurnal Stethoscope*, 2(1),.
- Fitriani, H. and Rohman, R.Y. (2020) 'Pengaruh EDUKASI terhadap kecemasan remaja putri yang mengalami menarche 1', *Jurnal ilmu keperawatan*, IV(2), pp. 85–94.
- Frischa Ellyanti Djenaan, Merry H. Rimpoporok and Sri Wahyuni (2024) 'Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Menstruasi Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Siswi di SD Negeri 25 Manado', *Protein : Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan.*, 2(1), pp. 94–104.
- HAMILTON, M. (1959) 'the Assessment of Anxiety States By Rating', *British Journal of Medical Psychology*, 32(1), pp. 50–55.
- Hanafiah (2022) *pengantar statistika*. Bandung: widana bhaksi persada.
- Hasdiana, U. (2021) 'Faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan', *Analytical Biochemistry*, 11(1), pp. 1–5.
- Heni Eka P.L, M.Kes, H.W. (2023) 'Pengaruh Pendidikan Kesehatan Reproduksi Remaja Terhadap Kecemasan Menghadapi Menarche Pada Siswi Di Mi 03 Islamiyah Kota Madiun', *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), pp. 1689–1699.
- Hidayat, D.R. and Chanum, I. (2019) 'Statistika Kesehatan', *Insight: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 5(1), pp. 8–14.
- Husen, J., Surasno, D.M. and Mansyur, S. (2022) 'Faktor-faktor yang Berhubungan dengan kecemasan saat Menstruasi Pada Siswi Kelas VIII Negeri 3 Kota Ternate.', *Journal Keperawatan Maluku*, 3, pp. 1–11.
- Indy, R. (2019) 'Peran Pendidikan Dalam Proses Perubahan Sosial Di Desa Tumulung Kecamatan Kauditan Kabupaten Minahasa Utara', *holistik, Journal Of Social and Culture*, 12(4), pp. 1–18.
- Juniarti, G.A. (2023) 'Hubungan tingkat kecemasan dengan siklus menstruasi pada remaja putri di smp negeri 1 amlapura', pp. 7–37.

- Kamilah, Z.D., Utomo, B. and Winardi, B. (2023) ‘Pengaruh Aktivitas Fisik Dan Usia Menarche Dengan Kejadian Premenstrual Syndrome Pada Remaja Putri’, *Indonesian Midwifery and Health Sciences Journal*, 3(2), pp. 160–166.
- Kusmiran, E. (2023) ‘Hubungan Usia Menarche Dengan Tingkat Kecemasan Pada Remaja Di Smp Frater Makassar’, pp. 1–21.
- Maulidya, R. (2023) ‘Gambaran tkt kecemasan putri dalam menghadapi menarche’, *menarche, anxiety*, (8.5.2017), pp. 2003–2005.
- Muh Jasmin, Risnawati, Rahma Sari Siregar, D. (2023) *Metodologi Penelitian Kesehatan*.
- Muhammad, H., R. Eka Murtinugraha and Sittati Musalamah (2023) ‘Pengembangan Media Pembelajaran E-Learning Berbasis Moodle Pada Mata Kuliah Metodologi Penelitian’, *Jurnal PenSil*, 9(1), pp. 54–60.
- Mulyati, I., Sri Lestari and Meda Yuliani (2023) ‘Analisis Status Kesehatan Menstruasi Dengan Tingkat Kelelahan Remaja Di Salah Satu Wilayah Di Kabupaten Bandung Tahun 2022’, *Jurnal Ilmiah PANNMED (Pharmacist, Analyst, Nurse, Nutrition,)*, 17(3), pp. 495–499.
- Nazara (2022) ‘No Title’, *pengaruh lingkungan keluarga, usia menarche, ibu, dan tingkat kecemasan siswi dengan status menarche kelas VII Dan VIII SLTP Al- Azhar 2 pejaten*
- Nazariana, S. (2023) ‘Hubungan Antara Pengetahuan Mengenai Menstruasi dengan Kecemasan Remaja dalam Menghadapi Menstruasi Pertama ( Menarche )’, *Universitas Medan Area Medan* [Preprint].
- Nora, R. (2020) ‘Hubungan Pengetahuan Dengan Tingkat Kecemasan Menghadapi Menarche Pada Siswi Di Sdn 02 Lubuk Buaya Padang’, *Al-Asalmiya Nursing: Jurnal Ilmu Keperawatan (Journal of Nursing Sciences)*, 9(1), pp.
- Notoatmodjo (2019a) *Metode pendidikan kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo (2019b) *Metode Penelitian survei. Metode Penelitian Kesehatan*, Jakarta: Rineka Cipta. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo (2019c) *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Prautami, E.S. and Dewi, R. (2020) ‘Pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan Remaja tentang dismenorea di sma assanadiyah’, *Jurnal Kesehatan*, 10(2), pp. 1359–1364.
- Priskania, K. (2023) ‘Jurnal Ilmiah’, *Jurnal Ilmiah Aset*, 11(2), pp. 58–67.
- Rahmawati, F. (2023) *pengaruh edukasi tentang menstruasi terhadap kecemasan remaja dalam menghadapi menarce di sd n 2 Bogor*
- Rohman (2023) *Pengaruh konseling terhadap kecemasan remaja putri yang*

*mengalami menarche. Jurnal Keperawatan BSI, 4(2)*

- Rumina (2024) 'Teknik Pengumpulan Data Dalam Penelitian Pendidikan', *ILJ: Islamic Learning Journal, 2(1)*, pp. 157–177.
- Setyowati, F. (2019) 'Gambaran pola menstruasi pada remaja putri di kelompok latihan pencak silat smp surakarta', *Journal of Chemical Information and Modeling, 53(9)*, pp. 1689–1699.
- Simarmata, E., Murdiningsih and Indriani. (2023) 'Hubungan Pengetahuan, Tingkat Kecemasan Remaja Putri menghadapi menstruasi', *Jurnal Ilmiah Multi Science Kesehatan, 15(2)*, pp. 185–196.
- Sinaga, E.S. and Lubis, A. (2023) 'Faktor yang Berhubungan dengan Siswi Kelas VII dalam Menghadapi Menarche', *Getle Birth, 4(1)*, pp. 17–29
- Stocks, N. (2019) 'edukasi pengetahuan remaja lmu pengetahuan dan teknologi yang menjadi pusat perhatian dunia.', (2010), pp. 1–23.
- Sugiyono (2020) *Metode Penelitian Pendidikan : pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Trya Aryaputri S, Ni Komang Ari S. (2021) 'Pengaruh Pendidikan Kesehatan Mengenai Menarche Terhadap Penurunan Kecemasan Siswi Smp Kelas VII Menjelang Menarche Di SMP Negeri 1 Semarang.', *Journal of Chemical Information and Modeling, 3(1)*, pp. 1689–1699. A
- Usman, H., Tondong, H.I. and Kuswanti, F. (2023) 'Upaya Menghadapi Menarche dengan Meningkatkan Pengetahuan Remaja Putri Melalui Menstrual Hygiene Management Comic Book Di Pondok Pesantren Hidayatullah', *Jurnal : Jurnal Pengabdian Nusantara, 6(2)*, pp. 475–485.
- Utami, Y.A.P. (2019) 'Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Tingkat Kecemasan Remaja Dalam Menghadapi Menarche Pada Siswi Kelas V Dan Vi Di Sd Negeri 1 Ceper Klaten', *Jurnal Keperawatan, 4(1)*, pp. 1–12.
- Wakano, M. *et al.* (2020) 'Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Menstruasi Terhadap Tingkat Kecemasan Dalam Menghadapi Menarche Pada Siswa Kelas Vi Sd Negeri 4 Dobo', *Pasapua Health Journal, 3(2)*, pp. 80–85.
- WHO (2019) 'The anxiety, menstrual and reproductive health of younger adolescents', *Geneva: WHO Press*, pp. 1–57.
- Widyasari, H. (2022) 'Pengaruh Pendidikan Kesehatan Remaja Terhadap Kecemasan Menghadapi Menarche pada siswi kelas 4,5 di MI 03 Islamiyah Kota Madiun', *Angewandte Chemie International Edition, 6(11)*, 951–952.,
- Yunike, T.H. and Agustin, W.R. (2023) 'Pengaruh edukasi kesehatan dengan media video animasi tentang menarche (menstruasi pertama) terhadap tingkat kecemasan siswi sekolah dasar', *Jurnal Keperawatan, 3(4)*.
- Zaini Miftach (2019) 'metodologi penelitian', pp. 53–54.