

HUBUNGAN KESIAPAN DIRI
DENGAN TINGKAT KECEMASAN
DALAM MENGHADAPI
MENARCHE PADA SISWI
SEKOLAH DASAR DI WILAYAH
DONOHARJO

by Raihan Afifah Putri Wardhany

Submission date: 22-Nov-2024 12:15PM (UTC+0700)

Submission ID: 2528296046

File name: new_Cek_Plagiat_Raihan_Afifah_BAB_1_3_4_5.docx (283.71K)

Word count: 9122

Character count: 62957

**HUBUNGAN KESIAPAN DIRI ⁷ DENGAN TINGKAT
KECEMASAN DALAM MENGHADAPI *MENARCHE* PADA
SISWI SEKOLAH DASAR DI WILAYAH DONOHARJO**

SKRIPSI



Disusun Oleh:

RAIHAN AFIFAH PUTRI WARDHANY

NPM : 212201088

**⁴ PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA
2024**

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Sekolah Dasar (SD) merupakan jenjang pendidikan dasar yang menjadi landasan bagi setiap individu dalam mengembangkan potensi diri. Menurut UNESCO Berdasarkan laporan pemantauan pendidikan global, jumlah sekolah dasar di seluruh dunia bervariasi. Sekolah dasar di Indonesia Pada tahun 2022, terdapat sekitar 394 ribu unit sekolah di Indonesia, dengan 87,74% merupakan SD negeri (Geograf, 2023). Siswa yang berada di rentang usia 10-12 tahun merupakan remaja awal. Jumlah remaja awal perempuan di DIY pada tahun 2022 yaitu 27.252 jiwa (BPS, 2022). Di Kabupaten Sleman jumlah remaja Perempuan pada tahun 2023 diperkirakan mencapai 1,2 juta jiwa, sedangkan di Kecamatan Ngaglik adalah 53,4 ribu jiwa (BPS, 2022).

Masa remaja awal tersebut terjadi perubahan yaitu adanya perubahan fisiologis atau fisik, perubahan secara psikologis, perubahan kognitif, dan perubahan biologis. Perubahan fisiologis yang terjadi antara lain yaitu melebarnya pinggul, tumbuhnya rambut di sekitar alat kelamin dan membesarnya payudara (Aisyaroh, 2020). Salah satu penanda akan terjadinya menstruasi yaitu adanya perubahan fisiologis yang terjadi pada remaja awal (Wahab dkk., 2020). Masa remaja atau masa pubertas adalah tahap perkembangan di mana terjadi kematangan fisik, perkembangan alat-alat seksual, dan tercapainya kemampuan reproduksi (Timiyatun & Okta, 2021). Perubahan fisiologis ini berdampak pada kurangnya rasa percaya diri seorang remaja perempuan. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Madya (2023) kepercayaan diri pada remaja: menguji peranan perbandingan sosial dan ketidakpuasan tubuh yang dilakukan pada 100 responden remaja yang artinya social comparison dan *body dissatisfaction* (ketidakpuasan bentuk tubuh) memberikan sumbangan efektif sebesar 52,4% terhadap kepercayaan diri. Sedangkan sisanya dipengaruhi oleh faktor lain. Dengan demikian, social comparison dan *body dissatisfaction* (ketidakpuasan bentuk tubuh) secara bersamaan memiliki korelasi dengan kepercayaan diri.

Perubahan lain yang terjadi yaitu perubahan psikologis dapat berupa kecemasan, gangguan harga diri rendah, gangguan gambaran diri dan gangguan sosial. Menurut Riset yang dilakukan oleh Tim Divisi psikiatri anak dan remaja, dan Riset tersebut juga mendukung temuan Badan Kesehatan Dunia, bahwa 1 dari 4 remaja di usia 10-12 tahun menderita gangguan psikologis karena perubahan fisik pada masa pubertas dapat memicu rasa tidak percaya diri, kecemasan, dan depresi pada remaja (Bunga, 2023). Indonesia adalah negara berkembang karena setiap tahunnya angka kecemasan semakin meningkat, prevalensi kecemasan diperkirakan 20% dari populasi dunia sebanyak 47,7% remaja awal merasakan cemas. Fase remaja awal usia 10-12 tahun mengalami kecemasan karena perubahan psikologis dan perubahan fisik yang cepat pada tubuhnya (Hidayatus Sholeha, 2016).

Faktor lain yang juga dapat mengganggu kesiapan, dalam menghadapi *menarche* yaitu perubahan kognitif. Perubahan kognitif yang dialami oleh siswi remaja awal yaitu perubahan kemampuan mental seperti belajar, memori, menalar, berpikir, dan bahasa (Nur dkk., 2017). Berdasarkan penelitian yang dilakukan Lee (2008) dalam Marhamatunnisa (2012) kepada 155 remaja, ditemukan 12% remaja yang tidak mempersiapkan datangnya *menarche* mengungkapkan bahwa mereka merasa dirinya kotor, memalukan, dan menjijikkan karena mendapati celananya penuh noda darah menstruasi. Banyak respon negatif yang ditunjukkan anak yang baru mengalami *menarche* pada dasarnya merupakan hal yang wajar berkaitan dengan tumbuh kembangnya, namun penting untuk diberi tindakan (Nur dkk., 2017). Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa 71,4% remaja putri berumur 12 tahun semakin cukup umur, tingkat kematangan dan kekuatan seseorang akan lebih matang dalam berpikir. Daya ingat orang itu salah satunya dipengaruhi oleh umur, dengan bertambahnya umur orang akan berpengaruh pada penambahan pengetahuan yang diperolehnya (Susanti, dkk).

Penelitian yang dilakukan oleh Bharatwaj dkk, (2014) menyatakan bahwa dari 101 responden remaja awal perempuan, 61.3% responden remaja awal tidak memiliki pengetahuan tentang menstruasi. Sekitar 49.5% responden remaja awal

dalam penelitian tersebut merasa panik dan 50.49% merasa terpuruk, terbatas dan depresi.

Perubahan yang juga akan dialami oleh remaja awal adalah perubahan biologis, seperti menstruasi yang pertama kali terjadi pada seorang perempuan disebut dengan *Menarche*. Usia *menarche* dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu genetika, nutrisi, aktivitas fisik, faktor lingkungan, pengaruh arus komunikasi, dan globalisasi. Remaja awal putri yang mengalami *menarche* membutuhkan penyesuaian diri terhadap perubahan yang terjadi sehingga dapat menimbulkan respon berupa kebingungan, rasa cemas, sedih, stress, sampai dengan mudah marah dan emosional. Kecemasan yang berlebihan pada saat menghadapi *menarche* akan berdampak pada belajar anak yang menjadi terganggu karena membayangkan menstruasi yang semakin dekat, dengan adanya perubahan tersebut (Sainah dkk., 2022).

Menghadapi *menarche* remaja awal harus membutuhkan kesiapan yang baik. Remaja yang belum siap menghadapi *menarche* mungkin memiliki keinginan untuk menolak proses fisiologis, psikologis, biologis dan kognitif tersebut dan merasa bahwa menstruasi yaitu hal yang kejam dan menakutkan (Sainah dkk., 2022). Beberapa penelitian yang membuktikan bahwa kesiapan menghadapi *menarche* dinyatakan tidak siap sebanyak 28 siswi (77,8%) menurut (Retnaningsih 2020). Menurut penelitian Elvina (2021) tentang faktor yang berhubungan dalam menghadapi *menarche* ditemukannya hasil pengetahuan rendah (47,9%), sikap negatif (40,9%), dukungan orangtua tidak mendukung (44,7%), belum siap (64%). Sedangkan penelitian Simon (2021) tentang hubungan pengetahuan dan sikap dengan kesiapan siswi dalam menghadapi *menarche* di SD Islam Guppi Kota Sorong ditemukan hasil pengetahuan kurang (41,2%) dan sikap negatif (38,6%), tidak siap (52,4%) hal ini berarti mayoritas siswi belum siap menghadapi *menarche*.

Faktor yang paling mengganggu kesiapan selain dari masalah kognitif yaitu psikologis. Kecemasan adalah masalah utama dalam menghadapi *menarche* antara lain pengetahuan, usia *menarche*, dukungan ibu, sumber informasi, dan ketidaksiapan. Dampak dari ketidaksiapan dalam menghadapi *menarche* pada remaja putri dapat menimbulkan kecemasan, menimbulkan gejala-gejala patologis

seperti rasa takut, kepala pusing, dismenorea, pegal pegal di kaki dan di punggung (Winarti dkk., 2017). Emosi negatif muncul pada anak perempuan yang tidak dipersiapkan dengan baik diawal menstruasi akan mengakibatkan kecemasan (Yeung & Retnaningsih, 2020). Tingkat kecemasan pada responden dengan cemas ringan sebanyak 3 siswi (8,3%), cemas sedang sebanyak 20 siswi (55,6%) dan dengan cemas berat sebanyak 13 siswi (36,1%). Hal ini menunjukkan bahwa responden mayoritas memiliki tingkat kecemasan yang sedang (Retnaningsih dkk 2020).

Melihat gambaran tersebut kekhawatiran dan juga kecemasan yang dialami remaja putri dalam menghadapi menstruasi yang dialaminya terutama pada masa *menarche* ini apabila tidak tertangani dengan baik akan mendapatkan beberapa masalah kesehatan psikologis bagi remaja salah satunya yaitu terjadinya isolasi sosial, harga diri rendah, remaja awal yang belum menerima perbuahan fisik dan perubahan kognitif di dalam dirinya akan merasa minder atau kurangnya rasa percaya diri. Oleh karena itu, penting untuk melihat kesiapan diri dari remaja awal dalam menghadapi *menarche* (Retnaningsih dkk. 2020).

Menurut hasil dari studi pendahuluan pada SD di wilayah Donoharjo yang saya lakukan oleh 17 siswi kelas 4 dan 5 bahwa dari 17 siswi 40% siswi mengatakan mampu mengganti pembalut dengan benar dan 50% siswi mengatakan belum mengetahui cara mengganti pembalut, 30% siswi mengatakan sudah mengetahui apa itu menstruasi dan 60% siswi mengatakan belum mengetahui apa itu menstruasi, 70% siswi mengatakan bahwa menstruasi adalah hal yang tabu dan 20% siswi mengatakan bahwa menstruasi adalah hal yang wajib bagi seorang perempuan. Maka dari itu, untuk memastikan apakah adanya hubungan antara kesiapan diri dan tingkat kecemasan dalam menghadapi *menarche*, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian ini mengenai hubungan kesiapan diri dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi *menarche* pada siswi sekolah dasar di wilayah Donoharjo tahun 2024 untuk melengkapi penelitian sebelumnya. Sekolah dasar yang akan saya lakukan penelitian yaitu pada SD Negeri Brengosan 1, SD Negeri Brengosan 2 dan SD Negeri Banteran 1 yang merupakan salah satu SD di Kabupaten Sleman yang berada pada wilayah kerja Puskesmas Ngaglik. Dari hasil

Search tidak ditemukan adanya penelitian di SD tersebut terkait dengan hubungan kesiapan diri dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi *menarche*.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah ada hubungan kesiapan diri dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi *menarche* pada siswi sekolah dasar di wilayah Donoharjo?”

C. Tujuan Penelitian

1) Tujuan Umum

Mengetahui hubungan tingkat kesiapan diri dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi *menarche* pada pada siswi Sekolah Dasar di wilayah Donoharjo.

2) Tujuan Khusus

- a) Diketahui karakteristik responden remaja awal dalam menghadapi *menarche* pada siswi Sekolah Dasar di wilayah Donoharjo.
- b) Diketahui gambaran kesiapan diri remaja awal dalam menghadapi *menarche* pada siswi Sekolah Dasar di wilayah Donoharjo.
- c) Diketahui gambaran tingkat kecemasan remaja awal dalam menghadapi *menarche* pada pada siswi Sekolah Dasar di wilayah Donoharjo.
- d) Diketahui keeratan hubungan kesiapan diri dengan tingkat kecemasan remaja awal dalam menghadapi *menarche* pada siswi Sekolah Dasar di wilayah Donoharjo.

D. Manfaat Penelitian

1) Bagi Siswi Sekolah Dasar

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi mengenai kesiapan tentang *menarche* dan tingkat kecemasan siswi dalam menghadapi *menarche*.

2) Bagi Tenaga Kesehatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada tenaga Kesehatan untuk meningkatkan upaya dalam melakukan promosi dan penyuluhan Kesehatan.

3) Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian dapat menambah informasi awal bagi peneliti yang berminat melakukan penelitian serupa atau lanjutan.

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDRAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif analitik non-eksperimental dengan pendekatan *cross-sectional*, yang bertujuan melihat gambaran dan mempelajari dinamika korelasi antara hubungan Kesiapan diri siswi sekolah dasar tentang menstruasi dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi *menarche*. Observasi dilakukan sekaligus pada saat bersamaan, artinya setiap subjek hanya dilakukan sekali saja diukur pada waktu yang bersamaan menurut Andayani (2022). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kesiapan diri dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi *menarche* pada siswi sekolah dasar kelas IV dan V di SD Negeri Brengosan 1, SD Negeri Brengosan 2, dan SD Negeri Banteran 1.

B. Lokasi dan Waktu Kegiatan

1. Tempat Penelitian

Penelitian ini dilakukan di SD Negeri Brengosan 1, SD Negeri Brengosan 2 dan SD Negeri Banteran 1, Donoharjo Ngaglik Sleman Yogyakarta.

2. Waktu Penelitian

- a) Penelitian ini telah dimulai dari pembuatan proposal mulai bulan Februari sampai dengan Agustus 2024.
- b) Pengambilan data ini dilakukan pada bulan Juli di tahun 2024 dilaksanakan pada:
 - 1) Pengambilan data di SDN Brengosan 1 dilakukan pada tanggal 22 juli 2024
 - 2) Pengambilan data di SDN Brengosan 2 dilakukan pada tanggal 23 juli 2024
 - 3) Pengambilan data di SDN Banteran 1 dilakukan pada tanggal 26 juli 2024

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang mempunyai kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2019). Populasi penelitian ini adalah siswi usia sekolah dasar kelas IV dan V di SD Negeri Brengosan 1, SD Negeri Brengosan 2, dan SD Negeri Banteran 1.

2. Sampel

Sampel adalah kumpulan individu-individu atau objek-objek yang dapat diukur yang mewakili populasi. Adapun ide dasar dari pengambilan sampel adalah dengan menyeleksi bagian dari elemen-elemen populasi. Sampel dalam penelitian ini nantinya akan disebut sebagai responden.

Penelitian ini karena jumlah populasi mempunyai susunan bertingkat atau berlapis-lapis, maka penelitian menggunakan Teknik *stratified random sampling* saat proposal dibuat, namun adanya kendala dalam mengambil sampel peneliti merubah Teknik sampling menjadi *Simple random sampling*. Menurut Desi (2021) Teknik *simple random sampling* adalah teknik pengambilan sampel anggota populasi dilakukan secara acak, tanpa memperhatikan strata yang terdapat dalam populasi tersebut. Misalnya: dalam satu sekolah terdapat beberapa kelas yaitu dalam penelitian ini adalah kelas IV dan V yang terdiri dari 3 sekolah dasar. Oleh karena itu, dalam pengambilan sampel ini digunakan rumus dalam menentukan ukuran sampel, untuk menghitung ukuran sampel dari popuasi yang diketahui jumlahnya akan menggunakan rumus Analitis Korelatif seperti yang terdapat dalam Dahlan (2009) sebagai berikut :

Gambar 3.1 Rumus Analitis Korelatif

$$n = \left\{ \frac{Z_{\alpha} + Z_{\beta}}{0,5 \ln[(1+r)/(1-r)]} \right\}^2 + 3$$

4
Keterangan :

- Z_{α} : Deviat baku alfa
- Z_{β} : Deviat baku beta
- r : Korelasi minimal yang dianggap bermakna

Diketahui :

- Z_{α} : Kesalahan 10% = 1,645
- Z_{β} : Kesalahan 10% = 1,282
- r : Nilai koefisien korelasi dari penelitian sebelumnya = 0,367

$$n = \left\{ \frac{1,64 + 1,28}{0,5 \ln \left(\frac{1+0,367}{1-0,367} \right)} \right\}^2 + 3$$

$$n = \left\{ \frac{(2,92)}{0,5 \ln \left(\frac{1,367}{0,633} \right)} \right\}^2 + 3$$

$$n = \left\{ \frac{(2,92)}{0,5 \ln(2,159)} \right\}^2 + 3$$

$$n = \left\{ \frac{2,92}{0,384} \right\}^2 + 3$$

$$n = \{7,6\}^2 + 3$$

$$n = 57,76 + 3$$

$$n = 60,76$$

$$n = 61$$

44
Jadi, sampel yang dibutuhkan dalam penelitian ini adalah 61 responden, untuk mengantisipasi hilangan data penulis menambahkan 10% jadi untuk jumlahnya adalah 67 responden.

Gambar 3.2 Rumus stratified random sampling

$$\text{Sampel} = \frac{\text{Jumlah Populasi}}{\text{Total Populasi}} \times \text{Total sampel}$$

1) SDN Brengosan 1 = $\frac{24}{89} \times 67 = 17,5$ dibulatkan menjadi 18 siswi

2) SDN Brengosan 2 = $\frac{32}{89} \times 67 = 23,9$ dibulatkan menjadi 24 siswi

3) SDN Banteran 1 = $\frac{33}{89} \times 67 = 29,5$ dibulatkan menjadi 25 siswi

Jadi, sampel yang diperlukan dalam penelitian ini yaitu SDN Brengosan 1 berjumlah 18 siswi, SDN Brengosan 2 berjumlah 24 siswi, dan SDN Banteran 1 berjumlah 25 siswi. Total keseluruhan sampel adalah 67 siswi seperti rencana awal penelitian.

Saat penelitian, peneliti memperoleh 71 responden siswi yang terpilih tidak ada siswi yang mengundurkan diri, sehingga jumlah sampel sudah sesuai saat perencanaan. Pada dasarnya peneliti memberikan semua kuisioner kepada siswi, namun 4 siswi masuk ke dalam kriteria eksklusi maka dari itu, 4 siswi tersebut masuk dalam dropout responden. Dari 4 responden 2 responden dari SDN Brengosan 1 dan 2 responden dari SDN Brengosan 2, namun peneliti mengambil tambahan responden sebanyak 4 responden pada SDN Banteran 1 jadi, jumlah sample dalam penelitian ini yaitu sebanyak 67 responden sesuai dengan rencana penelitian.

a. Besar sampel

Sampel dalam penelitian ini adalah siswi usia sekolah dasar kelas IV dan V di SDN Brengosan 1, SDN Brengosan 2, dan SDN Banteran 1. Besar sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah 67 responden.

b. Kriteria sampel

Kriteria sampel digunakan untuk menentukan layak atau tidaknya sampel sesuai dengan penelitian. Kriteria sampel terdiri dari kriteria inklusi dan eksklusi adalah sebagai berikut :

1) Kriteria inklusi

Kriteria inklusi adalah karakteristik umum subjek penelitian dari suatu populasi target dan terjangkau yang akan diteliti (Nursalam, 2017). Sampel penelitian yang memenuhi syarat sebagai sampel dalam penelitian ini memiliki kriteria inklusi yaitu :

- a) Siswi yang bersedia menjadi responden dan telah menandatangani *informed consent* yang diisi dengan didampingi wali kelas.
- b) Siswi yang berusia 10-12 tahun,
- c) Siswi yang mampu membaca dan menulis,
- d) Siswi yang mampu berkomunikasi dengan baik.
- e) Tinggal satu atap dengan ibu.

18
2) Kriteria eksklusi

Kriteria eksklusi adalah menghilangkan atau mengeluarkan subjek yang memenuhi kriteria inklusi dari studi karena berbagai sebab (Nursalam, 2017).

Kriteria eksklusi dalam penelitian ini yaitu :

- a) Siswi yang sudah menstruasi,
- b) Siswi yang sedang sakit dan tidak mampu mengisi kuesioner.
- c) Siswi dengan status piatu dan yatim piatu.

D. Variabel

28
1. Variabel Bebas (Independen)

Variabel independent adalah variable resiko atau sebab (Notoatmodjo, 2012). Variabel bebas dalam penelitian ini adalah kesiapan diri dalam menghadapi *menarche*.

14
2. Variabel Terikat (Dependen)

Variabel dependen adalah variable akibat atau efek (Notoatmodjo, 2012) variable terikat dalam penelitian ini adalah tingkat kecemasan.

A. Definisi Operasional

3
Tabel 1 Definisi Operasional

NO	Variabel	Definisi Operasional	Indikator	Alat Ukur	Skala	Hasil
1	Variabel independent (bebas):					1
	Kesiapan dalam menghadapi <i>menarche</i> .	Suatu kesiapan seseorang dalam perubahan dan perkembangan yang akan dialami ketika menghadapi <i>menarche</i> pada usia remaja awal di sekolah dasar.	a. Pemahaman 1. Pengertian <i>menarche</i> 2. Usia <i>menarche</i> 3. Tanda dan gejala <i>menarche</i> 4. Perubahan gambaran diri terkait perubahan fisik yang dialami	Kuisisioner dengan 10 pernyataan tentang kesiapan menghadapi <i>menarche</i> oleh siswi sekolah dasar.	Ordinal	Tidak siap : apabila persentase jawaban siap 0% - 50% Siap : apabila persentase jawaban siap 51% -100%
			b. Penghayatan: perasaan			

3
seseorang menghadapi
menarche

c. Kesiapan:

1. kesanggupan seseorang menghadapi menarche
2. bersedia menerima perubahan yang terjadi selama menarche bersedia dalam mengakses informasi terkait menarche.

3

2 Variabel Dependen (Terikat)

Tingkat Kecemasan	Suatu kondisi emosional yang tidak nyaman, adanya perasaan khawatir, gelisah, firasat buruk dan takut yang dialami oleh individu saat mengalami menstruasi pertama kali (<i>menarche</i>)	Gejala Kecemasan : 1. Cemas 2. Gangguan 3. Takut 4. Pola Tidur 5. Kemampuan Konsentrasi 6. Perasaan Sedih Zung (1997)	Kuesioner <i>Zung Self Rating Anxiety Scale 20</i> pernyataan yang terdiri dari 15 pernyataan unfavourable dan 5 pertanyaan Favourable	Ordinal	Normal/tidak cemas: Skor 20-44 Kecemasan ringan: Skor 45-59 Kecemasan sedang : Skor 60-74 Kecemasan berat : Skor 75-80
-------------------	---	--	--	---------	---

B. Alat Pengumpul Data

Alat pengumpul data yang digunakan oleh peneliti dalam penelitian ini berupa kuesioner. Kuesioner adalah daftar pertanyaan yang diisi oleh peneliti berdasarkan jawaban lisan yang diberikan oleh responden atau responden mengisi kuesioner secara mandiri (Notoatmodjo, 2010). Kuesioner kesiapan menghadapi menarche variabel kesiapan terdiri dari 10 pertanyaan. Kuesioner yang diberikan kepada responden berisikan tentang identitas responden, yaitu seperti inisial nama, kelas dan umur. Dalam kuesioner terdapat pertanyaan mengenai pengetahuan dan kesiapan menarche pada siswi kelas IV dan V di SDN Brengosan 1, SDN Brengosan 2, dan SDN Banteran 1 Kalurahan Donoharjo.

a. Kesiapan

Kuesioner kesiapan dalam penelitian ini mengambil dari penelitian sebelumnya yaitu dari peneliti (Andayani, 2022) dalam kuisisioner tersebut bukan kuisisioner baku melainkan disusun oleh peneliti berdasarkan indicator pada kerangka konsep dan definisi operasional, sehingga untuk memvaliditasi

kuisisioner maka peneliti sebelumnya sudah melakukan uji validitas kuisisioner. Uji validitas yang sudah dilakukan oleh peneliti sebelumnya dalam kuisisioner ini adalah face validity. Pernyataan dalam kuisisioner tersebut menggunakan skala ordinal dengan dua jawaban pilihan yaitu YA dan TIDAK. Untuk memperoleh data kesiapan *menarche*, maka kuisisioner ini terdiri dari 10 pertanyaan. Masing-masing nilai skor dari 10 pertanyaan tersebut dijumlahkan dan diberikan bobot nilai atau skor dengan keterangan sebagai berikut :

Siap : apabila persentase jawaban siap 51% -100%

Tidak siap : apabila persentase jawaban siap 0% - 50%

(Arikunto, 2013)

Tabel 2 Blueprint instrument Kesiapan diri

Pernyataan	Favourable	Unfavourable
Nomor	1,7,10	2,3,4,5,6,8,9
Jumlah Total	3	7

Tabel 3 Tabel penilaian kuisisioner kesiapan

	Jawaban Responden	
	Ya	Tidak
Favourable	1	0
Unfavourable	0	1

b. Kecemasan

Menurut Zung (1997) Z-SAS terdiri atas 20 item pernyataan yang dapat menunjukkan enam gejala dari keadaan kecemasan yaitu cemas, tegang, takut, pola tidur, kemampuan konsentrasi dan perasaan sedih. Peneliti melakukan modifikasi antara *Zung Self-Rating Anxiety Scale (Z-SAS)* dengan kecemasan pada *menarche*. Menurut Zung (1997) tingkat kecemasan ekstrim sama dengan panik atau sangat berat. Penilaian dilakukan dengan menjumlahkan dari jawaban yang dipilih oleh responden yaitu:

- 1) Tidak pernah : 1
- 2) Kadang-kadang : 2
- 3) Sering : 3
- 4) Selalu : 4

(Nursalam 2015)

Tabel 4 Blueprint instrument Zung Self-Rating Anxiety Scale

Pertanyaan	Favourable	Unfavorable
Nomor	5,9,13,17,19	1,2,3,4,6,7,8,10,11,12,14,15,16,18,20
Jumlah Total	5	15

Tabel 5 Teknik penilaian instrumen Zung Self-Rating Anxiety Scale

	Jawaban Responden			
	Tidak Pernah	Kadang-kadang	Sering	Selalu
Favourable	4	3	2	1
Unfavourable	1	2	3	4

C. Metode Pengumpulan Data

Pada penelitian, peneliti memakai proses pengumpulan data secara dasar atau primer. Data primer adalah data yang diperoleh secara langsung dari subjek dengan menggunakan alat penelitian subjek langsung sebagai sumber informasi penting (Hermawan, 2019). Data utama dalam penelitian ini diperoleh dari kuesioner.

Metode pengumpulan data utama dilakukan dengan cara menyebarkan kuesioner kepada responden. Adapun kuesioner yang digunakan yaitu kuesioner kesiapan dan kecemasan *Zung Self-Rating Anxiety Scale (Z-SAS)*. Kuesioner akan dibagikan secara langsung. Sebelum mengisi kuesioner, peneliti menjelaskan lebih dulu tujuan maupun manfaat penelitian, dan melakukan persetujuan terhadap responden

D. Validitas dan Reliabilitas

Alat ukur atau instrumen yang digunakan agar valid dan dapat menunjang hasil penelitian, perlu dilakukan uji validitas dan reliabilitas. Uji validitas dan reliabilitas memerlukan jumlah responden minimal sebanyak 20 orang untuk memperoleh distribusi nilai hasil pengukuran yang mendekati normal (Notoatmodjo, 2010).

1. Uji Validitas

Uji validitas merupakan suatu langkah pengujian yang dilakukan terhadap isi dari suatu instrumen, dengan tujuan untuk mengukur ketepatan instrumen yang digunakan dalam suatu penelitian. Tujuan dari uji validitas ini yaitu untuk mengetahui ketepatan suatu instrumen pengukuran dalam melakukan fungsi ukurnya terhadap variabel tertentu (Sugiyono, 2013).

- a. Uji validitas tentang kesiapan menghadapi *menarche* yang dilakukan oleh Sulistyoningsih (2014) pada 20 responden (r tabel = 0,444) didapatkan bahwa 24 item pernyataan valid yaitu setiap item pernyataan r hitung $>$ r tabel.
- b. Kuesioner tingkat kecemasan Penelitian ini menggunakan instrumen yaitu untuk uji validitas *Zung Self-Rating Anxiety Scale (SAS/SRAS)*, merupakan kuesioner baku dalam bahasa Inggris yang dirancang oleh William WK Zung.

2. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas merupakan pengukuran pada alat ukur untuk mengetahui konsistensi pada alat ukur variabel bila dilakukan pengukuran secara berulang (Sugiyono, 2013). Reliabilitas adalah adanya suatu kesamaan hasil apabila pengukuran dilaksanakan pada orang yang sama dalam waktu yang berbeda (Setiadi, 2007).

- a. Uji reliabilitas kuisisioner kesiapan didapatkan nilai *Alpha Crobach* 0,961 dengan nilai r tabel 0,444, maka reliabel karena r alpha $>$ r tabel.
- b. Kuesioner tingkat kecemasan modifikasi *Zung Self- Rating Anxiety Scale (Z-SAS)* didapatkan nilai *Alpha Crobach* 0,933 dengan nilai r tabel 0,444 maka reliabel karena r alpha $>$ r tabel.

E. Metode Pengolahan dan Analisis Data

1. Metode Pengolahan

a. Editing

Proses editing merupakan proses pemeriksaan angket atau kuesioner yang telah diisi oleh responden. Pemeriksaan kelengkapan kuesioner meliputi kejelasan, relevansi dan konsistensi atas jawaban yang telah diisi oleh responden (Notoatmodjo, 2010). Peneliti memeriksa kelengkapan kuesioner yang meliputi data umum dan jawaban atas pertanyaan dalam kuesioner penelitian.

b. Coding

Coding merupakan proses untuk memberi kode tertentu pada data penelitian agar memudahkan proses pengolahan data. Definisi lain dari coding yaitu pengubahan data berupa kalimat atau huruf menjadi data angka atau bilangan (Notoatmodjo, 2010). Kode yang digunakan dalam penelitian

ini adalah:

1) Kesiapan menghadapi *menarche*

0 = Tidak memiliki kesiapan

1 = Memiliki kesiapan

2) Tingkat kecemasan

Selanjutnya skor yang dicapai dari semua item pernyataan dijumlahkan, kemudian skor yang didapat dikategorikan menjadi 4 kriteria tingkat kecemasan (Nursalam, 2015) yaitu:

Normal/tidak cemas (Skor 20-44) = 1

Kecemasan ringan (Skor 45-59) = 2

Kecemasan sedang (Skor 60-74) = 3

Kecemasan berat (Skor 75-80) = 4

c. *Entry Data*

Proses *entry data* merupakan proses memasukkann data ke dalam table dilakukan dengan program yang ada di computer (Irwan, 2020). Proses memasukkan data pada penelitian ini menggunakan program SPSS 23.

d. *Cleaning*

Cleaning adalah kegiatan memeriksa data yang telah dimasukkan kedalam program pengolahan data untuk mengetahui kesalahan-kesalahan data (Irwan, 2020). Data yang sudah dimasukkan perlu diperiksa kembali untuk melihat kemungkinan adanya kesalahan kode, ketidaklengkapan, dan sebagainya, kemudian dilakukan pembetulan atau koreksi (Notoatmodjo, 2020). Peneliti memeriksa kembali data yang telah dimasukkan ke SPSS untuk mencegah kesalahan dan ketidaklengkapan data pada SPSS .

e. Analisis Data

Analisis data dilakukan dengan tujuan memperoleh gambaran dari hasil penelitian yang telah dirumuskan dalam tujuan penelitian, membuktikan hipotesis- hipotesis penelitian yang telah dirumuskan, memperoleh kesimpulan secara umum dari penelitian yang merupakan kontribusi dalam pengembangan ilmu yang bersangkutan (Notoatmodjo, 2020).

1. Analisis Univariat

3 Analisis univariat digunakan untuk mendeskripsikan karakteristik masing- masing variabel penelitian yang diukur (Notoatmodjo, 2020). Pada umumnya dalam analisis univariat hanya menghasilkan distribusi frekuensi dan persentase pada setiap variable. Analisis unvariant pada penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan karakteristik umum variable yaitu distribusi frekuensi usia siswi saat *menarche*, kesiapan dalam menghadapi *menarche* dan Tingkat kecemasan siswi dalam menghadapi *menarche*.

2. Analisis Bivariat

Analisis bivariat dilakukan terhadap dua variabel yang diduga berhubungan atau berkorelasi (Notoatmodjo, 2020). Pada penelitian ini, untuk mengetahui hubungan kesiapan diri menghadapi *menarche* dengan tingkat kecemasan pada siswi SD. Jenis data variabel independen dan variabel dependen adalah kategorik ordinal, maka analisis yang digunakan adalah uji hipotesis parametrik *Gamma* dengan signifikansi 5%. Koefisien korelasi *Gamma* digunakan untuk pasangan pengamatan dengan skala data ordinal dalam bentuk kategorik peringkat (data ditampilkan dalam bentuk tabel kontingensi) dan koefisien menunjukkan hubungan yang linier (Nugroho, 2008).

Hasil uji *Gamma* diperoleh nilai r sebesar 0,692 hal ini berarti terdapat hubungan yang sempurna dan kuat antara hubungan kesiapan diri dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi *menarche* karena nilai r dalam rentang 0,60-0,799 berikut tabel interpretasi koefisien korelasi:

Interval koefisien	Tingkat hubungan
0,00 – 0,199	Sangat rendah
0,20 – 0,399	Rendah
0,40 – 0,599	Sedang
0,60 – 0,799	Kuat
0,80 -1,00	Sangat kuat

Sumber : Sugiyono (2006 : 214)

Sedangkan nilai signifikasinya sebesar 0,030 lebih kecil dari taraf signifikansi $p = \leq 0,05$ ($0,030 < 0,05$). Hal tersebut berarti ada hubungan

yang signifikan antara kesiapan diri dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi *menarche* pada siswi sekolah dasar di wilayah Donoharjo. Hal ini dapat dikatakan apabila kesiapan yang dimiliki baik, maka responden tidak akan cemas dalam menghadapi *menarche*.

F. Etika Penelitian

Penelitian ini telah melakukan uji kelayakan etik dan telah dinyatakan layak etik dari komite etik. Penelitian Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta pada tanggal 7 Juni 2024 dengan Nomor : Skep/202/KEP/VI/2024. Masalah etika penelitian sangat penting karena penelitian ini berhubungan langsung dengan manusia, sehingga perlu dilakukan *informed consent* sebelum diberikan intervensi.

1. Lembar Persetujuan (*Informed Consent*)

Lembar persetujuan ini dijelaskan kepada responden bertujuan agar responden mengetahui maksud dan tujuan dari penelitian (Setiadi, 2020). Responden penelitian ini adalah siswi sekolah dasar, maka berdasarkan Permenkes RI Nomor 290/Menkes/per/III/2008 dan UU No. 2004 Pasal 45 tentang *Inform Consent* bahwa anak usia kurang dari 18 tahun untuk *Inform Consent* diwakilkan kepada keluarga terdekat atau orang terdekat. Penelitian ini, lembar persetujuan dijelaskan kepada guru wali kelas sebelum dilakukan pemberian informasi mengenai tujuan penelitian. Guru wali kelas sebagai perwakilan responden bersedia bahwa siswi sebagai responden penelitian dan menandatangani lembar consent penelitian.

2. Kerahasiaan (*Confidentialy*)

Kerahasiaan informasi yang diberikan oleh responden merupakan kewajiban seorang peneliti dan juga melindungi data yang telah dikumpulkan selama penelitian (Irwan, 2020). Kerahasiaan pada penelitian ini dilakukan dengan cara tidak memberikan identitas responden, dan data hasil penelitian kepada orang lain, nama responden yang tertulis dalam kuisioner menggunakan nama inisial. Informasi berhubungan dengan peserta atau kenyataan bahwa individu telah berpartisipasi dalam suatu studi tidak diberikan kepada setiap orang di luar penelitian. Penyimpanan data responden

akan dimusnahkan jika sudah 5 tahun tersimpan.

3. Asas Kemanfaatan (*Beneficency*)

Peneliti harus mempertimbangkan manfaat dan dampak atau risiko dari penelitian yang akan dilakukan. Penelitian yang dilakukan harus memiliki manfaat yang maksimal khususnya bagi responden, peneliti hendaknya meminimalisasi dampak yang dapat merugikan responden (Notoatmodjo, 2020). Penelitian yang dilakukan harus bebas dari penderitaan, yaitu dilaksanakan tanpa mengakibatkan penderitaan kepada responden penelitian (Nursalam, 2020). Penelitian ini, peneliti melaksanakan penelitian sesuai dengan prosedur yang ada supaya tidak membahayakan responden dan guna mendapatkan manfaat yang optimal.

4. Keadilan (*Justice*)

Prinsip ini perlu dijaga oleh peneliti dengan kejujuran, keterbukaan, dan kehati-hatian. Lingkungan penelitian perlu dikondisikan sehingga memenuhi prinsip keterbukaan, yaitu dengan menjelaskan prosedur penelitian. Prinsip keadilan ini menjamin bahwa semua subyek penelitian memperoleh perlakuan dan keuntungan yang sama, tanpa membedakan jender, agama, dan sebagainya (Notoatmodjo, 2020).

Penelitian ini, peneliti memberlakukan adil atau sama untuk semua responden, atau dengan kata lain tidak melakukan diskriminasi baik status, haknya sebagai responden, manfaat yang diperoleh dan kerahasiaan dengan menghormati seluruh persetujuan yang telah disepakati (Andayani, 2021). Dalam penelitian ini, peneliti memperlakukan secara adil terhadap setiap responden dan tidak membedakan satu sama lain. Ditunjukkan dengan memberikan reward berupa celengan dan susu kepada responden secara merata.

G. Pelaksanaan Penelitian

1. Tahap persiapan

Tahap ini dilakukan untuk mempersiapkan proses penelitian:

- a. Penentuan masalah yang sudah didapatkan dari studi pustaka yang bersumber dari jurnal, buku, dan masalah.

- b. Pengajuan judul penelitian
- c. Melakukan konsultasi bersama pembimbing mengenai judul penelitian serta menentukan Langkah-langkah dalam penyusunan proposal
- d. Mengurus surat ijin studi pendahuluan
- e. Melakukan studi pendahuluan
- f. Peneliti yang sebelumnya sudah menghitung jumlah responden yang akan dijadikan sebagai subjek penelitian dalam setiap kelas dengan menggunakan metode *simple random sampling*. Peneliti menggunakan metode ini dengan cara memilih responden dengan menggunakan aplikasi spinner, lalu dari hasil pilihan aplikasi spinner tersebut peneliti mengambil responden sesuai dengan perhitungan kesepakatan awal yaitu sebanyak 67 responden.
- g. Mempersiapkan seminar proposal
- h. Melakukan revisi proposal
- i. Mengurus surat perijinan pelaksanaan penelitian dari universitas
- j. Mengajukan *ethical clearance* di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.
- k. Menentukan asisten penelitian yaitu mahasiswa Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta jurusan keperawatan semester 6.
- l. Sebelum pengambilan data peneliti dan asisten peneliti melakukan apersepsi terkait kriteria inklusi dan eksklusi dalam penelitian, cara mengisi kuisioner dan maksud item pertanyaan dalam kuisioner.

2. Proses pengambilan data

Pada penelitian ini pengambilan data dilakukan pada bulan Juli 2024 di SDN Brengosan 1, SDN Brengosan 2 dan SDN Banteran 1.

- a. Peneliti melakukan kunjungan ke SDN Brengosan 1, SDN Brengosan 2 dan SDN Banteran 1 untuk dapat melakukan studi pendahuluan, menentukan besarnya jumlah sampel sesuai dengan kriteria yang telah ditentukan sesuai dalam penelitian.
- b. Peneliti datang ke SDN Brengosan 1, SDN Brengosan 2 dan SDN Banteran 1 pada hari yang sudah ditentukan sebelumnya, setelah itu peneliti bertemu dengan pihak sekolah.

- c. Peneliti menggunakan asisten penelitian sebanyak 3 orang yaitu Lutvi Nur Avifah, Maya Lutfita Sari, dan Novia Kiki Anggraeni untuk membantu proses pengambilan data. Asisten harus dari mahasiswa kesehatan dan sedang berkuliah semester 6 agar setara dengan peneliti, asisten juga sudah dijelaskan terkait dengan teknik pengambilan data dan sudah dibagi tugas untuk masing-masing asisten.
- d. Peneliti melakukan pengambilan data melalui data siswa yang sudah terdaftar dalam data sekolah dan sudah meminta izin terlebih dahulu. Setelah itu peneliti menjelaskan maksud dan tujuan penelitian yang kemudian memberikan *informed consent* kepada responden untuk menyetujui bahwa bersedia dijadikan subjek penelitian. Kemudian diberi kuisisioner.
- e. Peneliti bertugas untuk mendampingi dan memastikan responden mengisi lengkap kuisisioner sesuai dengan petunjuk.
- f. Menyebarkan kuisisioner untuk dapat mengetahui hubungan kesiapan diri dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi *menarche* dengan memberikan waktu kurang lebih 30 menit untuk responden dapat mengisi kuisisioner.
- g. Setelah responden selesai dalam mengisi kuisisioner, peneliti mengecek kembali kelengkapan data, dan jika masih terdapat kekurangan responden diminta untuk melengkapi kembali jawabannya. Selanjutnya setelah mendapatkan data kemudian data dikumpulkan untuk dianalisa.
- h. Data yang telah didapatkan kemudian dikumpulkan dan diberi kode dengan dilakukan *scoring* serta dianalisis terlebih dahulu.

3. Tahap Akhir

Penyusunan laporan penelitian adalah tahap akhir dalam penelitian. Langkah-langkah yang dilakukan pada akhir penelitian yang akan dilakukan antara lain:

- a. Penyusunan pembahasan BAB IV dan V yang kemudian dilakukan konsultasi serta bimbingan dengan dosen pembimbing.
- b. Melakukan revisi penelitian.
- c. Konsultasi dengan dosen pembimbing.
- d. Seminar hasil penelitian.

- e. Revisi seminar hasil penelitian.
- f. Pengumpulan laporan hasil penelitian.

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDRAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Gambaran umum lokasi penelitian

SDN di wilayah Donoharjo terdiri dari 3 (tiga) sekolah dasar yaitu SDN Brengosan 1, SDN Brengosan 2 dan SDN Banteran 1. Akreditasi masing-masing sekolah dasar tersebut adalah berakreditasi B, fasilitas di sekolah dasar tersebut juga tidak jauh berbeda. Memiliki luas tanah kurang lebih sekitar 800 m².

SDN Brengosan 1 sebagian besar siswi kelas IV dan V belum mengalami menstruasi, kesiapan menghadapi menstruasi pada SDN Brengosan 1 masih banyak siswi yang sudah siap dengan menstruasi. Tingkat kecemasan ringan masih banyak dialami oleh siswi di SDN Brengosan 1. Belum adanya penyuluhan terkait dengan kesiapan menghadapi menstruasi dan *sex education* yang dilakukan oleh sekolah tersebut, mungkin adalah salah satu dampak yang dialami oleh siswi kelas IV dan V yaitu kecemasan siswi saat mengalami menstruasi.

SDN Brengosan 2 yang beralamt di Kayunan, kecamatan Ngaglik kabupaten Sleman, mayoritas siswi kelas IV dan V yang belum menstruasi. Tingkat kecemasan ringan yang dialami oleh siswi kelas IV dan V tersebut, wali kelas SDN Brengosan 2 juga menyatakan bahwa belum adanya penyuluhan terkait dengan kesiapan menghadapi menstruasi dan pendataan terkait dengan menstruasi. Namun, SDN Brengosan 2 sudah bekerja sama dengan Puskesmas Ngaglik II untuk melakukan pemeriksaan terkait dengan menstruasi, tetapi belum adanya kunjungan dari Puskesmas Ngaglik II.

SDN Banteran 1 yang beralamat di Bakalan, kecamatan Ngaglik kabupaten Sleman, mayoritas siswi kelas IV dan V pada sekolah dasar tersebut juga masih banyak siswi yang belum menstruasi dikarenakan belum adanya penyuluhan dari sekolah, siswi hanya mendapatkan informasi terkait dengan menstruasi dari teman sebaya dirumah atau lingkungan, berdasarkan penelitian ini dan dari kejadian tersebut mengakibatkan siswi sekolah dasar mengalami kecemasan ringan.

Sigmund Freud (2021) mengungkapkan bahwa perkembangan psikoseksual yang akan dilalui oleh seorang anak terbagi menjadi 4 fase, yaitu fase pragenital,

fase phallus, fase laten, dan fase genital yaitu fase genital yang terjadi pada anak usia 10-12 tahun, pada usia tersebut anak sedang memasuki bangku sekolah dasar kelas IV dan V.

Handayani & Amiruddin (2019) turut menyampaikan bahwa guru pertama dalam mengajarkan pendidikan seksualitas adalah orangtua, hal tersebut berarti bahwa orangtua dinilai jauh lebih efektif melihat dari waktu kebersamaan anak dan kapasitas waktu bersama anak lebih banyak. Lain hal pula, kurangnya pemahaman anak tentang apa itu bahaya yang laten yang ada disekitar anak akan menjadi sasaran oleh predator seksual yang ada di sekitar mereka, oleh karena itu orang tua, sekolah, dan guru memiliki peran penting untuk mencegah adanya pelecehan seksual pada anak usia dini. Sehingga, orang tua dan lingkungan eksternal lainnya sangat penting memperkenalkan atau mengajarkan apa itu pendidikan seks pada anak usia dini untuk memberikan wawasan kepada anak kapan dan bagaimana menjaga diri dari lingkungan eksternalnya. Selaras dengan yang diungkapkan oleh Lestari & Anwaru (2020) bahwa pengetahuan seksual pada anak dapat dikatakan tuntas apabila anak tersebut mendapatkan *sex education* yang baik.

2. Karakteristik Responden

Tabel 6. Karakteristik responden remaja awal dalam menghadapi *menarche* pada siswi sekolah dasar di wilayah Donoharjo.

Variabel	N (N = 67)	%	Mean ± SD
USIA TINGGAL BERSAMA :		50,7	10 ± 0,66
Orangtua	64	91,5	
Ibu	3	4,2	
PENDIDIKAN MENSTRUASI :			
Sudah	19	29,6	
Belum	48	70,4	

Sumber: Data Primer 2024

Pada Tabel 6 hasil dari karakteristik responden dijelaskan sebagai berikut :

1. Berdasarkan Tabel 6. Variabel usia dalam penelitian ini dibagi menjadi 3 usia yaitu usia 10 tahun, 11 tahun dan 12 tahun. Diperoleh bahwa mayoritas responden (50,7%) berusia 10 Tahun atau sebanyak 36 responden. Terlihat

bahwa dengan jumlah nilai rata-rata usia 10 tahun dan standar deviasi sebesar 0,66. Hasil penelitian menunjukkan nilai standar deviasi lebih kecil dari nilai rata-rata yang berarti bahwa sebaran data adalah merata.

2. Berdasarkan Tabel 6. Variabel data keluarga dalam penelitian ini dibagi menjadi 5 yaitu tinggal Bersama wali/oranglain, kakek/nenek, hanya tinggal bersama Ayah, hanya tinggal bersama ibu, dan tinggal bersama orangtua. Diperoleh bahwa mayoritas 64 responden (91,5%) tinggal bersama orangtua.
3. Berdasarkan Tabel 6. Variabel Pendidikan menstruasi dalam penelitian ini dibagi menjadi 2 yaitu sudah mendapat pendidikan dan belum mendapat pendidikan tentang menstruasi. Berdasarkan Tabel 6 diperoleh bahwa mayoritas responden sebanyak 48 (70,4%) belum mendapatkan pendidikan tentang menstruasi.

3. Tingkat Kesiapan siswi tentang *Menarche* pada siswi kelas IV dan V di SDN Brengosan 1, SDN Brengosan 2 dan SDN Banteran 1 Tahun 2024

Variabel kesiapan dalam penelitian ini dibagi menjadi dua yaitu siap dan tidak siap. Distribusi frekuensi responden berdasarkan tingkat pengetahuan dapat dilihat pada Tabel 7.

Tabel 7. Distribusi frekuensi Kesiapan siswi tentang *menarche* pada siswi kelas IV dan V di SDN Brengosan 1, SDN Brengosan 2 dan SDN Banteran 1 Tahun 2024

Kesiapan menghadapi <i>Menarche</i>	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Siap	55	83,1
Tidak siap	12	16,9
Total	67	100,0

Sumber: Data Primer 2024

Berdasarkan hasil distribusi pada Tabel 7, menunjukkan bahwa Sebagian besar siswi memiliki tingkat kesiapan menghadapi *menarche* yaitu sebanyak 55 responden (83,1 %).

4. **Tingkat Kecemasan** siswi dalam menghadapi *menarche* pada siswi kelas IV dan V di SDN Brengosan 1, SDN Brengosan 2 dan SDN Banteran 1 Tahun 2024

Variabel tingkat kecemasan dalam penelitian ini dibagi menjadi 5 kategori, yaitu tidak cemas, kecemasan ringan, kecemasan sedang, kecemasan berat, kecemasan sangat berat. Distribusi frekuensi responden berdasarkan tingkat kecemasan dapat dilihat pada Tabel 8.

Tabel 8. Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan siswi dalam menghadapi *menarche* pada siswi kelas IV dan V di SDN Brengosan 1, SDN Brengosan 2 dan SDN Banteran 1 Tahun 2024

Tingkat Kecemasan	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Normal	7	15,5
Ringan	54	76,1
Sedang	6	8,5
Total	67	100,0

Sumber: Data Primer 2024

Berdasarkan Tabel 8, diperoleh mayoritas responden (76,1%) mengalami kecemasan ringan sebanyak 54 responden.

5. Hasil uji Hubungan Kesiapan diri dengan Tingkat Kecemasan

Hasil perhitungan silang kesiapan diri dengan tingkat kecemasan siswi kelas IV dan V di SDN Brengosan 1, SDN Brengosan 2 dan SDN Banteran 1 yang dapat dilihat pada Tabel 9.

Tabel 9. Tabulasi Silang Antara Kesiapan Diri dan Tingkat Kecemasan

Kesiapan	Kecemasan				<i>p-value</i>	<i>R-sign</i>
	Normal	Ringan	Sedang	Total		
Siap	7	44	4	56	0,030	0,692
Persentase (%)	15,4	61,9	5,6	82,9		
Tidak siap	0	10	2	12		
Persentase (%)	0,0	14,0	2,8	16,9		
Total				67		

Sumber: Data Primer 2024

Berdasarkan Tabel 9, dapat diketahui bahwa 71 responden memiliki kesiapan diri dan tingkat kecemasan Normal, Ringan dan sedang. Mayoritas responden mengalami kecemasan ringan sebanyak 44 responden. Sedangkan dari 12 responden yang mengalami ketidaksiapan dan kecemasan ringan sebanyak 10 responden. Hasil dari tabel diatas sebanyak 4 responden mengalami kesiapan menghadapi *menarche* namun mengalami kecemasan sedang, karena pada item pertanyaan kecemasan dari ke empat siswa tersebut dua diantaranya sering merasa saat memikirkan menstruasi merasa gelisah dan cemas dari biasanya, satu diantaranya selalu merasa saat memikirkan menstruasi merasa gelisah dan cemas dari biasanya.

Tabel 10. Hasil Uji Statistik *Gamma*

		Symmetric measures	
		Value	$p < 0,05$
Ordinal by Ordinal	Gamma	,692	,030
N of Valid Cases		67	

Sumber: Data Primer 2024

Symmetric measures menyajikan hasil uji *Gamma*, kedua variabel setara (tidak ada variabel bebas dan tergantung). Pada uji *Gamma* diperoleh nilai r sebesar 0,692 hal ini berarti terdapat hubungan yang signifikan dan kuat antara hubungan kesiapan diri dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi *menarche* karena nilai r dalam rentang 0,60-0,799. Sedangkan nilai signifikasinya sebesar 0,030 lebih kecil dari taraf signifikansi $p = \leq 0,05$ ($0,030 < 0,05$). Hal tersebut berarti ada hubungan yang signifikan antara kesiapan diri dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi *menarche* pada siswi sekolah dasar di wilayah Donoharjo. Hal ini dapat dikatakan apabila kesiapan yang dimiliki baik, maka responden tidak akan cemas dalam menghadapi *menarche*.

B. Pembahasan

1. Karakteristik Responden siswi SDN Brengosan 1, SDN Brengosan 2 dan SDN Banteran 1.

Hasil penelitian didapatkan bahwa sebagian besar (50,7%) siswi kelas IV dan V berusia 10 tahun. Usia berkaitan erat dengan potensi reproduksi atau kesuburan, selain itu usia juga menentukan mulai kapan seseorang mengalami suatu perubahan yang ada pada dirinya. Salah satunya adalah fase perubahan di mana dia harus memasuki masa pubertas. Masa puber adalah periode yang unik dan khusus yang ditandai oleh perubahan perkembangan tertentu yang tidak terjadi dalam tahap lain dalam rentang kehidupan. Usia pada masa puber dewasa ini dialami oleh rata-rata Perempuan saat berumur 12,5 tahun. Sedangkan laki-laki diawali pada umur 14,5 tahun.

Hasil penelitian lutfiyah (2020) menunjukkan bahwa persentase ketidaksiapan dalam menghadapi *menarche* semakin menurun seiring dengan tingkatan umur. Hal ini menunjukkan bahwa perkembangan fisik sebaiknya diikuti dengan perkembangan psikologis, salah satunya dalam rangka mempersiapkan mental menghadapi masa pubertas.

Penelitian Jayanti & Purwati (2019) semakin muda usia siswi maka semakin belum siap menghadapi *menarche*. Pada usia yang masih sangat muda mereka belum mendapatkan informasi yang lengkap mengenai menstruasi. Sehingga *menarche* akan dianggap sebagai beban oleh anak, dan menyebabkan ketidaksiapan menghadapi *menarche*.

Saat menghadapi *menarche*, kesiapan mental sangatlah diperlukan, karena perasaan cemas dan takut akan muncul bila kurangnya pemahaman remaja putri mengenai *menarche*. Untuk itu, remaja perlu mempersiapkan diri dalam menghadapi datangnya *menarche* (Sukarni & Wahyu, 2020). Penerimaan diri pada remaja dalam menghadapi masa *menarche* bisa didapatkan dengan mendapatkan dukungan sosial emosional. Dukungan emosional, moral, spiritual, seperti bentuk support, informasi, dan penghargaan merupakan instrumen yang sangat diperlukan pada masa menghadapi *menarche*. Dukungan tersebut didapatkan baik dari lingkungan keluarga terutama orang tua, saudara, teman sebaya, lingkungan, guru

dan juga masyarakat. Beberapa faktor dapat mempengaruhi kesiapan remaja putri dalam menghadapi *menarche*, diantaranya pengetahuan, umur, kedewasaan, dan juga orang-orang terdekatnya (yaitu orang tua, terutama ibu). Dukungan baik secara emosional, instrumental dan informasi sangat diperlukan oleh remaja putri dalam mempersiapkan datangnya masa *menarche*, dimana keluarga merupakan tempat pertama dan terpenting untuk memberikan support serta edukasi dalam perkembangan anak (Permatasari, 2020).

Orangtua harus memberikan penjelasan tentang *menarche* kepada anak perempuannya sejak dini, sehingga remaja putri dapat memahami dan mempersiapkan diri dalam menghadapi *menarche*. Pada umumnya, remaja putri memberi tahu ibunya saat menstruasi pertama kali. Sayangnya, tidak semua ibu memberikan informasi yang cukup untuk anak perempuannya. Beberapa ibu enggan untuk berbicara mengenai menstruasi sampai anak perempuannya mengalami *menarche*. Kondisi tersebut dapat menimbulkan kecemasan pada remaja putri yang seringkali menganggap bahwa menstruasi adalah sesuatu yang menakutkan, tidak menyenangkan atau berbahaya. Akibatnya, remaja putri memperoleh sikap negatif terhadap menstruasi dan menganggapnya sebagai penyakit. Dalam penelitian ini banyaknya siswi yang tinggal bersama orang tuanya sebanyak 64 responden (91,5%), yang tinggal Bersama ibu sebanyak 3 responden (4,2%), yang tinggal bersama Ayah sebanyak 1 responden (1,4%) dan yang tinggal bersama wali/oranglain sebanyak 2 responden (2,8%). Dari data tersebut sebagian besar (91,5%) siswi SDN Brengosan 1, SDN Brengosan 2 dan SDN Banteran 1 tinggal bersama orangtua.

Data tersebut juga sejalan dengan penelitian yang menjelaskan mengenai Pendidikan pertama anak perempuan yaitu kesiapan menghadapi *menarche* dapat dilakukan dengan cara memberikan informasi dan perhatian pada remaja putri dalam masa menghadapi *menarche*, dengan demikian remaja putri akan menjadi lebih tenang dan siap menyambut datangnya *menarche*. Orang tua terutama ibu harus memberikan penjelasan tentang *menarche* pada anak perempuannya, agar anak lebih mengerti dan siap dalam menghadapi *menarche*. Septianingrum & Wardani (2020) menjelaskan bahwa dalam menghadapi *menarche*, remaja putri

perlu melakukan penyesuaian perilaku yang tidak selalu bisa mereka lakukan, apalagi tanpa dukungan orangtua terutama ibu. Dukungan orangtua sangat penting dalam membantu remaja putri memahami tentang siklus menstruasi mereka. Para ibu seringkali paling siap untuk memberikan dukungan dan bimbingan.

Penelitian ini, menjelaskan bahwa Sebagian besar siswi SDN Brengosan 1, SDN Brengosan 2 dan SDN Banteran 1 belum mendapatkan informasi mengenai menstruasi yaitu sebanyak 48 responden (70,4%) dan yang sudah mendapatkan informasi tentang menstruasi sebanyak 19 responden (29,6%).

Sebagai orang terdekat dalam keluarga, ibu memiliki tanggung jawab terhadap tumbuh kembang anak di masa depan. Ibu yang telah mengalami *menarche* diharapkan dapat menjadi sumber pengetahuan dan pengalaman bagi anaknya tentang *menarche*. Sejalan dengan penelitian Kharunia Khazani (2019) ketika seorang remaja akan mulai menstruasi, keluarga memainkan peran penting dalam memberikan dukungan. Oleh karena itu, keluarga diharapkan memberikan dukungan agar remaja merasa tenang dan tidak takut untuk melalui tahapan-tahapan perkembangan khususnya pada remaja putri seperti mulainya menstruasi pertama (*menarche*). Diperkuat dengan penelitian yang dilakukan oleh Ningrum & Indriyanti (2018) menyatakan bahwa sumber dari remaja memperoleh informasi tentang menstruasi dan bagaimana menjaga kebersihan mereka datang dari orang tua. Anggota keluarga terutama orangtua memainkan peran penting dalam kesiapan anak menghadapi menstruasi pertama (*menarche*), misalnya ibu yang menyediakan informasi secara terbuka dan tidak malu-malu bertanya atau bercerita kepada anaknya.

Moeljono (dalam Cahyani, 2019) mengatakan bahwa orangtua dapat berperan aktif dalam memberikan pemahaman tentang menstruasi, karena hal tersebut merupakan hal yang sangat awal bagi seorang remaja. Semakin baik dukungan orangtua yang diberikan kepada anak, maka akan semakin baik pula kesiapan anak dalam menghadapi menstruasinya. Oleh karena itu, dukungan orangtua atau lingkungan keluarga sangat mendukung kesiapan seorang remaja karena keluarga merupakan lingkungan sosial yang sangat dekat dengan seorang anak.

2. Kesiapan dalam menghadapi *menarche*

Hasil penelitian didapatkan bahwa Sebagian besar (83,1%) siswi kelas IV dan V SDN Brengosan 1, SDN Brengosan 2 dan SDN Banteran 1 siap menghadapi *menarche*. Hal ini ditunjang oleh penelitian yang dilakukan oleh Nurul & Sara (2018) bahwa sebanyak (78,37%) siswi SD Budi Mulia Dua Seturan siap menghadapi *menarche*. Kesiapan responden dalam menghadapi *menarche* dipengaruhi oleh berbagai macam hal yaitu usia, sumber informasi yang terdiri dari keluarga, teman dan lingkungan sekolah. Berdasarkan data hasil perhitungan statistik dapat diketahui bahwa mayoritas remaja putri prapubertas di SD Budi Mulia Dua Seturan memiliki kesiapan Menghadapi menstruasi pertama (*menarche*) yang tinggi pada dirinya Kesiapan menghadapi *menarche* yang tinggi pada remaja putri dikarenakan mereka mampu memaknai menstruasi pertama (*menarche*) sebagai hal yang positif informasi yang didapat cukup baik sehingga menimbulkan kesiapan yang menghadapi *menarche* pada diri mereka.

Kesiapan menghadapi menstruasi pertama (*menarche*) adalah keadaan yang menunjukkan bahwa seseorang siap untuk mencapai salah satu kematangan fisik yaitu datangnya menstruasi pertama (*menarche*), yang keluar dari tempat khusus Wanita pada saat menginjak usia sepuluh sampai enambelas tahun, yang terjadi secara periodik (pada waktu tertentu) dan siklus (berulang-ulang) (Fajri & Khairani, 2019).

Hasil dalam penelitian ini didapatkan bahwa kesiapan siswi SDN Brengosan 1, SDN Brengosan 2 dan SDN Banteran 1 dalam menghadapi *menarche* dengan persentase tertinggi yaitu saya siap menghadapi menstruasi karena melihat ibu dan saudara perempuan saya juga mendapatkan menstruasi (93%) dengan nilai rata-rata (0,91) dan jawaban dengan persentase terendah yaitu pada saat menstruasi tingkat kesensitifan saya meningkat (25,3%) dengan nilai rata-rata (0,25) dan saya merasa mudah marah dan stress ketika menstruasi (80,2%) dengan nilai rata-rata (0,4).

Kesiapan siswi menghadapi *menarche* salah satunya juga dipengaruhi oleh sumber informasi dari keluarga. Keluarga menjadi sumber informasi terdekat dan utama bagi perkembangan remaja. Seperti hasil penelitian Indarsita & Purba (2019) yaitu 17 responden yang memiliki kesiapan positif, mereka mendapatkan

¹ informasi terkait menstruasi dari keluarga. Hal ini menunjukkan bahwa sumber informasi serta dukungan dari keluarga sangat berpengaruh bagi remaja putri dalam menghadapi *menarche*. Komunikasi antara ibu anak juga dapat mempengaruhi kesiapan siswi dalam menghadapi *menarche*.

Saat menghadapi *menarche*, dibutuhkan kesiapan mental yang baik. Kesiapan menghadapi menstruasi pertama (*menarche*) adalah keadaan yang menunjukkan bahwa seseorang siap untuk mencapai salah satu kematangan fisik yaitu datangnya menstruasi pertama (*menarche*), yang keluar dari tempat khusus wanita pada saat menginjak usia sepuluh sampai enam belas tahun, yang terjadi secara periodik (pada waktu tertentu) dan siklus (berulang-ulang) (Fajri & Khairani, 2019).

Ada tiga aspek mengenai kesiapan menurut Fajri (2019) aspek yang pertama adalah pemahaman, yakni pengalaman seseorang terhadap kejadian yang dialaminya. Ketika seseorang mengerti dan mengetahui akan kejadian yang dialaminya, hal ini dapat membantu dirinya untuk merasa siap dalam menghadapi hal-hal yang terjadi.

Aspek kedua adalah penghayatan. Aspek ini merupakan kondisi dimana seseorang merasa siap bahwa segala hal yang terjadi secara alami terjadi pada hampir semua orang. Hal ini juga merupakan sesuatu yang wajar, normal dan tidak perlu dikhawatirkan. Selain itu, individu juga merasakan keyakinan yang tinggi, khususnya terkait pandangan agama (Islam). Tuhan Yang Maha Esa telah memberikan karunia kepada perempuan berupa pengalaman menstruasi. Yusuf dkk. (2014) mengatakan bahwa seorang perempuan dikatakan baligh ketika tiba menstruasi, yang berarti sudah memiliki kewajiban terhadap syariat agama. Seseorang yang berempati berarti dapat melakukan transferensi perasaan positif terhadap seseorang yang mengalami kejadian yang serupa dengannya.

Aspek ketiga merupakan Tindakan suatu kesediaan, secara langsung terhadap kesempatan yang hadir, sehingga menjadi bagian pengalaman hidup. Perbandingan antara remaja perempuan yang bersiap dengan yang tidak dalam menghadapi menstruasi pertama ditunjukkan oleh sikap positif (siap) dan negatif (tidak siap). Remaja perempuan yang bersikap negatif cenderung merasakan kerepotan, kekotoran, ketidaknyamanan sehingga aktivitas terbatas dan emosi fluktuatif.

Banyak alasan yang melatarbelakangi tidak siapnya remaja perempuan dalam menghadapi menstruasi pertama, seperti orangtua yang minim pendidikan seks kepada anak. Pendidikan seks merupakan kewajiban orangtua modern, meskipun hal ini mestinya dilakukan sejak dulu. Dengan begitu, anak perempuan tidak akan merasa cemas dan lebih positif dalam menyikapi datangnya menstruasi pertama yang berdampak pada perubahan fisik dan psikologis.

Penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa kesiapan menghadapi *menarche* adalah keadaan yang menunjukkan bahwa seseorang siap untuk mencapai salah satu kematangan fisik yaitu datangnya menstruasi pertama (*menarche*) sebagai proses yang normal. Aspek- aspek menstruasi pertama (*menarche*) antara lain: aspek pemahaman, aspek penghayatan, dan aspek kesediaan.

3. Kecemasan dalam Menghadapi *Menarche*

Kecemasan merupakan perasaan keprihatinan, ketidakpastian dan ketakutan tanpa stimulus yang jelas, yang dikaitkan dengan perubahan fisiologis. Tingkat kecemasan menghadapi *menarche* pada siswi kelas IV dan V di SDN Brengosan 1, SDN Brengosan 2, dan SDN Banteran 1 yaitu sebanyak 11 orang (15,5%) responden mengalami kecemasan normal, 54 orang (76,1%) responden mengalami kecemasan ringan dan 6 orang (8,5%) responden mengalami kecemasan sedang. Jadi, mayoritas siswi kelas IV dan V mengalami kecemasan ringan. Hal ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Anggraeni, dkk (2018), dalam penelitian tersebut disebutkan bahwa mayoritas siswi mengalami kecemasan ringan dalam menghadapi *menarche* yaitu sebanyak 28 responden (73,68%).

Kecemasan yang dialami siswi dilihat dari hasil kuisisioner yang menyatakan bahwa siswi banyak yang belum mengetahui tentang cara menghadapi ketika menstruasi dan masih mempercayai mitos-mitos tentang menstruasi, sehingga banyak yang mengalami kecemasan. Hal ini terjadi karena beberapa faktor, salah satunya adalah pengetahuan dan kesiapan. Pihak sekolah dan murid sekolah dasar tersebut menyampaikan bahwa belum adanya penyuluhan yang dilakukan oleh puskesmas Ngaglik II, pengetahuan tentang menstruasi belum disampaikan secara

mendalam dan belum pernah mendapatkan penyuluhan terkait dengan kesehatan reproduksi oleh pihak puskesmas.

Penelitian yang sudah saya lakukan ini, mayoritas siswi sekolah dasar SDN Brengosan 1, SDN Brengosan 2 dan SDN Banteran 1, mengalami kecemasan ringan. Gejala cemas yang dirasakan responden yaitu tangan berkeringat, badan mudah lelah, bingung dan gelisah. Berdasarkan penelitian presentase rata-rata pernyataan yang paling tinggi yaitu pada item nomor 17 yaitu tangan saya hangat dan kering seperti biasanya dengan rata-rata (2,92) dan item pernyataan yang sedikit yaitu item nomor 12, saya sering pingsan atau merasa seperti ingin pingsan dengan rata-rata (1,21).

Cemas yang ditunjukkan anak-anak SD merupakan perasaan takut yang tidak jelas dan tidak didukung oleh situasi. Ketika seseorang merasa cemas, individu merasa tidak nyaman atau takut atau mungkin memiliki firasat akan ditimpa malapetaka padahal ia tidak mengerti mengapa emosi yang mengancam tersebut terjadi. Tidak ada objek yang dapat diidentifikasi sebagai stimulus ansietas (Rista, 2020).

Kecemasan siswi dalam menghadapi *menarche* sangat dipengaruhi oleh beberapa faktor. Menurut Rista (2020) salah satu faktornya adalah pengetahuan siswi tentang *menarche* itu sendiri. Jika pengetahuan siswi baik, maka kecil kemungkinan siswi akan mengalami kecemasan. Terlepas dari hasil penelitian tersebut diatas, penyebab mengapa usia anak perempuan mengalami *menarche* lebih cepat daripada tahun-tahun sebelumnya adalah karena faktor semakin pesatnya perkembangan teknologi informasi akhir-akhir ini. Selain karena mulai bebasnya pergaulan anak sekarang, juga karena seringnya anak mengakses situs-situs porno, yang bisa mempengaruhi kondisi psikologis anak perempuan itu sendiri. Dari hal tersebut bisa menyebabkan usia *menarche* pada setiap tahunnya peningkatan. Hal mengalami ini mendasari penelitian yang dilakukan oleh Rizanna Fajrunni'mah (2018) yang meneliti tentang faktor-faktor yang memengaruhi Kesiapan Remaja Putri Menghadapi *Menarche* di SMPN 1 Karangrayung dengan hasil bahwa faktor yang berpengaruh terhadap kesiapan remaja putri yaitu tingkat kematangan emosi, lingkungan, dan pengetahuan. Dengan kata lain pengetahuan

yang baik tidak menimbulkan kecemasan menghadapi apapun. Dalam hal ini adalah kecemasan menghadapi *menarche*.

4. Hubungan kesiapan diri dengan tingkat kecemasan

Hubungan dari kesiapan dengan tingkat kecemasan berdasarkan hasil dari tabulasi silang dalam penelitian ini, dari 71 responden di SDN Brengosan 1, SDN Brengosan 2 dan SDN Banteran 1 dengan *p value* (0,030) < 0,05. Hasil kesiapan dengan kecemasan ringan dan sedang yaitu sebanyak 59 responden (83,1%) dan ketidaksiapan dan kecemasan normal, ringan dan sedang yaitu sebanyak 12 responden (16,9%). Kesiapan anak dalam menghadapi *menarche* menurut Suryani dan Widayasih (2018), yaitu semakin muda usia anak, maka semakin ia belum siap menerima *menarche* karena menganggap hal itu sebagai beban. Tetapi berbeda bagi mereka yang telah siap menghadapi *menarche*, mereka akan merasa senang dan bangga, karena mereka menganggap dirinya sudah dewasa secara biologis. Teori kognitif menyatakan bahwa reaksi kecemasan timbul karena kesalahan mental. Kesalahan mental ini karena kesalahan menginterpretasikan suatu situasi yang bagi individu merupakan sesuatu yang mengancam. Faktor individu yang sangat mempengaruhi tingkat kecemasan adalah kesiapan. Jika siswi tersebut mempunyai kesiapan yang tinggi, maka sangat mungkin siswi tersebut akan memiliki cemas yang rendah. Sedangkan siswi yang mempunyai kesiapan yang rendah, maka sangat mungkin siswi tersebut akan memiliki tingkat cemas yang tinggi.

Remaja yang siap menghadapi *menarche* memiliki kecemasan ringan dengan 44 responden (62%). Hal ini dikarenakan Menurut Desi, Ferika (2016) faktor - faktor kecemasan yang mempengaruhi dalam menghadapi *menarche* antara lain pengetahuan, usia *menarche*, dukungan ibu, sumber informasi, ketidaksiapan. Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti pada Desember 2016 Negeri Plalangan 01 Semarang didapatkan hasil wawancara dari 7 siswi kelas 5 yaitu 2 siswi mengatakan sudah mengalami *menarche* dan 5 siswi belum mengalami *menarche*. Dari 5 siswi tersebut ada 4 siswi mengatakan cemas, gelisah dan ada perasaan takut akan menghadapi *menarche* dan 1 siswi mengatakan bingung menghadapi *menarche*. Mereka merasa bahwa darah yang keluar dari

tubuh itu akan menyebabkan sakit sehingga membuat mereka takut dan cemas dalam menghadapi *menarche*.

Siswi yang memiliki cemas ringan dan normal ditandai dengan siswi siap menghadapi menstruasi karena melihat ibu dan saudara perempuannya juga mendapatkan menstruasi, namun berdasarkan penelitian juga tampak bahwa siswi siap menghadapi *menarche* tetapi memiliki kecemasan sedang yaitu (5,6%). Berdasarkan data tersebut sebagian siswi memiliki kendala pada saat memikirkan menstruasi ditandai dengan pernyataan saya merasa lebih gelisah dan cemas dari biasanya (1,87), saya merasa takut tanpa alasan yang jelas (1,84) dan saya merasa panik (1,81). Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Rista (2020) dari 10 siswi yang telah mengalami *menarche* diperoleh informasi bahwa 6 siswi (60%) merasa cemas saat menghadapi *menarche*. Hal ini karena ketidaktahuan mereka dengan apa yang akan dilakukan dan mereka merasa khawatir akan tembus di sekolah nanti. Kekhawatiran ini disebabkan oleh ketidaktahuan mereka cara penggunaan pembalut. Sementara itu, sebanyak (40%) merasa takut dalam menghadapi *menarche* karena malu jika diketahui oleh teman laki-laki karena takut diejek.

Berdasarkan uji *Gamma* diperoleh nilai *p value* (0,030) < 0,05 dan nilai koefisien korelasi sebesar 0,692, maka ada hubungan kesiapan diri menghadapi *menarche* dengan tingkat kecemasan pada anak usia sekolah dasar di wilayah Donoharjo. Hal tersebut berarti ada hubungan yang signifikan antara kesiapan diri dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi *menarche* pada siswi sekolah dasar di wilayah Donoharjo. Hal ini dapat dikatakan apabila kesiapan yang dimiliki baik, maka responden tidak akan cemas dalam menghadapi *menarche*.

A. Keterbatasan penelitian

Penelitian ini telah dilaksanakan sesuai dengan prosedur yang telah direncanakan, namun demikianlah masih memiliki keterbatasan penelitian yaitu:

1) Keterbatasan penelitian

Dalam penelitian ini bahasa yang digunakan merupakan bahasa baku, sehingga dalam karakteristik dalam pengetahuan remaja awal, pemahaman

secara kognitif mengenai menstruasi siswi masih belum mengerti. Bahasa dalam kuisioner membuat siswi merasa bingung. Oleh karena itu, peneliti membacakan satu per satu di depan kelas untuk menurunkan mispersepsi pada item kuisioner. Serta penelitian hanya dilakukan sekali waktu dan tidak memantau perkembangan dari responden.

2) Kelemahan penelitian

Pada saat pembuatan proposal penelitian ini menggunakan teknik sampling yaitu *stratified random sampling* tetapi, terjadi mispersepsi dengan pihak sekolah dan peneliti tidak mengkaji secara detail jumlah siswi di masing-masing sekolah dasar tersebut. Sehingga jumlah sample dari setiap sekolah dasar yang telah di tetapkan saat rencana penelitian berbeda, karena perbedaan ini akhirnya peneliti menggunakan *simple random sampling*.

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDRAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Kesimpulan dari penelitian yang berjudul Hubungan kesiapan diri dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi *menarche* pada siswi sekolah dasar di wilayah donoharjo adalah :

1. Karakteristik responden meliputi usia, tinggal bersama, pendidikan menstruasi dan menstruasi. Dari banyaknya siswi sekolah dasar kelas IV dan V SDN Brengosan 1, SDN Brengosan 2 dan SDN Banteran 1 yaitu sebanyak 36 siswi berusia 10 tahun (50,7%). Sebagian besar tinggal bersama orangtua sebanyak 65 siswi (91,5%), dan sebanyak 50 siswi (70,4%) belum mendapatkan Pendidikan menstruasi. Siswi kelas IV dan V SDN Brengosan 1, SDN Brengosan 2 dan SDN Banteran 1, Sebagian besar belum mengalami menstruasi sebanyak 67 siswi (94,4%)
2. Kesiapan menghadapi *menarche* mayoritas siswi siap sebanyak 59 (83,1%). Hal ini berarti mayoritas siswi SDN Brengosan 1, SDN Brengosan 2 dan SDN Banteran 1 di wilayah Donoharjo siap menghadapi *menarche*.
3. Tingkat kecemasan pada responden dengan kecemasan ringan sebanyak 54 siswi (76,1%). Hal ini menunjukkan responden mayoritas memiliki tingkat kecemasan yang ringan.
4. Ada hubungan kesiapan diri dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi *menarche* pada anak usia sekolah dasar di wilayah Donoharjo dengan nilai r sebesar 0,692 Sedangkan nilai signifikasinya sebesar 0,030 lebih kecil dari taraf signifikansi $p = \leq 0,05$ ($0,030 < 0,05$). Hal tersebut berarti ada hubungan yang signifikan antara kesiapan diri dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi *menarche* pada siswi sekolah dasar di wilayah Donoharjo.

B. Saran

1. Bagi Siswi

Diharapkan siswi lebih aktif mencari informasi tentang *menarche* baik media masa maupun media elektronik agar siswi siap dalam menghadapi *menarche* dan tidak menimbulkan kecemasan, karena berdasarkan penelitian

ini sebagian siswi memiliki kendala pada saat memikirkan menstruasi, yaitu siswi merasa gelisah dan cemas dari biasanya, siswi merasa takut tanpa alasan yang jelas dan siswi merasa panik. Aktif berkomunikasi dan diskusi tentang *menarche* dengan ibu, atau kakak perempuan supaya mendapatkan informasi yang lebih luas.

2. Ilmu keperawatan

Dalam keperawatan penting untuk melihat masa perkembangan remaja awal khususnya remaja putri pada usia *menarche*, karena mengingat bahwa setiap remaja putri pasti akan mengalami *menarche*. Berdasarkan pendekatan dari keperawatan tersebut peran pola asuh ibu dan anak perempuan saat usia *menarche* sangat berpengaruh untuk kesiapan remaja awal perempuan dalam menghadapi menstruasi.

3. Guru

Diharapkan lebih meningkatkan pengetahuan siswa dengan bekerja sama dengan tenaga kesehatan terkait untuk memberikan penyuluhan-penyuluhan khususnya *menarche* agar siswi lebih siap dalam menghadapi *menarche* dan tidak menimbulkan keemasan. Meningkatkan edukasi pada khususnya siswi SD untuk mengatasi kecemasan dengan adanya kesiapan dalam menghadapi *menarche*. Menerapkan program kesehatan reproduksi di sekolah maupun di luar sekolah. Sehingga siswi akan siap dari segi fisiologis maupun psikologis saat mendapatkan *menarche*.

4. Bagi peneliti selanjutnya

Untuk peneliti selanjutnya diharapkan dapat dijadikan referensi dan dapat menambahkan variabel lain yang berhubungan dengan kesiapan menghadapi *menarche* dan tingkat kecemasan serta memperhatikan keterbatasan peneliti ini.

HUBUNGAN KESIAPAN DIRI DENGAN TINGKAT KECEMASAN DALAM MENGHADAPI MENARCHE PADA SISWI SEKOLAH DASAR DI WILAYAH DONOHARJO

ORIGINALITY REPORT

22%

SIMILARITY INDEX

20%

INTERNET SOURCES

5%

PUBLICATIONS

10%

STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1	repository.itekes-bali.ac.id Internet Source	3%
2	eprints.poltekkesjogja.ac.id Internet Source	2%
3	repository.unej.ac.id Internet Source	2%
4	Submitted to Konsorsium Perguruan Tinggi Swasta Indonesia II Student Paper	2%
5	journal.uinsgd.ac.id Internet Source	1%
6	docplayer.info Internet Source	1%
7	Submitted to Universitas Airlangga Student Paper	1%
8	ejournal.unimugo.ac.id Internet Source	1%

9	ejurnal.stikeseub.ac.id Internet Source	1 %
10	repository.stikesalifah.ac.id Internet Source	1 %
11	etheses.iainponorogo.ac.id Internet Source	<1 %
12	core.ac.uk Internet Source	<1 %
13	www.sdithidayatullah.net Internet Source	<1 %
14	repository.unjaya.ac.id Internet Source	<1 %
15	aksiologi.org Internet Source	<1 %
16	Submitted to Hawaii Preparatory Academy Student Paper	<1 %
17	journal.mahardika.ac.id Internet Source	<1 %
18	repository.poltekkes-denpasar.ac.id Internet Source	<1 %
19	www.journal.digilib.stikesicme-jbg.ac.id Internet Source	<1 %
20	Submitted to UIN Sunan Gunung Djati Bandung	<1 %

21 digilibadmin.unismuh.ac.id <1 %
Internet Source

22 Submitted to iGroup <1 %
Student Paper

23 123dok.com <1 %
Internet Source

24 Submitted to fpptijateng <1 %
Student Paper

25 repository.dinamika.ac.id <1 %
Internet Source

26 Rista Nora. "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), 2020 <1 %
Publication

27 repository.ub.ac.id <1 %
Internet Source

28 Submitted to Universitas Muhammadiyah
Surakarta <1 %
Student Paper

29 karya-ilmiah.um.ac.id <1 %
Internet Source

30	repository2.unw.ac.id Internet Source	<1 %
31	Layla Imroatu Zulaikha, Sarindani Oktarina, Tri Yunita Fitria Damayanti. "The EFFECT OF PARENTS' SUPPORT WITH ANXIETY LEVELS OF MENARCHE IN ADOLESCENT WOMEN AT SDN MURTAJIH 1 PADEMAWU, PAMEKASAN", SAKTI BIDADARI (Satuan Bakti Bidan Untuk Negeri), 2023 Publication	<1 %
32	Submitted to Universitas Islam Syekh-Yusuf Tangerang Student Paper	<1 %
33	digilib.uin-suka.ac.id Internet Source	<1 %
34	digilib.uinsa.ac.id Internet Source	<1 %
35	Submitted to Sriwijaya University Student Paper	<1 %
36	repository.iainpare.ac.id Internet Source	<1 %
37	ebsina.or.id Internet Source	<1 %
38	openlibrarypublications.telkomuniversity.ac.id Internet Source	<1 %

39	digilib.unisayogya.ac.id Internet Source	<1 %
40	Joko Krisdiyanto, Ayu Fitriani, Sri Sahayati. "Pengembangan Instrumen Kesehatan Mental Pada Remaja Sebagai Dasar Penyusunan Digital Support System Application", Jurnal Formil (Forum Ilmiah) Kesmas Respati, 2022 Publication	<1 %
41	e-journals.unmul.ac.id Internet Source	<1 %
42	geograf.id Internet Source	<1 %
43	id.123dok.com Internet Source	<1 %
44	info.rsudwates.id Internet Source	<1 %
45	jurnal-kesehatan.id Internet Source	<1 %
46	repository.upi.edu Internet Source	<1 %

Exclude quotes Off

Exclude matches Off

Exclude bibliography Off