

**HUBUNGAN ANTARA PENGETAHUAN MENGENAI
MENSTRUASI DENGAN KECEMASAN REMAJA DALAM
MENGHADAPI MENSTRUASI PERTAMA (*MENARCHE*)**

SKRIPSI

*Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
Dalam Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi
Universitas Medan Area*

OLEH :

SITI NAZARIANA
13 860 0043



**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MEDAN AREA
MEDAN
2017**

LEMBAR PERSETUJUAN

JUDUL SKRIPSI : HUBUNGAN ANTARA PENGETAHUAN
MENGENAI MENSTRUASI DENGAN
KECEMASAN REMAJA DALAM
MENGHADAPI MENTRUASI PERTAMA
(*MENARCHE*)

NAMA MAHASISWA : SITI NAZARIANA

NO. STAMBUK : 13.860.0043

BAGIAN : PSIKOLOGI ANAK DAN PERKEMBANGAN

MENYETUJUI :

Komisi Pembimbing

Pembimbing I

(Salamiah Sari Dewi, S.Psi, M.Psi)

Pembimbing II

(Siti Aisyah, S.Psi, M.Psi)

MENGETAHUI :

Kepala Bagian



(Laili Alfita, S.Psi, MM, M.Psi)

Dekan



(Prof. Dr. Abdul Munir, M.Pd)

Tanggal Lulus:

28 September 2017

DIPERTAHANKAN DIDEPAN DEWAN PENGUJI SKRIPSI
FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS MEDAN AREA
DAN DITERIMA UNTUK MEMENUHI SEBAGIAN
DARI SYARAT-SYARAT GUNA MEMPEROLEH
DERAJAT SARJANA (SI) PSIKOLOGI

Pada Tanggal

28 September 2017

MENGESAHKAN
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MEDAN AREA

DEKAN



(Rab. Dr. Abdul Munir, M.Pd)

DEWAN PENGUJI

1. Suryani Hardjo, S.Psi, M.A
2. Rahmi Lubis, S.Psi, M.Psi
3. Salamiah Sari Dewi, S.Psi, M.Psi
4. Siti Aisyah, S.Psi, M.Psi

TANDA TANGAN

LEMBAR PERNYATAAN

Saya menyatakan bahwa skripsi yang saya susun, sebagai syarat memperoleh gelar sarjana merupakan hasil karya tulis saya sendiri. Adapun bagian-bagian tertentu dalam penulisan skripsi ini yang saya kutip dari hasil karya orang lain telah dituliskan sumbernya secara jelas sesuai dengan norma, kaidah dan etika penulisan ilmiah.

Saya bersedia menerima sanksi pencabutan gelar akademik yang saya peroleh dan sanksi-sanksi lainnya dengan peraturan yang berlaku, apabila dikemudian hari ditemukan adanya plagiat dalam skripsi ini

Medan, 28 September 2017



Siti Nazariana
13 860 0043

ABSTRAK

HUBUNGAN ANTARA PENGETAHUAN MENGENAI MENSTRUASI DENGAN KECEMASAN REMAJA DALAM MENGHADAPI MENSTRUASI PERTAMA (*MENARCHE*)

Oleh:

SITI NAZARIANA
NIM: 13 860 0043

Pengetahuan mengenai menstruasi merupakan suatu pemahaman yang diketahui oleh seseorang mengenai menstruasi yang terjadi setiap bulan secara teratur pada wanita dan sebagai tanda kedewasaan. Kecemasan menghadapi menstruasi pertama (*Menarche*) merupakan perasaan khawatir atau takut yang dialami seseorang ketika menghadapi menstruasi pertama (*Menarche*). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan anatara pengetahuan mengenai menstruasi dengan kecemasan remaja dalam menghadapi menstruasi pertama (*Menarche*). Berdasarkan kajian teoritis maka diajukan hipotesis ada hubungan negatif antara pengetahuan mengenai menstruasi dengan kecemasan remaja dalam menghadapi menstruasi pertama (*Menarche*). Sampel dalam penelitian ini adalah remaja yang belum mengalami menstruasi di SD. Negeri 060953 yang berjumlah 50 orang. Penelitian ini menggunakan dua bentuk skala yaitu untuk variabel pengetahuan menggunakan skala guttman dengan koefisien reliabilitas pengetahuan 0,886 dan untuk variabel kecemasan menggunakan skala *Likert* dengan koefisien reliabilitas kecemasan 0,941. Analisis data menggunakan korelasi *Product Moment*. Berdasarkan hasil perhitungan analisis data menggunakan korelasi *Product Moment* diperoleh koefisien hubungan sebesar $r_{xy} = -0,540$ dengan signifikan $p = 0.000 < 0,050$. Artinya ada hubungan negatif antara pengetahuan dengan kecemasan. Koefisien determinan (r^2) dari hubungan antara variabel bebas X dengan variabel terikat Y adalah sebesar $r^2 = 0,292$ ini menunjukkan bahwa kecemasan dibentuk oleh pengetahuan sebesar 29,2%.

Kata Kunci : Pengetahuan menstruasi, Kecemasan dan remaja

ABSTRACT

THE RELATIONSHIP BETWEEN KNOWLEDGE ABOUT MENSTRUATION AND TEENAGE ANXIETY IN THE FACE OF THE FIRST MENSTRUATION (*MENARCHE*)

BY:

**SITI NAZARIANA
NIM: 13 860 0043**

Knowledge of menstruation is a notion known to a person about menstruation that occurs every month regularly in women and as a sign of adulthood. Menarche's first anxiety (Menarche) is a fear or fear that a person has first menstruation (Menarche). This study aims to determine the relationship between knowledge about menstruation with teenage anxiety in the first menstruation (Menarche). Based on the theoretical study, hypothesis is proposed there is a negative relationship between knowledge about menstruation with teenage anxiety in the first menstruation (Menarche). The sample in this study is adolescents who have not experienced menstruation in elementary school. Country 060953 that requires 50 people. This research uses two forms of scale that is for knowledge variable using guttman scale with research reliability of knowledge 0,886 and for variable of anxiety using likert scale with reliability that is anxiety 0,941. Data analysis using Product Moment utterance. Based on the calculation of data analysis using Product Moment utter obtained relationship $r_{xy} = -0,540$ with significant $p = 0,000 < 0.050$. It means there is a negative relationship between knowledge and anxiety. The determinant coefficient (r^2) of the relationship between the independent variable X and the dependent variable Y is equal to $r^2 = 0.292$ This shows anxiety according to knowledge of 29.2%.

Keywords: Menstrual Knowledge, Anxiety and adolescence

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis mengucapkan Kehadirat Tuhan Yang Maha Esa yang telah melimpahkan segala rahmat dan hidayahnya, sehingga peneliti dapat menyelesaikan penelitian dan menyusun skripsi ini. Skripsi ini merupakan salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Psikologi Di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.

Judul skripsi ini adalah : “ **Hubungan Antara Pengetahuan Mengenai Menstruasi Dengan Kecemasan Remaja Dalam Menghadapi Menstruasi Pertama (*Menarche*)** ”

Selama penyusunan skripsi ini, tentunya peneliti mendapatkan bimbingan, arahan, koreksi dan saran, untuk itu pada kesempatan ini peneliti mengucapkan terimakasih kepada :

1. Rektor Universitas Medan Area Bapak Yakob Matondang terimakasih atas semua arahan yang diberikan kepada mahasiswa UMA
2. Bapak Prof. Dr. Abdul Munir, M.Pd selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Medan Area
3. Ibu Suryani Hardjo, S.Psi, MA, selaku ketua sidang, terimakasih sudah memimpin jalanya sidang sehingga bisa berjalan dengan baik.
4. Ibu Rahmi Lubis, S.Psi, M.Psi, selaku Seketaris sidang, terimakasih atas saran dan masukan yang telah diberikan.
5. Ibu Salamiah Sari Dewi, S.Psi, M.Psi selaku dosen pembimbing I dan penguji I, yang dengan sabar membimbing, mengingatkan dan memberikan motivasi kepada saya untuk terus berjuang dalam menyelesaikan skripsi ini.

6. Ibu Siti Aisyah, S.Psi, M.Psi selaku dosen pembimbing II dan penguji II, yang selalu memberikan inspirasi bagi saya dalam menggali potensi diri serta mampu membimbing saya dengan rasa sabar sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi ini.
7. Kepada ibu Laili Alfita, S.Psi, M.pd selaku kabag perkembangan. Terimakasih sudah meluangkan waktunya dan selalu memberikan kemudahan dalam memberikan masukan sehingga peneliti bisa menyelesaikan skripsi ini.
8. Bapak Zuhdi Budiman, S.Psi, M.Psi selaku wakil Dekan Bidang Akademik. Terimakasih sudah banyak membantu peneliti dan selalu mempermudah peneliti dalam menyelesaikan setiap persyaratan sehingga skripsi ini bisa dibawa didepan penguji sidang meja hijau.
9. Seluruh civitas akademika Fakultas Psikologi, dan para dosen yang tidak pernah lelah memberikan inspiras kepada kami
10. Sekolah SD Negeri 060953 terkhusus kepada ibu Nurhayati Ritonga, S.Pd selaku Kepala Sekolah dan seluruh pengajar di SD Negeri 060953 yang telah bersedia membantu untuk memberikan tempat sehingga penelitian ini bisa terselesaikan.
11. Teristimewa dan penghargaan sebesar-besarnya kepada ayahanda tersayang Remadi dan Ibunda tersayang Khairiah, S.Pd yang selalu memberikan dukungan baik secara moril maupun materi, serta kasih sayang yang tak pernah pudar, sehingga peneliti bisa menyelesaikan skripsi ini.

12. Buat adikku tersayang Siti Nazarianai, S.Agr dan Muhammad Rian Mizard. Terimakasih untuk semangat yang selalu kalian berikan disetiap harinya.
 13. Teruntuk teman terhebat ku Muhammad Alfian S.Kom. Terimakasih atas bantuan, semangat serta motivasi yang selalu diberikan untuk peneliti agar tetap bisa menyelesaikan skripsi ini.
 14. Buat seluruh rekan-rekan seperjuangan Mahasiswa Psikologi Universitas Medan Area stambuk 2013. Terkhusus untuk ke tiga sahabat ku yang selalu meluangkan waktunya dan selalu membantu dalam menyelesaikan skripsi ini Annisa, Riki Sanjaya Lubis, Friska Juliana Putri Saragih, S.Psi terimakasih atas dukungan, semangat yang kalian berikan.
 15. Semua pihak yang tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu, semoga Allah membalas semua kebaikan yang tertoreh dengan pencapaian impian kebahagiaan dunia dan akhirat. Amin
- Akhir kata peneliti mengungkapkan banyak terimakasih kepada semua pihak yang telah membantu dan memberikan saran dan masukan kepada peneliti. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi kita semua.

Medan, 28 September 2017

Siti Nazariana
13 860 0043

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	
HALAMAN PERSETUJUAN	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
SURAT PERNYATAAN	iii
HALAMAN MOTTO	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN	v
KATA PENGANTAR	vi
ABSTRAK	ix
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	10
C. Batasan Masalah	12
D. Rumusan Masalah.....	12
E. Tujuan Penelitian.....	13
F. Manfaat Penelitian.....	13
1. Manfaat Teoritis.....	13
2. Manfaat Praktis	13
BAB II KAJIAN PUSTAKA	15
A. Remaja.....	15

1. Pengertian Remaja.....	15
2. Tahap - Tahap Perkembangan Remaja.....	16
3. Tugas - Tugas Perkembangan Remaja	19
4. Perubahan Fisik Pada Remaja	21
B. Kecemasan	24
1. Pengertian Kecemasan.....	24
2. Aspek - Aspek Kecemasan.....	25
3. Ciri - Ciri Kecemasan.....	27
4. Faktor - Faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan	29
5. Tingkat Kecemasan	32
C. Pengetahuan	34
1. Pengertian Pengetahuan.....	34
2. Tingkat Pengetahuan	35
3. Faktor - Faktor Yang Mempengaruhi Pengetahuan	38
4. Dimensi Pengetahuan.....	39
D. Pengetahuan Remaja Mengenai Konsep Menstruasi Dan <i>Menarche</i>	41
1. Menstruasi	41
2. <i>Menarche</i>	42
E. Hubungan Antara Pengetahuan Mengenai Menstruasi Dengan Kecemasan Remaja Dalam Menghadapi Menstruasi Pertama (<i>menarche</i>)	45
F. Kerangka Konseptual.....	47
G. Hipotesis.....	47
BAB III METODE PENELITIAN	48

A. Tipe Penelitian.....	48
B. Identifikasi Variabel Penelitian	48
C. Definisi Operasional Variabel Penelitian	49
D. Subyek Penelitian	49
E. Teknik Pengumpulan Data	50
F. Validitas Dan Reliabilitas Alat Ukur.....	51
G. Metode Analisis Data	53
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	55
A. Orientasi Kancan Penelitian.....	55
B. Persiapan Penelitian.....	55
1. Persiapan Administrasi	56
2. Persiapan Alat Ukur	57
C. Pelaksanaan Penelitian.....	60
D. Analisis Data dan Hasil Penelitian Pembahasan.....	61
BAB V SIMPULAN DAN SARAN	71
A. Simpulan.....	71
B. Saran	71
DAFTAR PUSTAKA	73

DAFTAR TABEL

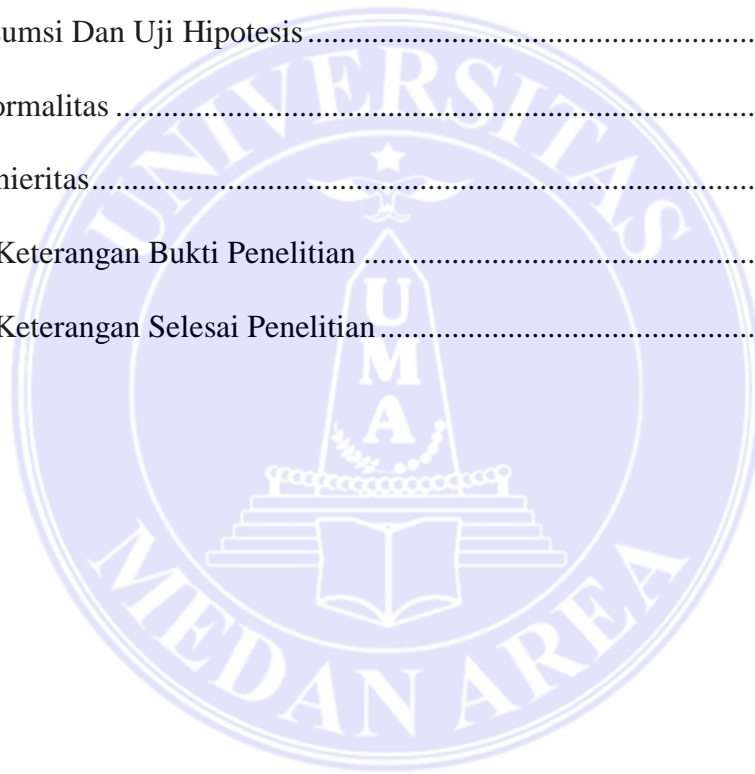
Tabel 1.	Distribusi Penyebaran Butir-Butir Pernyataan Skala Pengetahuan Sebelum Uji Coba Penelitian	57
Tabel 2.	Distribusi Penyebaran Butir-Butir Pernyataan Skala Kecemasan Sebelum Uji Coba Penelitian	58
Tabel 3.	Distribusi Penyebaran Butir-Butir Pernyataan Skala Pengetahuan Setelah Uji Coba Penelitian	59
Tabel 4.	Distribusi Penyebaran Butir-Butir Pernyataan Skala Kecemasan Setelah Uji Coba Penelitian	60
Tabel 5.	Rangkuman Hasil Perhitungan Uji Normalitas Sebaran	62
Tabel 6.	Rangkuman Hasil Uji Linieritas Hubungan	63
Tabel 7.	Rangkuman Perhitungan R <i>Product Moment</i>	64
Tabel 8.	Hasil Perhitungan Nilai Rata-Rata Hipotetik Dan Empirik	64



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran

A. Skala Pengetahuan.....	78
B. Skala Kecemasan.....	80
C. Hasil Data Mentah.....	82
D. Uji Validitas Dan Reliabilitas Skala Pengetahuan	89
E. Uji Validitas Dan Reliabilitas Kecemasan	94
F. Uji Asumsi Dan Uji Hipotesis	99
G. Uji Normalitas	102
H. Uji Linieritas.....	105
I. Surat Keterangan Bukti Penelitian	112
J. Surat Keterangan Selesai Penelitian.....	115



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Masa remaja merupakan sebuah periode dalam kehidupan manusia yang batasan usia maupun peranannya seringkali tidak terlalu jelas. Remaja merupakan salah satu periode dari perkembangan manusia, masa ini merupakan masa perubahan atau peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa yang meliputi perubahan biologik, perubahan psikologik dan perubahan sosial. Disebagian besar masyarakat dan budaya masa remaja pada umumnya dimulai pada usia 10-13 tahun dan berakhir pada usia 18-22 tahun (Notoatmojo, 2007).

Setiap anak ketika memasuki masa remaja akan mengalami perubahan fisik yang cepat. Anak perempuan biasanya mengalami perubahan fisik yang lebih dahulu dibandingkan anak laki-laki. Salah satu perubahan fisik tersebut adalah proses reproduksi (proses melanjutkan keturunan) yang erat hubungannya dengan perubahan fisik yang lebih dikenal dengan istilah pubertas. Pubertas yang dalam bahasa Inggris *puberty* atau bahasa Latinnya *pubescere* mempunyai arti usia kedewasaan (Sarwono, 2003).

Menurut Root (dalam Hurlock, 1997) pubertas adalah suatu tahap dalam perkembangan dimana terjadi kematangan alat-alat seksual dan tercapai kemampuan reproduksi. Menstruasi pertama sebagai kriteria kematangan seksual primer pada anak perempuan. Tanda seks sekunder pada perempuan meliputi bertambah lebar dan bulatnya bagian pinggul, payudara menjadi besar, tumbuhnya

rambut kemaluan dan rambut ketiak, kulit menjadi lebih kasar, tebal, pucat, dan berjerawat.

Masa pubertas juga ikut menandai akhir masa kanak-kanak dan merupakan suatu awal dari masa remaja, suatu perioda perubahan yang cepat dan kadang membingungkan (Vasta, Miller, & Ellis, 2004). Masa pubertas seperti sudah disebutkan, bagi anak perempuan ditandai dengan menstruasi pertama (*menarche*). *Menarche* disebutkan juga sebagai kejadian yang penting dalam kehidupan seorang wanita (Dirga Gunarsa & Gunarsa, 1995).

Menurut Titik (2015) *Menarche* merupakan menstruasi pertama yang dialami wanita sebagai tanda kedewasaan. Kedewasaan maksudnya ovarium telah dewasa, jadi telah memiliki kemampuan untuk menghasilkan sel telur (dalam fase oosit) untuk dilepaskan ke oviduk melalui ovulasi. *Menarche* merupakan menstruasi pertama yang bisa terjadi antara usia 12-13 tahun dalam rentang usia 10-16 tahun atau pada masa awal remaja ditengah masa pubertas sebelum memasuki masa reproduksi.

Setelah mengalami *menarche*, seorang perempuan mengalami siklus menstruasi yang terjadi selama tiga hingga tujuh hari setiap bulannya. Proses menstruasi pada banyak perempuan seringkali disertai dengan rasa sakit. Sekitar tujuh puluh persen perempuan mengalami nyeri haid pada suatu waktu dalam kehidupannya (Kingston, 1995).

Untuk seterusnya bagi perempuan, biasanya akan mengalami beberapa gejala yang terjadi beberapa hari menjelang menstruasi. Gejala seperti sakit kepala, payudara menjadi bengkak, serta jerawat dan ketegangan menjelang menstruasi, hal ini disebut dengan istilah *Premenstrual Syndrome* (PMS).

Beberapa peneliti juga mengemukakan bahwa sebagian perempuan memiliki mood yang berubah-ubah sehubungan dengan siklus menstruasi (Paludi, 2002).

Menurut Titik (2015) sering kali seorang remaja merasa malu, cemas dan takut ketika mendapatkan menstruasi pertama yang disebut *menarche*, ada juga remaja yang mempersepsikan bahwa menstruasi itu menjijikan, kotor, membatasi gerak-geraknya hingga menjadi tidak bebas, hal ini merupakan efek psikologis dari menstruasi informasi atau pengetahuan sangat dibutuhkan karena dapat membantu remaja dalam mengatasi perasaan negatif tentang menstruasi

Berk (dalam Ninawati, 2006) mengungkapkan, reaksi remaja wanita terhadap datangnya menstruasi pertama (*menarche*), yaitu reaksi negatif, ketika muncul reaksi pertama, seorang individu akan merasakan keluhan-keluhan psikologis (sakit kepala, sakit pinggang, mual-mual, muntah) maupun kondisi psikologis yang tidak stabil (bingung, sedih, marah, stress, cemas, mudah tersinggung, marah emosional).

Menurut Deutsch (dalam Kartono, 1995) tidak jarang muncul reaksi-reaksi psikis negatif pada saat menstruasi pertama. Sewaktu menstruasi terjadi seringkali muncul anggapan bahwa segala sesuatu yang keluar dari alat kelamin anak perempuan adalah sesuatu yang kotor, menjijikan dan noda bagi diri anak perempuan. Oleh perasaan negatif itu maka kemudian timbul perasaan rendah diri, atau anak perempuan akan merasa sakit-sakitan saat menstruasi sehingga tidak berani keluar rumah, dan sebagai konsekuensinya, dirinya harus dikasihani oleh siapapun.

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa remaja yang belum mengalami menstruasi akan mengalami kecemasan pada saat menghadapi menstruasi pertama

(*menarche*). Menurut Ice (2013) bahwa peristiwa yang sering terjadi pada saat menghadapi menstruasi pertama adalah kecemasan dan ketakutan. Hal ini juga didukung oleh pernyataan dari Benjet dan Guzman (2001) bahwa anak perempuan yang akan mengalami *menarche* erat kaitanya dengan perasaan cemas.

Johnston (1997) mendefinisikan bahwa kecemasan merupakan suatu pengalaman emosional yang dirasakan oleh individu sebagai sesuatu yang tidak menyenangkan. Tidak jelas apa yang menjadi penyebab timbulnya kecemasan oleh karena adanya ancaman dari luar maupun dari dalam tubuh yang berlangsung terus menerus.

Menurut Titik (2015) kecemasan merupakan keadaan perasaan afektif yang tidak menyenangkan yang disertai dengan sensasi fisik yang memperingatkan orang terhadap bahaya yang akan datang. Keadaan yang tidak menyenangkan itu sering kabur dan sulit menunjukan dengan tepat tetapi kecemasan itu selalu dirasakan. Keluhan-keluhan yang sering dikemukakan oleh orang yang mengalami kecemasan seperti cemas, khawatir, firasat buruk, takut akan pikirannya sendiri, merasa tegang, tidak tenang, serta merasa gelisah.

Bustaman (2001) mendefinisikan kecemasan sebagai ketakutan terhadap hal-hal yang belum tentu terjadi. Perasaan cemas muncul apabila seseorang berada dalam keadaan diduga akan merugikan dan mengancam dirinya, serta merasa tidak mampu menghadapinya. Dengan demikian, rasa cemas sebenarnya suatu ketakutan yang diciptakan oleh diri sendiri, yang dapat ditandai dengan selalu merasa khawatir dan takut terhadap sesuatu yang belum terjadi.

Menurut Kartono (2006) bahwa gejala yang sering terjadi dan sangat mencolok pada peristiwa menghadapi menstruasi pertama adalah kecemasan atau

ketakutan. Kecemasan remaja putri dalam menghadapi masa *menarche* sangat dipengaruhi beberapa hal antara lain karena kurang pengetahuan, pemahaman, dan informasi serta adanya perubahan-perubahan yang terjadi ketika remaja menghadapi masa *menarche*. Sebagian remaja putri mengalami kegelisahan, adanya rasa takut, kerisauan dan kecemasan ketika menghadapi *menarche*. Gunn dan Petersen (dalam Ninawati, 2006) mengatakan bahwa remaja putri yang memiliki perasaan negatif terhadap menstruasi akan mengalami kecemasan dan ketidaknyamanan pada saat menghadapi menstruasi pertama.

Menurut Ezra, dkk (2003) perilaku yang muncul dalam menghadapi *menarche* antara lain merasa takut, terkejut, menangis, sakit kepala, sakit pinggang, mual-mual dan muntah. Sedangkan dampak yang ditimbulkan dari *menarche* antara lain merasa khawatir, merasa tidak siap, takut orang lain mengetahui, merasa malu, takut melihat darah, takut merasa sakit, bingung, sedih, serta merasa cemas.

Seperti dijelaskan sebelumnya, *menarche* sebagai suatu perubahan pada anak perempuan yang menyangkut aspek fisik dan psikis. *Menarche* menyebabkan bermacam konsekuensi psikologis dimana adanya perasaan negatif dan positif. Beberapa anak perempuan merasa cemas ketika mereka pertama kali mendapatkan menstruasi, hal ini bisa terjadi karena kurangnya pemahaman dan pengetahuan remaja mengenai menstruasi. Seperti pengetahuan cara menghadapi menstruasi, pengetahuan gejala sebelum menstruasi, serta bagaimana cara perawatan diri selama menstruasi. Hal ini sesuai dengan pernyataan yang diungkapkan oleh (Byer, Shainberg, & Galliano, 1999) beberapa anak perempuan merasa cemas ketika mereka pertama kali mendapatkan menstruasi, mereka

mungkin memiliki pengetahuan yang sedikit atau barangkali tidak ada pengetahuan mengenai menstruasi, dari mana datangnya atau kenapa dan apabila terjadi akan menyebabkan anak perempuan tersebut merasa cemas dan takut.

Menurut Notoatmodjo (2007) pengetahuan merupakan hasil tahu, dan ini terjadi setelah orang melakukan pengindraan terhadap obyek tertentu. Pengindraan panca indera manusia yaitu indera penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba. Sebagian pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga, yaitu proses melihat dan mendengar. Selain itu melalui mata dan telinga yaitu proses melihat dan mendengar. Selain itu proses pengalaman dan proses belajar dalam pendidikan formal maupun informal.

Soekanto (2002) mengungkapkan bahwa pengetahuan merupakan hasil dari tahu, merupakan domain yang penting dalam membentuk tindakan seseorang (*overt behavior*). Proses kognitif meliputi ingatan, persepsi, simbol-simbol penalaran dan pemecahan persoalan.

Menurut kamus besar Bahasa Indonesia (1999) pengetahuan diartikan segala sesuatu yang diketahui meliputi kemampuan untuk mengatakan kembali dari ingatan hal-hal khusus dan umum, metode dan proses atau mengingat sesuatu pola, susunan, gejala atau peristiwa.

Pengetahuan mengenai menstruasi sangat dibutuhkan remaja putri. Pengetahuan yang cukup baik tentang perubahan-perubahan fisik dan psikologis terkait dengan menstruasi pertama (*menarche*) sangat diperlukan. Perasaan bingung, gelisah, merasa tidak nyaman selalu menyelimuti perasaan seorang wanita yang akan mengalami menstruasi pertama kalinya (*menarche*). Jones (2005) mengatakan bahwa seorang remaja putri akan mengalami kesulitan dalam

menghadapi menstruasi pertama, jika sebelumnya ia belum pernah mengetahui atau membicarakan tentang menstruasi.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Nugroho (Dalam Ice, 2013) tingkat kecemasan dalam masa menghadapi menstruasi pertama (*menarche*) antara remaja putri yang mempunyai pengetahuan tentang menstruasi dengan yang tidak atau kurang tahu mengenai menstruasi. Remaja putri yang mempunyai pengetahuan tentang menstruasi dengan baik akan mudah memahami perubahan-perubahan fisiologis yang menyebabkan ketidak stabilan kondisi psikologis, Sehingga remaja tersebut dapat mengantisipasi atau mengatasi kecemasan menghadapi menstruasi pertama (*menarche*). Sedangkan remaja putri yang tidak atau kurang tahu mengenai menstruasi akan mengalami kesulitan untuk mengetahui perubahan fisiologis yang akan menyebabkan ketidak stabilan kondisi secara psikologis, Sehingga remaja tersebut lebih mudah merasa takut, khawatir dan merasa cemas pada saat menghadapi menstruasi pertama (*menarche*)

Walaupun terkadang *menarche* dapat dikatakan sebagai hal yang mengganggu, akan tetapi hal tersebut sepertinya tidak menjadi trauma bagi anak perempuan. Hal itu mungkin dapat menjadi trauma dan mengakibatkan munculnya gejala-gejala patologis seperti rasa takut, kecemasan, konflik-konflik batin, dan kesulitan-kesulitan emosional bagi anak perempuan apabila peristiwa menstruasi tidak disertai dengan pemberian pengetahuan, pengarahan dan informasi-informasi yang jelas dan benar untuk mempersiapkan diri terhadap datangnya *menarche* (Paludi, 2002).

Rasa cemas yang dimiliki anak perempuan merupakan hal yang normal khususnya dalam menghadapi berbagai hal baru yang akan terjadi dalam hidupnya

sebagai proses menjadi perempuan dewasa seperti *menarche* yang diikuti dengan siklus menstruasi, akan tetapi apabila kecemasan tersebut mengarah ke gejala patologis, hal tersebut tidaklah dianggap wajar. Oleh karena itu perlu ada pemberian pengetahuan dan informasi yang tepat agar kecemasan dalam menghadapi datangnya menstruasi pertama (*menarche*) dapat berkurang dan anak perempuan dapat menerima *menarche* sebagai hal normal Sherr & Lawrence (dalam Ninawati, 2006).

SD Negeri Nomor 060953 merupakan salah satu sekolah yang berada di Jl. Pancing IV Kel. Besar Kec. Medan Labuhan. Dimana siswi yang berada di SD Negeri Nomor 060953 merupakan remaja yang sedang mengalami masa transisi dari masa kanak-kanak ke masa dewasa. Pada masa ini terjadi berbagai perubahan dan perkembangan baik fisik, mental maupun psikososial. Masa remaja ditandai dengan masa pubertas, yaitu waktu seorang anak perempuan mengalami menstruasi pertama (*menarche*). Selama masa menghadapi menstruasi pertama (*menarche*) remaja sering mengalami ketidaknyamanan seperti rasa cemas saat menghadapi menstruasi pertama (*menarche*) rasa cemas tersebut akan timbul apabila seorang remaja tidak mendapatkan pengetahuan mengenai menstruasi.

Siswi SD Negeri Nomor 060953 mengalami kecemasan dalam menghadapi menstruasi pertama (*menarche*), dengan alasan karena kurangnya pemahaman dan pengetahuan siswi terhadap menstruasi. Karena kurangnya pengetahuan terhadap menstruasi yang mengakibatkan timbulnya rasa cemas saat menghadapi menstruasi pertama (*menarche*), siswi di SD Negeri Nomor 060953 memberikan reaksi terhadap *menarche* seperti merasa bingung, tidak tahu harus berbuat apa, merasa jijik, merasa kotor, malu, takut merasakan sakit pada saat

menstruasi, bahkan menolak akan datangnya menstruasi pertama (*menarche*). Hal ini disebabkan oleh timbulnya penolakan anak perempuan tersebut secara tidak sadar akibat rasa cemas yang kemudian diperkuat oleh rasa ketakutan siswi tersebut.

Beberapa halnya fenomena yang peneliti temukan dilapangan, peneliti melakukan wawancara kepada siswi yang belum mengalami menstruasi. Berikut hasil wawancara dengan siswi :

“aku tau kak apa itu menstruasi, kata mamak aku tandanya uda dewasa gitu aja kak, tapi aku gak tau kak kenapa bisa gitu, trus aku dengar dari orang katanya sakit kak, jadi aku takut kak kalau aku menstruasi nanti akupun gak tau kak apa yang harus aku buat aku bingung kak”. (*Wawancara dilakukan pada Tanggal 10 Desember 2016 dengan inisial nama NA, Perempuan, 10 Tahun*).

“aku gak tau kak apa menstruasi itu tapi katanya rasanya sakit, akupun tau dari kawan ku kak, kakak kupun juga kak kadang aku ngeliati dia trus ku tanya sama kakak ku, itu kenapa kak kok bisa gitu tapi kakak aku gak mau jawab trus ku tanyak sama mamak ku, katanya menstruasi itu tandanya aku uda dewasa gak boleh kayak anak-anak lagi trus katak mamak ku keluar darah, aku takut lah kak kalau nanti aku menstruasi, aku jijik kak sama darah”. (*Wawancara dilakukan pada Tanggal 10 Desember 2016 dengan inisial nama SIA, Perempuan 11 Tahun*)

Dari hasil wawancara yang dilakukan peneliti kepada siswi memperlihatkan siswi tersebut mengalami kecemasan dalam menghadapi menstruasi, dengan alasan karena kurangnya pengetahuan siswi mengenai mensruasi tersebut.

Perubahan fisik yang cukup penting dalam pertumbuhan anak perempuan menjelang pubertas seperti menstruasi pertama, akan mengakibatkan rasa kebingungan, ketidakpastian, ketidaktahuan mengenai menstruasi, serta reaksi positif atau negatif terhadap menstruasi yang dapat mempengaruhi kecemasan remaja dalam menghadapi menstruasi pertama (*menarche*). Menurut Prove &

Rawati (2009) remaja putri yang tidak memiliki persiapan sebelumnya terhadap menstruasi pertama cenderung memperlihatkan perasaan negatif dibandingkan yang sudah mempersiapkan terlebih dahulu.

Menurut Kissling (dalam Yustisiana & Endah, 2012) anak perempuan akan lebih siap menghadapi *menarche* jika mereka dibekali oleh beberapa hal salah satunya adalah pembekalan terhadap pengetahuan terkait dengan perubahan yang terjadi pada diri remaja dan aspek-aspek emosi selama menstruasi. Jika seorang remaja tidak membekali diri dengan pengetahuan terkait dengan pengetahuan mengenai menstruasi, akan menimbulkan perasaan negatif ketika seorang remaja menghadapi *menarche*.

Menurut Marv'an dkk (dalam Yustisiana & Endah, 2012) pengalaman *menarche* dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti usia remaja, berbagai persiapan yang diterima, dukungan sosial dari keluarga dan karakteristik personal yang dimiliki serta pengetahuan yang dapat menimbulkan perasaan negatif seperti kecemasan dan ketakutan seorang remaja pada saat menghadapi menstruasi pertama. Oleh karena itu peneliti tertarik untuk meneliti atau mengetahui apakah ada hubungan antara pengetahuan mengenai menstruasi dengan kecemasan remaja dalam menghadapi menstruasi pertama (*menarche*).

B. Identifikasi Masalah

Setiap anak ketika memasuki masa remaja akan mengalami perubahan fisik yang cepat, anak perempuan biasanya mengalami perubahan fisik yang cepat dibandingkan anak laki-laki. Masa pubertas merupakan suatu tahap dalam perkembangan dimana terjadinya kematangan alat-alat seksual dan tercapainya kemampuan reproduksi salah satunya adalah terjadinya menstruasi pertama. Pada

anak perempuan menstruasi pertama disebut juga sebagai kriteria kematangan seksual primer pada anak perempuan.

Perubahan fisik yang cukup penting dalam pertumbuhan anak perempuan menjelang pubertas seperti menstruasi. Terkadang pada saat terjadinya menstruasi tidak semua anak perempuan mengetahui apa itu menstruasi dan bagaimana harus menghadapinya, terutama pada saat seorang remaja menghadapi menstruasi pertama (*menarche*). Hal ini sering kali diikuti dengan perasaan campur aduk seperti merasa cemas, bingung, takut, umumnya pada orang yang takut melihat darah. Ketidaktahuan mereka ini dapat menyebabkan kekeliruan yang mengkaitkan menstruasi dengan penyakit atau luka, takut akan rasa sakit, bahkan memandang sebagai sesuatu hal yang memalukan. Hal ini bisa terjadi pada remaja yang tidak mendapatkan pengetahuan mengenai menstruasi dengan benar.

Bagi anak perempuan, perubahan yang terjadi didalam dirinya akan menimbulkan berbagai pertanyaan dan perasaan ingin tahu. Apabila seorang anak perempuan secara psikologis tidak mempersiapkan diri menghadapi *menarche* seperti pengetahuan yang dimiliki, hal tersebut akan memunculkan perasaan negatif seperti merasa cemas ketika menghadapi *menarche*.

Menurut Bruns (2000) remaja yang mendapatkan pengetahuan mengenai menstruasi sebelum ia benar-benar mengalaminya ia akan lebih merasa gembira ketika menstruasi tiba sedangkan remaja yang tidak mendapatkan pengetahuan mengenai menstruasi bisa mengalami ketakutan ketika melihat darah, bingung, merasa jijik, kotor, repot, dan hal ini bisa menimbulkan rasa cemas pada remaja yang menghadapi menstruasi pertama. Oleh sebab itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul hubungan antara pengetahuan mengenai

menstruasi dengan kecemasan remaja dalam menghadapi menstruasi pertama (*menarche*).

C. Batasan Masalah

Dalam penelitian ini, peneliti membatasi masalah yang akan diteliti mengenai hubungan antara pengetahuan mengenai menstruasi dengan kecemasan remaja dalam menghadapi menstruasi pertama (*menarche*). Kecemasan merupakan pengalaman emosi dan subyektif tanpa ada obyek yang spesifik sehingga orang merasakan perasaan was-was (khawatir) seolah-olah ada sesuatu yang buruk akan terjadi dan pada umumnya disertai gejala-gejala otonomik yang berlangsung beberapa waktu. Didalam penelitian ini, peneliti membatasi kecemasan remaja dalam menghadapi menstruasi pertama (*menarche*) hanya berasal dari pengetahuan mengenai menstruasi. Sedangkan pengetahuan mengenai menstruasi merupakan sesuatu yang diketahui oleh seseorang mengenai menstruasi atau perdarahan yang terjadi setiap bulan secara teratur pada wanita dewasa dan sehat. Dan yang menjadi populasi dalam penelitian ini adalah Siswi Sekolah Dasar kelas 5 dan 6 yang berada di SD Negeri Nomor 060953 Jl. Pancing IV Kel. Besar Kec. Medan Labuhan.

D. Rumusan Masalah

Perumusan dalam penelitian ini adalah “Apakah ada hubungan antara pengetahuan mengenai menstruasi dengan kecemasan remaja dalam menghadapi menstruasi pertama (*menarche*) di SD Negeri Nomor 060953 ?”

E. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara pengetahuan mengenai menstruasi dengan kecemasan remaja dalam menghadapi menstruasi pertama (*menarche*) di SD Negeri Nomor 060953.

F. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat teoritis dalam memberikan informasi dan perluasan teori dibidang psikologi perkembangan, yaitu pengetahuan remaja mengenai menstruasi khususnya kecemasan remaja dalam menghadapi menstruasi pertama (*menarche*). Selain itu penelitian ini diharapkan dapat memperkaya sumber kepustakaan penelitian mengenai psikologi perkembangan, sehingga hasil penelitian ini nantinya diharapkan dapat dijadikan sebagai penunjang untuk bahan penelitian selanjutnya.

2. Manfaat Praktis

a. Manfaat bagi remaja

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi mengenai kecemasan remaja dalam menghadapi menstruasi pertama (*menarche*). Khususnya bagi remaja yang belum mendapatkan pemahaman dan pengetahuan mengenai menstruasi.

b. Manfaat bagi sekolah

Diharapkan hasil penelitian ini dapat membantu sekolah dalam memberikan tambahan pengetahuan mengenai menstruasi khususnya bagi remaja yang sedang menghadapi menstruasi pertama (*menarche*)

c. Manfaat bagi akademis

Bagi akademis, penelitian ini diharapkan mampu memberikan gambaran serta informasi untuk penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan pengetahuan mengenai menstruasi khususnya kecemasan remaja dalam menghadapi menstruasi pertama (*menarche*).



BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Remaja

1. Pengertian Remaja

Masa remaja merupakan salah satu periode dari perkembangan manusia. Masa ini merupakan masa perubahan atau peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa yang meliputi perubahan biologik, perubahan psikologik, dan perubahan sosial. Di sebagian besar masyarakat dan budaya masa remaja pada umumnya dimulai pada usia 10-13 tahun dan berakhir pada usia 18-22 tahun (Notoatmojo, 2007).

Menurut Hurlock (1992) Remaja berasal dari kata latin *adolensence* yang berarti tumbuh atau tumbuh menjadi dewasa. Istilah *adolensence* mempunyai arti yang lebih luas lagi yang mencakup kematangan mental, emosional sosial dan fisik. Masa ini merupakan masa peralihan diantara masa kanak-kanak dan dewasa.

Masa remaja adalah suatu masa perkembangan yang dinamis dalam kehidupan seorang individu. Masa ini merupakan periode transisi dari masa anak ke masa dewasa yang ditandai dengan pertumbuhan dan perkembangan fisik, mental, dan emosional. Hal ini dikarenakan secara fisik proses pertumbuhan otak pada remaja mencapai kesempurnaan dimana sistem syaraf yang memproses informasi berkembang secara cepat (Soetjiningsih, 2004)

Menurut Darajat (1990) masa remaja merupakan masa peralihan diantara masa kanak-kanak dan dewasa. Dalam masa ini anak mengalami masa pertumbuhan dan perkembangan fisiknya maupun perkembangan psikisnya.

Mereka bukanlah anak-anak baik bentuk badan ataupun cara berfikir atau bertindak, tetapi bukan pula orang dewasa yang telah matang.

Menurut Santrock (2003) masa remaja diartikan sebagai masa perkembangan transisi antara masa anak dan masa dewasa yang mencakup perubahan biologis, kognitif, dan sosial-emosional.

Berdasarkan uraian diatas, dapat disimpulkan bahwa masa remaja adalah masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa yang dimulai saat terjadinya kematangan seksual yang meliputi perubahan biologis, psikologis serta perubahan sosial.

2. Tahap - Tahap Perkembangan Remaja

Menurut Sarwono (2006) ada 3 tahap perkembangan remaja dalam proses penyesuaian diri menuju dewasa :

a. Remaja Awal (*Early Adolescence*)

Seorang remaja pada tahap ini berusia 10-12 tahun masih terheran-heran akan perubahan-perubahan yang terjadi pada tubuhnya sendiri dan dorongan-dorongan yang menyertai perubahan-perubahan itu. Mereka mengembangkan pikiran-pikiran baru, cepat tertarik pada lawan jenis, dan mudah terangsang secara erotis. Dengan dipegang bahunya saja oleh lawan jenis, ia sudah berfantasi erotik. Kepekaan yang berlebih-lebihan ini ditambah dengan berkurangnya kendali terhadap ego. Hal ini menyebabkan para remaja awal sulit dimengerti orang dewasa.

b. Remaja Madya (*Middle Adolescence*)

Tahap ini berusia 13-15 tahun. Pada tahap ini remaja sangat membutuhkan kawan-kawan. Ia senang kalau banyak teman yang menyukainya. Ada kecenderungan *narastic*, yaitu mencintai diri sendiri, dengan menyukai

teman-teman yang mempunyai sifat-sifat yang sama dengan dirinya. Selain itu, ia berada dalam kondisi kebingungan karena ia tidak tahu harus memilih yang mana: peka atau tidak peduli, ramai-ramai atau sendiri, optimis atau pesimis, idealis atau materialis, dan sebagainya. Remaja pria harus membebaskan diri dari *Oedipoes Complex* (perasaan cinta pada ibu sendiri pada masa kanak-kanak) dengan mempererat hubungan dengan kawan-kawan dari lawan jenis.

c. Remaja Akhir (*Late Adolescence*)

Tahap ini 16-19 tahun adalah masa konsolidasi menuju periode dewasa dan ditandai dengan pencapaian lima hal dibawah ini:

- Minat yang makin mantap terhadap fungsi-fungsi intelek.
- Egonya mencari kesempatan untuk bersatu dengan orang-orang lain dan dalam pengalaman-pengalaman baru.
- Terbentuk identitas seksual yang tidak akan berubah lagi.
- *Egosentrisme* (terlalu memusatkan perhatian pada diri sendiri) diganti dengan keseimbangan antara kepentingan diri sendiri dengan orang lain.
- Tumbuh “dinding” yang memisahkan diri pribadinya (*private self*) dan masyarakat umum (*the public*).

Menurut Soetjiningsih (2004), pada umumnya pengelompokan tahapan perkembangan pada remaja adalah sebagai berikut :

a. Masa remaja awal atau dini umur 11-13 tahun

Pada masa remaja awal terdapat ciri-ciri yang menandai pada masa perkembangan ini antara lain: 1) Mereka tidak mau lagi disebut anak,

sebutan anak dianggap sebagai sesuatu yang merendahkan diri mereka. Tetapi juga tidak mau dikatakan dewasa. Hal tersebut dianggap terlalu berat tanggung jawabnya bagi mereka, 2) Mereka mulai memisahkan diri dari orang tuanya atau orang-orang dewasa lain yang ada di sekitarnya, 3) Mereka membentuk kelompok-kelompok untuk bersaing, antara kelompok yang satu dengan yang lain, 4) Mereka mempunyai sifat mendewasakan tokoh-tokoh yang di pandang memiliki kelebihan yang di sukainya, 5) Pandangannya lebih banyak di arahkan keluar (*ekstrovet*) dan kurang bersedia untuk melihat dan mempercayai dirinya sendiri, 6) Mereka berani menghadapi sesuatu tapi kadang-kadang kurang perhitungan dan terkadang melupakan tata susila.

b. Masa remaja pertengahan 14-16 tahun

Pada fase ini, di sebut juga dengan fase negatif atau sikap menolak. Adapun ciri-ciri pada fase ini antara lain, ialah: 1) Bersikap serba ragu, tidak pasti, tidak senang, tidak setuju, dan sebagainya, 2) Anak sering murung, sedih tetapi ia sendiri tidak mengerti apa sebabnya, 3) Sering melamun tak menentu, dan terkadang berputus asa.

c. Masa remaja lanjut 17-20 tahun

Pada fase remaja lanjut, di tandai dengan perubahan jasmani yang di sebabkan karena pertumbuhan kelenjar-kelenjar baru, sehingga bagi anak putri perkembangan itu menuju ke arah keibuan dan bagi anak putra mengarah kebakapan.

Dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa pada umumnya pengelompokan tahapan perkembangan pada remaja dibagi atas tiga tahap

perkembangan yaitu: 1) masa remaja awal dari umur 10-13 tahun, 2) masa remaja madya dari umur 13-16 tahun, 3) masa remaja akhir dari umur 16-20 tahun.

3. Tugas - Tugas Perkembangan Remaja

Adapun tugas-tugas perkembangan masa remaja menurut Hurlock (1991) adalah sebagai berikut:

1. Mampu menerima keadaan fisiknya.
2. Mampu menerima dan memahami peran seks usia dewasa.
3. Mampu membina hubungan baik dengan anggota kelompok yang berlainan jenis.
4. Mencapai kemandirian emosional.
5. Mencapai kemandirian ekonomi.
6. Mengembangkan konsep dan keterampilan intelektual yang sangat diperlukan untuk melakukan peran sebagai anggota masyarakat.
7. Memahami dan menginternalisasikan nilai-nilai orang dewasa dan orang tua.
8. Mengembangkan perilaku tanggung jawab sosial yang diperlukan untuk memasuki dunia dewasa.
9. Mempersiapkan diri untuk memasuki perkawinan.
10. Memahami dan mempersiapkan berbagai tanggung jawab kehidupan keluarga.

Menurut Havighurst (1961) tugas-tugas perkembangan masa remaja adalah sebagai berikut :

1. Menerima keadaan jasmani dan menggunakan secara efektif.

2. Menerima peranan sosial jenis kelamin sebagai pria/wanita.
3. Menginginkan dan mencapai perilaku sosial yang bertanggung jawab sosial.
4. Mencapai kemandirian emosional dari orang tua dan orang dewasa lainnya.
5. Belajar bergaul dengan kelompok anak-anak wanita dan anak-anak laki-laki.
6. Perkembangan skala nilai.
7. Secara sadar mengembangkan gambaran dunia lebih adekwat.
8. Persiapan diri secara ekonomi.
9. Pemilihan dan latihan jabatan.
10. Mempersiapkan perkawinan.

Dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa tugas-tugas perkembangan remaja antara lain: 1) mampu menerima keadaan fisik, 2) mampu menerima peranan sosial jenis kelamin sebagai pria/wanita, 3) mampu mencapai perilaku sosial dan mampu membina hubungan baik dengan anggota kelompok, 4) mencapai kemandirian emosional dan ekonomi, 5) mengembangkan konsep dan keterampilan intelektual, 6) mengembangkan perilaku tanggung jawab sosial, 7) pemilihan dan latihan jabatan, 8) mempersiapkan diri memasuki perkawinan.

4. Perubahan Fisik Pada Remaja

Perubahan fisik pada remaja menurut Sarwono (2010) yaitu:

1. Tanda Seks Primer

Tanda seks primer merupakan tanda yang menunjukkan alat kelamin

A. Pada wanita

- Alat kelamin wanita bagian luar terdiri dari:
 - a. Bibir luar (*labia mayora*)
 - b. Labia minor (*labia minora*)
 - c. *Klitoris*, yaitu bagian penuh dengan ujung-ujung syaraf sehingga sangat peka terhadap rangsangan/sentuhan. Sentuhan-sentuhan pada klitoris dapat menyebabkan terjadinya orgasme (puncak kenikmatan seksual) pada wanita.
 - d. *Uretra* (liang saluran seni)
 - e. Liang senggama (*vagina*) berfungsi sebagai jalan keluar haid, jalan masuk penis dalam senggama, dan jalan keluar bayi waktu melahirkan.
- Alat kelamin wanita bagian dalam terdiri dari:
 - a. *Hymen* (selaput dara)
 - b. Mulut rahim (*serviks*) yang menghubungkan vagina dengan Rahim
 - c. Rahim (*uterus*) yaitu jaringan sebesar telur ayam tetapi punya kemampuan melar yang sangat besar sekali dalam mengandung bayi.
 - d. Saluran telur (*tuba palopi*) disebelah kanan dan kiri Rahim
 - e. Indung telur (*ovarium*) yang menghasilkan hormon-hormon estrogen, *progesterone* dan sel telur.

B. Pada laki - laki

- Alat kelamin pria terdiri dari:
 - a. Testis menghasilkan hormone-hormon testostosterone dan androgen dan spermatozoa diproduksi dalam jumlah ratusan juta.

- b. Saluran deferens (*vas deferens*), yaitu yang menghubungkan testis dengan kelenjar prostat.
- c. Kelenjar prostat yaitu tempat penyimpanan spermatozoa untuk sementara.
- d. Saluran kencing (uretra), yaitu tempat keluarnya air mani dalam keadaan penis berereksi (Sarwono, 2010)

2. Tanda Seks Sekunder

Tanda-tanda seks sekunder merupakan tanda-tanda badaniah yang membedakan pria dan wanita.

- a. Pada wanita bisa ditandai antara lain: pertumbuhan tulang-tulang (badan menjadi tinggi, anggota badan menjadi panjang), pertumbuhan payudara, tumbuh bulu yang halus dan lurus berwarna gelap dikemaluan, mencapai pertumbuhan ketinggian badan setiap tahunnya, bulu kemaluan menjadi keriting, haid, dan tumbuh bulu-bulu ketiak (Sarwono, 2010).
- b. Pada laki-laki bisa ditandai dengan pertumbuhan tulang-tulang, tumbuh bulu kemaluan yang halus, lurus, dan berwarna gelap, awal perubahan suara, bulu kemaluan menjadi keriting tumbuh rambut-rambut halus diwaah (kumis, jenggot), tumbuh bulu ketiak, rambut-rambut diwajah bertambah tebal dan gelap, tumbuh bulu didada (Sarwono, 2010).

Menurut Soejanto (2005), fase ini didasarkan atas adanya pertumbuhan alat-alat kelamin, baik yang tampak dari luar maupun yang ada dalam tubuhnya.

Perbedaan itu ialah :

1. Ciri-ciri kelamin primer, antara lain: a) Pada anak putra mulai menghasilkan cairan sperma dan bagi anak putri mulai menghasilkan sel telur, b) Anak putra mengalami ovulasi pertama, dan anak putri mulai mengalami menstruasi pertama (*menarche*), c) Tubuh berkembang dengan cepat, sehingga tampak seakan-akan tidak harmonis dengan anggota badan yang lain.
2. Ciri-ciri kelamin sekunder, antara lain: a) Mulai tumbuh rambut-rambut baru di tempat-tempat baru baik pada anak putri maupun anak putra, b) Anak putra lebih banyak bernafas dengan perut, sedangkan anak putri lebih banyak bernafas dengan dadanya, c) Suara mulai berubah atau parau, d) Wajah anak putra lebih tampak persegi dan anak putri lebih tampak membulat.
3. Ciri-ciri kelamin tersier, antara lain: a) Motorik anak mulai berubah, sehingga cara berjalan dan bergerakpun mengalami perubahan, b) Mulai tahu menghias diri, baik anak putra maupun putri. Mereka berusaha menarik perhatian tapi malu-malu, c) Mulai percaya pada dirinya sendiri, d) Perkembangan tubuhnya mencapai kesempurnaan dan kembali harmonis. Melihat gambaran di atas, maka usia remaja awal penting untuk memahami tentang konsep *menarche* dan menstruasi.

Dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa perubahan fisik pada masa remaja ditandai dengan tiga tanda perubahan, yaitu: 1) tanda seks primer, antara lain: a) anak laki-laki mulai menghasilkan sperma dan anak perempuan mulai menghasilkan sel telur, b) anak laki-laki mengalami polusi pertama dan anak

perempuan mengalami menstruasi pertama , 2) tanda seks sekunder, antara lain: a) mulai tumbuh rambut-rambut halus dibagian tertentu, b) suara mulai berubah.

B. Kecemasan

1. Pengertian Kecemasan

Kecemasan adalah manifestasi dari berbagai proses emosi yang bercampur baur, yang terjadi ketika orang sedang mengalami tekanan perasaan dan pertentangan batin (Zakiah, 1968). Kecemasan adalah sesuatu yang menimpa hampir setiap orang pada waktu tertentu dalam kehidupannya. Kecemasan merupakan reaksi normal terhadap situasi yang sangat menekan kehidupan seseorang.

Menurut Savitri (2003) kecemasan bisa muncul sendiri atau bergabung dengan gejala-gejala lain dari berbagai gangguan emosi. Sedangkan menurut Jeffry dkk (2005) Kecemasan (*anxiety*) adalah suatu keadaan emosional yang mempunyai ciri keterangsangan fisiologis, perasaan tegang yang tidak menyenangkan dan keadaan khawatir yang mengeluh bahwa sesuatu yang buruk akan segera terjadi.

Dadang (2006) mengatakan kecemasan (*ansietas/anxiety*) adalah gangguan alam perasaan yang ditandai dengan perasaan takut atau kekhawatiran yang mendalam dan berkelanjutan, tidak mengalami gangguan (*Reality Testing Abilit* atau RTA, masih baik), kepribadian masih tetap utuh (tidak mengalami keretakan kepribadian/ *splitting of personality*), perilaku dapat terganggu tetapi masih dalam batas-batas normal.

Gunarsa (2008) mendefinisikan kecemasan adalah rasa khawatir, takut yang tidak jelas sebabnya. Kecemasan juga merupakan kekuatan yang besar

dalam menggerakkan tingkah laku, baik tingkah laku yang menyimpang ataupun yang terganggu. Kedua-duanya merupakan pernyataan, penampilan, penjelmaan dari pertahanan terhadap kecemasan tersebut.

Menurut Ghufron & Rini (2010) kecemasan merupakan pengalaman subyektif yang tidak menyenangkan mengenai kekhawatiran atau ketegangan berupa perasaan cemas, tegang, dan emosi yang dialami seseorang. Kecemasan adalah suatu keadaan tertentu (*state anxiety*), yaitu menghadapi situasi yang tidak pasti dan tidak menentukan terhadap kemampuannya dalam menghadapi obyek tertentu. Hal tersebut berupa emosi yang kurang menyenangkan yang dialami oleh individu dan bukan kecemasan sebagai sifat yang melekat pada kepribadian.

Kesimpulan yang dapat diambil dari beberapa pendapat diatas bahwa kecemasan adalah rasa takut atau khawatir pada situasi tertentu yang sangat mengancam yang dapat menyebabkan kegelisahan karena adanya ketidakpastian dimasa mendatang serta ketakutan bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi.

2. Aspek - Aspek Kecemasan

Calhoun dan Acocella (1995) mengemukakan aspek-aspek kecemasan yang dikemukakan dalam tiga reaksi, yaitu sebagai berikut:

- a. Reaksi emosional, yaitu komponen kecemasan yang berkaitan dengan persepsi individu terhadap pengaruh psikologis dari kecemasan, seperti perasaan keprihatinan, ketegangan, sedih, mencela diri sendiri atau orang lain.
- b. Reaksi kognitif yaitu ketakutan dan kekhawatiran yang berpengaruh terhadap kemampuan berpikir jernih sehingga mengganggu dalam memecahkan masalah dan mengatasi tuntutan lingkungan dan sekitarnya.

- c. Reaksi fisiologis, yaitu: reaksi yang ditampilkan oleh tubuh terhadap sumber ketakutan dan kekhawatiran. Reaksi ini berkaitan dengan sistem syaraf yang mengendalikan berbagai otot dan kelenjar tubuh sehingga timbul reaksi dalam bentuk jantung berdetak lebih keras, nafas bergerak lebih cepat, tekanan darah meningkat.

Deffenbacher dan Hazaleus (dalam Ghufron & Rini, 2010) mengemukakan bahwa sumber penyebab kecemasan, meliputi hal-hal sebagai berikut :

- a. Kekhawatiran (*worry*) merupakan pikiran negatif tentang dirinya sendiri, seperti perasaan negatif bahwa ia lebih jelek dibandingkan dengan teman-temannya.
- b. Emosionalitas (*imosionality*) sebagai reaksi diri terhadap rangsangan saraf otonomi, seperti jantung berdebar-debar, keringat dingin dan tegang.
- c. Gangguan dan hambatan dalam menyelesaikan tugas (*task generated interference*) merupakan kecenderungan yang dialami seseorang yang selalu tertekan karena pemikiran yang rasional terhadap tugas.

Shah (dalam Ghufron & Rini, 2010) membagi kecemasan menjadi tiga aspek, yaitu:

- a. Komponen fisik, seperti pusing, sakit perut, tangan berkeringat, perut mual, mulut kering, grogi dan lain-lain.
- b. Emosional, seperti panik dan takut.
- c. Mental dan kognitif, seperti gangguan perhatian dan memori, kekhawatiran, ketidakteraturan dalam berpikir, dan bingung.

Dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek penyebab kecemasan meliputi tiga reaksi, yaitu: a) reaksi emosional, seperti merasa tegang, keringat dingin serta jantung berdebar, b) reaksi kognitif, seperti merasa ketakutan dan khawatir yang akan mempengaruhi pikiran negatif tentang dirinya sendiri, c) reaksi fisiologis, seperti jantung berdetak lebih keras, nafas bergerak lebih cepat, tekanan darah meningkat hal ini dapat timbul karena selalu merasa tertekan oleh pemikiran yang rasional terhadap tugas.

3. Ciri - Ciri Kecemasan

Jeffrey dkk (2002) mengemukakan ciri-ciri kecemasan yang dikemukakan dalam tiga kategori, yaitu sebagai berikut :

1. Ciri fisik dari kecemasan

- Kegelisahan, kegugupan
- Tangan atau anggota tubuh yang bergetar
- Banyak berkeringat
- Pening atau pingsan
- Sulit berbicara
- Sulit bernafas
- Jantung berdetang kencang
- Merasa sensitif atau mudah marah

2. Ciri behavioral dari kecemasan

- Perilaku menghindar
- Perilaku melekat dan dependen

- Perilaku terguncang
3. Ciri kognitif dari kecemasan
- Khawatir tentang sesuatu
 - Perasaan terganggu akan ketakutan
 - Keyakinan bahwa sesuatu yang mengerikan akan segera terjadi
 - Ketakutan akan kehilangan control
 - Ketakutan akan ketidak mampuan untuk mengatasi masalah
 - Berpikir akan segera mati
 - Khawatir akan ditinggal sendiri
 - Sulit berkonsentrasi.

Titik (2015) mengemukakan ciri-ciri kecemasan yaitu sebagai berikut :

1. Cemas, khawatir, firasat buruk, takut akan pikiran sendiri, mudah tersinggung
2. Merasa tegang, tidak tenang, gelisah, mudah terkejut
3. Takut sendirian, takut pada keramaian
4. Gangguan konsentrasi dan daya ingat
5. Keluhan-keluhan somatic, seperti rasa sakit pada otot dan tulang, berdebar-debar, sesak nafas, gangguan pencernaan dan sakit kepala

Dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa ciri-ciri kecemasan yaitu: merasa gelisah dan gugup, merasa cemas dan khawatir akan pikiran sendiri, merasa tegang, merasa takut serta adanya gangguan somatic seperti jantung berdebar, sesak nafas, sakit kepala, banyak keringat, sulit berbicara dan tangan atau anggota tubuh yang bergetar.

4. Faktor - Faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan

Wangmuba (2009) menyebutkan beberapa faktor yang mempengaruhi kecemasan seseorang, antara lain :

a. Usia dan tahap perkembangan

Tahap perkembangan pada remaja terdiri dari tiga masa antara lain: masa remaja awal (11-13 tahun), masa remaja pertengahan (14-16 tahun), masa remaja lanjut (17-20 tahun). Pada tahap remaja awal akan timbul penyesuaian dengan perubahan-perubahan baik yang terjadi secara fisik maupun emosional. Salah satu perubahan yang terjadi adalah terjadinya menstruasi pertama (*menarche*). Jika sebelumnya remaja tidak memahamni tentang menstruasi maka akan timbul kecemasan.

b. Pengetahuan

Semakin banyaknya pengetahuan yang dimiliki oleh seseorang maka seseorang tersebut akan lebih siap dalam menghadapi sesuatu dan dapat mengurangi kecemasan.

c. Stress yang ada sebelumnya

Perubahan pekerjaan tertentu, kekhawatiran akan keadaan keuangan, tempat tinggal, permasalahan keluarga, perceraian dan permasalahan lainnya membuat survivor berisiko mengalami kecemasan. Kecemasan ini akan semakin tinggi jika dukungan yang diperoleh bersifat terbatas.

d. Dukungan sosial

Tidak adanya sistem dukungan sosial dan psikologis menyebabkan seseorang berisiko mengalami kecemasan, karena tidak ada yang

membantunya dalam memaknai peristiwa serta menghadapi kenyataan secara lapang dada untuk membangkitkan harga dirinya.

e. Kemampuan mengatasi masalah (*coping*)

Kemampuan coping yang buruk atau mal adaptif memperbesar resiko seseorang mengalami kecemasan.

f. Lingkungan budaya dan etnis

Setiap informasi yang bersifat baru akan disaring oleh budaya setempat untuk dinilai apakah informasi tersebut layak atau tidak untuk disampaikan, sehingga terkadang informasi yang sifatnya penting untuk diketahui tidak dapat disampaikan tepat waktu dan tepat sasaran yang pada akhirnya dapat berisiko terjadinya kecemasan pada seseorang yang tidak mengetahuinya.

g. Kepercayaan

Adanya kepercayaan tertentu yang tidak membenarkan perilaku atau informasi yang berkaitan dengan menstruasi dapat berisiko menimbulkan kecemasan karena seseorang akan timbul persepsi bahwa hal tersebut tidak baik atau merupakan suatu masalah.

Titik (2015) menyebutkan faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan seseorang, antara lain :

a. Umur

Bahwa umur yang lebih muda lebih mudah menderita stress dari pada umur tua.

b. Keadaan Fisik

Penyakit adalah salah satu faktor yang menyebabkan kecemasan. Seseorang yang sedang menderita penyakit akan lebih mudah mengalami kecemasan dibandingkan dengan orang yang tidak sedang menderita penyakit.

c. Sosial Budaya

Cara hidup orang dimasyarakat juga sangat memungkinkan timbulnya stress. Individu mempunyai cara hidup teratur akan mempunyai filsafat hidup yang jelas sehingga umumnya lebih sukar mengalami stress. Demikian juga dengan seseorang yang keyakinan agamanya rendah.

d. Pendidikan

Tingkat pendidikan seseorang berpengaruh dalam memberikan respon terhadap sesuatu yang datang baik dari dalam maupun dari luar. Orang yang mempunyai pendidikan tinggi akan memberikan respon yang rasional dibandingkan mereka yang berpendidikan lebih rendah atau mereka yang tidak berpendidikan. Kecemasan adalah respon yang dapat dipelajari, dengan demikian pendidikan yang rendah menjadi faktor penunjang terjadinya kecemasan.

e. Pengetahuan

Pengetahuan yang rendah mengakibatkan seseorang mudah mengalami stress. Ketidaktahuan terhadap suatu hal dianggap sebagai tekanan yang dapat mengakibatkan krisis dan dapat menimbulkan kecemasan. Stress dan kecemasan dapat terjadi pada individu dengan tingkat pengetahuan yang rendah, disebabkan karena kurangnya informasi yang diperoleh.

Dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa kecemasan seseorang dapat dipengaruhi oleh usia, pengetahuan, dukungan sosial, lingkungan dan budaya, keadaan fisik, serta pendidikan.

5. Tingkat Kecemasan

Titik (2015) mengatakan tingkat kecemasan dibagi menjadi 4, antara lain :

a. Cemas ringan (*mild anxiety*)

Cemas ringan berhubungan dengan ketegangan dalam kehidupan sehari-hari dan menyebabkan seseorang menjadi waspada dan meningkatkan lahan persepsinya.

b. Cemas sedang (*moderate anxiety*)

Cemas sedang memungkinkan seseorang berfokus pada masalah yang sedang dihadapi dan mengesampingkan yang lain sehingga menyebabkan lapang persepsi menyempit dan kemampuan melihat dan mendengarnya menurun.

c. Cemas berat (*severe anxiety*)

Cemas berat sangat mempengaruhi lahan persepsi. Seseorang cenderung berfokus pada hal-hal yang kecil dan tidak dapat berfikir tentang hal lain.

d. Panik

Pada tingkat ini lahan persepsi sudah tertutup dan orang yang bersangkutan tidak dapat melakukan apa-apa walaupun sudah di beri pengarahan.

Peplau membagi tingkat kecemasan ada empat (dalam Stuart, 2001) yaitu :

a. Kecemasan ringan

Dihubungkan dengan ketegangan yang dialami sehari-hari. Individu masih waspada serta lapang persepsinya meluas, menajamkan indera. Dapat memotivasi individu untuk belajar dan mampu memecahkan masalah secara efektif dan menghasilkan pertumbuhan dan kreatifitas.

b. Kecemasan sedang

Individu terfokus hanya pada pikiran yang menjadi perhatiannya, terjadi penyempitan lapangan persepsi, masih dapat melakukan sesuatu dengan arahan orang lain.

c. Kecemasan berat

Lapangan persepsi individu yang sempit. Pusat perhatiannya pada detail yang kecil (spesifik) dan tidak dapat berpikir tentang hal-hal lain. Seluruh perilaku dimaksudkan untuk mengurangi kecemasan dan perlu banyak perhatian atau arahan untuk terfokus pada area lain.

d. Kecemasan berat sekali atau panik

Individu kehilangan kendali diri dan detail perhatian hilang. Karena hilangnya control, maka tidak mampu melakukan apapun meskipun dengan perintah. Terjadi peningkatan aktifitas motoric, berkurangnya kemampuan berhubungan dengan orang lain, penyimpangan persepsi dan hilangnya pikiran rasional, tidak mampu berfungsi secara efektif. Biasanya disertai diorganisasi kepribadian.

Dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa tingkat kecemasan dibagi menjadi 4, antara lain sebagai berikut: a) cemas ringan, yang dihubungkan dengan ketegangan dalam kehidupan sehari-hari dimana kecemasan ini menyebabkan seseorang menjadi waspada, b) cemas sedang, Individu terfokus hanya pada

pikiran yang menjadi perhatiannya, tetapi masih dapat melakukan sesuatu dengan arahan orang lain, c) cemas berat, kecemasan ini cenderung berfokus pada hal-hal kecil dan tidak dapat berpikir tentang hal lain, d) panik, individu kehilangan kendali diri dengan alasan karena hilangnya control sehingga tidak mampu melakukan apapun meskipun sudah diberi pengarahan.

C. Pengetahuan

1. Definisi Pengetahuan

Menurut Sumaryo (2005) pengetahuan adalah hasil dari tahu yang terjadi melalui proses sensoris khususnya mata dan telinga terhadap objek tertentu, pengetahuan merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya perilaku terbuka, perilaku yang disadari pengetahuan umumnya bersifat langgeng.

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (2003) pengetahuan adalah segala sesuatu yang diketahui berkenaan dengan hal. Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang (*over behaviour*). Pengetahuan seseorang tentang suatu objek mengandung dua aspek yaitu aspek positif dan aspek negatif. Kedua aspek ini yang akan menentukan sikap seseorang, semakin banyak aspek positif dan objek yang diketahui, maka akan menimbulkan sikap makin positif terhadap objek tertentu.

Menurut teori WHO (*World Health Organization*) yang dikutip oleh Notoatmodjo (2007), salah satu bentuk objek kesehatan dapat dijabarkan oleh pengetahuan yang diperoleh dari pengalaman sendiri. Berdasarkan beberapa pengertian di atas penulis menyimpulkan bahwa pengetahuan adalah sesuatu yang diketahui oleh seseorang melalui pengenalan sumber informasi, ide yang diperoleh sebelumnya baik secara formal maupun informal.

Notoatmodjo (2003) mengatakan pengetahuan merupakan hasil dari tahu, dan ini terjadi setelah orang melakukan pengindraan terhadap obyek tertentu. Pengindraan panca indera manusia yaitu indera penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba. Sebagian pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga yaitu proses melihat dan mendengar. Selain itu melalui mata dan telinga yaitu proses melihat dan mendengar. Selain itu proses pengalaman dan proses belajar dalam pendidikan formal maupun informal.

2. Tingkat Pengetahuan

Menurut Notoatmodjo (dalam Titik, 2015) ada 6 tingkatan pengetahuan yaitu :

a. Tahu (*know*)

Tahu dapat diartikan sebagai mengingat suatu materi yang telah dipelajari sebelumnya. Termasuk juga mengingat kembali suatu yang spesifik dari seluruh bahan yang di pelajari atau rangsangan yang telah diterima dengan cara menyebutkan, menguraikan, mendefinisikan, dan sebagainya.

b. Memahami (*Comprehention*)

Memahami diartikan sebagai suatu kemampuan untuk menjelaskan secara benar tentang objek yang diketahui dan dpat menginterpretasikan materi tersebut secara benar.

c. Aplikasi (*Application*)

Aplikasi diartikan sebagai kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari pada situasi sebenarnya. Aplikasi dapat diartikan sebagai penggunaan hukum, rumus, metode, prinsip dan sebagainya.

d. Analisis (*Analysis*)

Analisis merupakan suatu kemampuan untuk menjabarkan suatu materi kedalam komponen-komponen, tetapi masih didalam struktur organisasi tersebut yang masih ada kaitannya antara satu dengan yang lain dapat ditunjukkan dengan menggambarkan, membedakan, mengelompokkan, dan sebagainya.

e. Sintesis (*Synthesis*)

Sintesis merupakan suatu kemampuan untuk meletakkan atau menghubungkan bagian-bagian didalam suatu bentuk keseluruhan yang baru dengan dapat menyusun formulasi yang baru.

f. Evaluasi (*Evaluation*)

Berkaitan dengan kemampuan untuk melakukan penilaian terhadap suatu materi penelitian didasarkan pada suatu kriteria yang ditentukan sendiri atau kriteria yang sudah ada. Pengetahuan diukur dengan wawancara atau angket tentang materi yang akan diukur dari objek penelitian.

Menurut Benjamin Bloom (1956) kecakapan berfikir pada manusia dapat dibagi dalam 6 kategori yaitu :

a. Pengetahuan (*knowledge*)

Mencakup ketrampilan mengingat kembali faktor-faktor yang pernah dipelajari.

b. Pemahaman (*comprehension*)

Meliputi pemahaman terhadap informasi yang ada.

c. Penerapan (*application*)

Mencakup keterampilan menerapkan informasi atau pengetahuan yang telah dipelajari ke dalam situasi yang baru.

d. Analisis (*analysis*)

Meliputi pemilahan informasi menjadi bagian-bagian atau meneliti dan mencoba memahami struktur informasi.

e. Sintesis (*synthesis*)

Mencakup menerapkan pengetahuan dan ketrampilan yang sudah ada untuk menggabungkan elemen-elemen menjadi suatu pola yang tidak ada sebelumnya.

f. Evaluasi (*evaluation*)

Meliputi pengambilan keputusan atau menyimpulkan berdasarkan kriteria-kriteria yang ada biasanya pertanyaan memakai kata: pertimbangkanlah, bagaimana kesimpulannya.

Dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa tingkat pengetahuan dibagi atas enam tingkatan, yaitu : a) tahu, hal ini mencakup pada keterampilan individu dalam mengingat kembali hal-hal yang telah dipelajrinya, b) memahami, pemahaman individu tentang informasi yang ada, c) aplikasi, mencakup keterampilan penerapan informasi, d) analisis, mencoba memahami struktur informasi yang ada, e) sitesis, mencakup penarapan pengetahuan dan keterampilan yang sudah ada, f) evaluasi, meliputi kemampuan yang berkaitan untuk melakukan penilaian atau menyimpulkan berdasarkan kriteria yang sudah ada.

3. Faktor - Faktor Yang Mempengaruhi Pengetahuan

Notoatmodjo (dalam Titik, 2015) berpendapat bahwa ada beberapa faktor yang mempengaruhi pengetahuan seseorang, yaitu :

1. Tingkat pendidikan, yakni upaya untuk memberikan pengetahuan sehingga terjadi perubahan perilaku positif yang meningkat.
2. Informasi, seseorang yang mendapatkan informasi lebih banyak akan memperoleh pengetahuan yang lebih luas.
3. Pengalaman, yakni sesuatu yang pernah dilakukan seseorang akan menambah pengetahuan tentang sesuatu yang bersifat informal.
4. Budaya, tingka laku manusia dalam memenuhi kebutuhan yang meliputi sikap dan kepercayaan.
5. Sosial ekonomi, yakni kemampuan seseorang memenuhi kebutuhan hidupnya.

Sedangkan faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan seseorang menurut Maliono dkk (dalam Titik, 2015) adalah :

1. Sosial ekonomi

Lingkungan sosial akan mendukung tingginya pengetahuan seseorang bila ekonomi baik, tingkat pendidikan tinggi maka pengetahuan akan tinggi pula.

2. Kultur (budaya dan agama)

Budaya sangat berpengaruh terhadap tingkat pengetahuan seseorang karena informasi yang baru akan disaring sesuai atau tidaknya dengan budaya yang ada apapun agama yang dianut.

3. Pendidikan

Semakin tinggi pendidikan maka akan mudah menerima hal baru dan akan mudah menyesuaikan dengan hal baru tersebut.

4. Pengalaman

Pengalaman disini berkaitan dengan umur dan pendidikan individu. Pendidikan yang tinggi, maka pengalaman akan lebih luas, sedangkan semakin tua umur seseorang maka pengalamannya akan semakin banyak.

Dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa pengetahuan seseorang dapat dipengaruhi oleh tingkat pendidikan, informasi, pengalaman, budaya, sosial ekonomi serta agama.

4. Dimensi Pengetahuan

Menurut Anderson & Krathwohl (dalam Suwanto, 2010). Dimensi pengetahuan terdiri dari empat jenis, yaitu: 1) pengetahuan faktual, 2) pengetahuan konseptual, 3) pengetahuan prosedural, 4) pengetahuan metakognitif.

1. Pengetahuan Faktual

Pengetahuan faktual berisi konvensi (kesepakatan) dari elemen-elemen dasar berupa istilah atau simbol (notasi) dalam rangka memperlancar pembicaraan dalam suatu bidang disiplin ilmu atau mata pelajaran (Anderson, L & Krathwohl D, 2001). Pengetahuan faktual meliputi aspek-aspek pengetahuan istilah, pengetahuan khusus dan elemen-elemennya berkenaan dengan pengetahuan tentang peristiwa, lokasi, orang, tanggal, sumber informasi, dan sebagainya. Pengetahuan faktual berisi elemen-elemen dasar yang harus siswa ketahui ketika mereka harus mencapai atau menyelesaikan suatu masalah. Elemen-elemen ini biasanya dalam bentuk simbol-simbol yang digabungkan dalam beberapa referensi nyata atau rangkaian simbol yang membawa informasi penting.

2. Pengetahuan Konseptual

Pengetahuan konseptual memuat ide (gagasan) dalam suatu disiplin ilmu yang memungkinkan orang untuk mengklasifikasikan sesuatu objek itu contoh atau bukan contoh, juga mengelompokkan (mengkategorikan) berbagai objek. Pengetahuan konseptual meliputi prinsip (kaidah), hukum, teorema, atau rumus yang saling berkaitan dan terstruktur dengan baik Anderson & Krathwohl (dalam Suwanto, 2010). Pengetahuan konseptual meliputi pengetahuan klasifikasi dan kategori, pengetahuan dasar dan umum, pengetahuan teori, model, dan struktur.

3. Pengetahuan Prosedural

Pengetahuan prosedural adalah pengetahuan tentang bagaimana urutan langkah-langkah dalam melakukan sesuatu. Pengetahuan prosedural meliputi pengetahuan dari umum ke khusus dan algoritma, pengetahuan metode dan teknik khusus dan pengetahuan kriteria untuk menentukan penggunaan prosedur yang tepat Anderson & Krathwohl (dalam Suwanto, 2010).

4. Pengetahuan Metakognitif

Pengetahuan metakognitif adalah pengetahuan mengenai kesadaran secara umum sama halnya dengan kewaspadaan dan pengetahuan tentang kesadaran pribadi seseorang. Anderson & Krathwohl (dalam Suwanto, 2010) menyatakan bahwa metakognisi adalah pengetahuan tentang kognisi, secara umum sama dengan kesadaran dan pengetahuan tentang kognisi diri seseorang. Karena itu dapat dikatakan bahwa metakognisi merupakan kesadaran tentang apa yang diketahui dan apa yang tidak diketahui. Sedang strategi metakognisi merujuk kepada cara untuk meningkatkan kesadaran mengenai proses berpikir dan pembelajaran yang berlaku sehingga bila kesadaran ini terwujud, maka akan timbul keterampilan metakognitif di mana seseorang dapat

mengawal pikirannya dengan merancang, memantau dan menilai apa yang dipelajarinya.

D. Pengetahuan Remaja Mengenai Konsep Menstruasi dan *Menarche*

Titik (2015) Pengetahuan remaja tentang menstruasi dan *menarche* dapat digambarkan sebagai berikut :

1. Menstruasi

a. Pengertian Menstruasi

Menstruasi adalah perdarahan secara periodik dan siklik dari uterus, disertai pelepasan atau deskuamasi endometrium yang terjadi setiap bulan secara teratur pada wanita dewasa.

b. Sindrom Sebelum Datang Bulan (*Pre Menstruasi Syndrome*)

Beberapa saat sebelum mulai datang bulan (menstruasi), biasanya akan mengalami rasa tidak enak atau merasakan beberapa gejala seperti : nyeri payudara, kembung dibagian perut bawah, merasa sangat lelah, nyeri otot di bagian perut, perubahan asam basah vagina, wajah berminyak dan tumbuh jerawat, gangguan emosi seperti mudah tersinggung, gelisah, sukar tidur serta sakit kepala.

c. Cara Mengatasi Keluhan Selama Dan Sebelum Menstruasi

1. Kurangi garam-garam yang meyebabkan tubuh berusaha menyimpan air didalm tubuh sehingga menyebabkan rasa penuh diperut bagian bawah.

2. Hindarin caffeine yang terdapat dalam teh, kopi, dan minuman ringan seperti cola.
3. Makanlah makanan yang berprotein tinggi.
4. Minum air putih, jus dan banyak makan buah-buahan.
5. Tambahkan makanan yang banyak mengandung vitamin C.

d. **Hygiene Menstruasi**

Hygiene Menstruasi adalah suatu usaha yang dilakukan untuk mempertahankan kesehatan dan memelihara kebersihan selama menstruasi.

1. Gunakan pembalut.
2. Pilih pembalut yang lembut, menyerap cairan dengan baik.
3. Pembalut diganti paling sedikit 2 kali sehari atau sesuai dengan kebutuhan.
4. Jagalah daerah kewanitaan agar tetap terjaga kebersihannya.
5. Untuk mencegah infeksi sebaiknya sebelum dan sesudah menggunakan pembalut sebaiknya mencuci tangan terlebih dahulu.

2. *Menarche*

b. **Pengertian *Menarche***

Menarche adalah menstruasi yang di alami pertama kali oleh seorang perempuan (Bobak, 2004). *Menarche* merupakan suatu tanda bagi seorang perempuan yang menunjukkan terdapatnya produksi hormon yang normal yang disekresi oleh *hipotalamus* dan di salurkan ke indung telur dan rahim (Novita, 2006).

c. **Usia *Menarche***

Haid pertama pada masa pubertas, yaitu sekitar usia antara 12-13 tahun (Muda, 2003). Namun menurut Rosidah (2008), *menarche* terjadi pada usia 10-16 tahun. Dalam keadaan normal, *menarche* diawali dengan periode pematangan yang dapat memakan waktu 2 tahun. Pada awalnya, sebagian besar anak perempuan terjadi menstruasi yang tidak teratur, tapi setelah ovarium memproduksi estrogen siklik yang adekuat menstruasi pada seorang perempuan akan menjadi lebih teratur (Bobak, 2004).

e. Perasaan Tentang Menstruasi Pertama

Sering kali seorang remaja malu, cemas dan takut ketika mendapatkan menstruasi pertama yang disebut dengan *menarche*, ada juga remaja yang mempersepsikan bahwa menstruasi itu menjijikan, kotor, membatasi gerak-geraknya hingga menjadi tidak bebas. Hal ini merupakan efek psikologis dari menstruasi informasi atau pengetahuan sangat dibutuhkan karena dapat membantu remaja dalam mengatasi perasaan negative tentang menstruasi ini

f. Hal yang harus dilakukan ketika menghadapi *menarche*

1. Jangan merasa takut atau cemas dalam menghadapi *menarche* ini
2. Segera pakai pembalut
3. Memberi tahu pada orang terdekat missal, ibu, kakak dll.
4. Konsultasi dengan orang terdekat apabila ada keluhan selama menstruasi
5. Jaga kebersihan daerah kewanitaan dengan baik karena pada saat haid pembuluh darah dalam Rahim akan mudah terinfeksi dan kuman dapat dengan mudah masuk

g. Siklus *menarche*

Siklus *menarche* sama dengan siklus menstruasi maka dapat didefinisikan sebagai jarak tanggal mulainya menstruasi yang lalu dan tanggal mulainya menstruasi berikutnya. Panjang siklus menstruasi normal adalah 28 hari ditambah atau kurang dari 2-3 hari.

- h. Tanda dan gejala yang menyertai *menarche* meliputi:
1. Perdarahan yang sering tidak teratur
 2. *Anovulatoir* menstruasi pada 1-2 tahun atau lebih sebelum menstruasi yang teratur, tetapi tidak semua remaja karena terdapat beberapa remaja yang telah mengalami ovulasi sebelum menstruasi yang teratur.
 3. Darah yang keluar berwarna lebih muda dan jumlah yang tidak terlalu banyak
 4. Lama perdarahan 4-7 hari bahkan kurang
 5. Terkadang disertai dengan nyeri

E. Hubungan Antara Pengetahuan Mengenai Menstruasi Dengan Kecemasan Remaja Dalam Menghadapi Menstruasi Pertama (*Menarche*)

Kartono (1995) mengungkapkan bahwa peristiwa paling penting pada masa pubertas dan remaja pada anak perempuan adalah gejala menstruasi atau haid. Anak gadis yang normal memiliki antisipasi yang berbeda-beda terhadap menstruasi. Anak-anak perempuan yang memiliki pengetahuan baik terhadap menstruasi, maka pada saat datangnya *menarche* hal tersebut dapat mengurangi kecemasan remaja ketika menghadapi menstruasi pertama dan anak-anak perempuan yang tidak tahu atau kurang tahu terhadap menstruasi, maka pada saat datangnya *menarche* hal itu akan menyebabkan anak perempuan menjadi cemas.

Menurut Vasta dkk (dalam Ninawati, 2006) mengungkapkan bahwa menstruasi pertama merupakan kejadian yang biasanya meningkatkan harga diri anak perempuan di antara teman-teman sebayanya. Apabila, seorang anak perempuan secara psikologis mempersiapkan diri menghadapi menstruasi pertama, dikarenakan telah memiliki informasi dan pengetahuan, maka dapat mengurangi perasaan negatif (cemas) pada remaja dalam menghadapi *menarche* dan apabila seorang anak perempuan secara psikologis tidak mempersiapkan diri menghadapi *menarche*, dikarenakan kurangnya informasi dan pengetahuan, maka akan menyebabkan timbulnya perasaan negatif (cemas) apabila *menarche* terjadi.

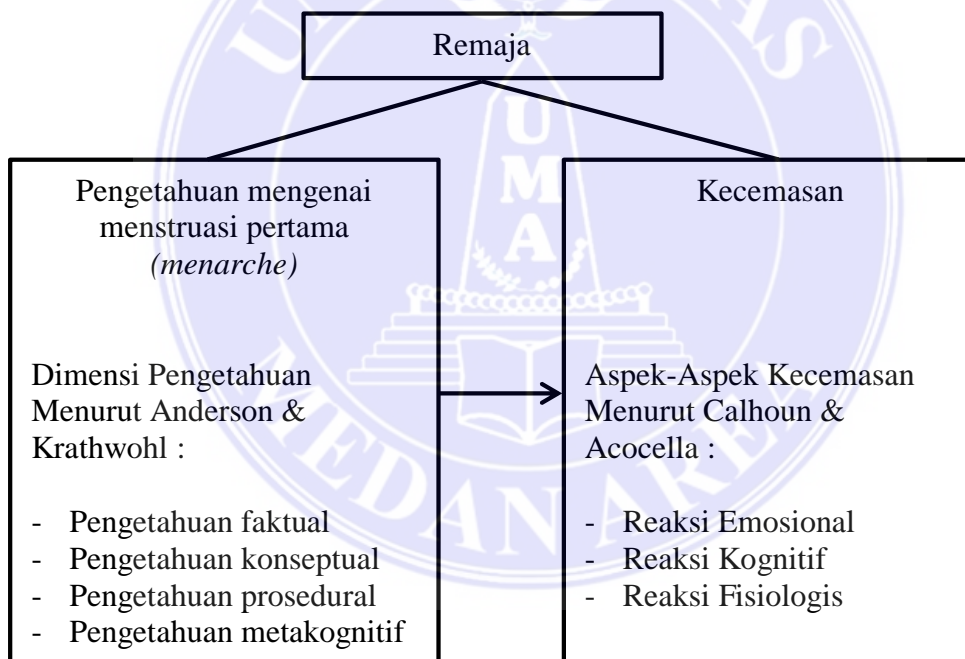
Hal serupa juga didukung oleh pernyataan dari Wangmuba (2009) yang mengungkapkan bahwa semakin banyak pengetahuan yang dimiliki oleh seseorang maka seseorang tersebut akan lebih siap dalam menghadapi sesuatu dan dapat mengurangi kecemasan, dan sebaliknya seperti yang dikatakan oleh Titik (2015) bahwa pengetahuan yang rendah akan mengakibatkan seseorang mudah mengalami stress. Ketidakhuan terhadap sesuatu hal dianggap sebagai tekanan yang dapat mengakibatkan krisis dan dapat menimbulkan kecemasan.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Leny (2013) Remaja yang memiliki pengetahuan rendah terhadap menstruasi dapat mempengaruhi tingkat kecemasan. Hal ini terbukti bahwa pembekalan pada remaja yaitu pengetahuan tentang menstruasi akan mempengaruhi sikap mereka. Sikap yang dimaksud adalah kecemasan remaja dalam menghadapi menstruasi pertama sedangkan remaja yang memiliki pengetahuan baik tentang menstruasi akan kurang mengalami kecemasan ketika menhadapi menstruasi. Hal serupa juga didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Endang (2016) bahwa pengetahuan tentang

menstrusi berkaitan erat (berhubungan) dengan kecemasan remaja dalam menghadapi menstruasi pertama (*menarche*). Dengan alasan apabila tingkat pengetahuan remaja tersebut baik, dengan melalui tingkat pengetahuan dalam domain kognitif yang akan menghasilkan sikap yang lebih memberi kenyamanan (tidak cemas).

F. Kerangka Konseptual

Kerangka konsep penelitian dimaksud untuk membatasi ruang lingkup dan mengarahkan penelitian yang akan dilakukan. Adapun kerangka konsep penelitian ini adalah sebagai berikut :



Skema 1. Kerangka Konseptual

G. Hipotesis

Berdasarkan kerangka pemikiran diatas, maka hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini berbunyi terdapat hubungan negatif antara pengetahuan mengenai menstruasi dengan kecemasan remaja dalam menghadapi menstruasi

pertama (*menarche*). Dengan asumsi semakin tinggi pengetahuan remaja mengenai menstruasi maka kecemasan remaja dalam menghadapi *menarche* akan semakin rendah, sebaliknya semakin rendah pengetahuan remaja mengenai menstruasi maka kecemasan remaja dalam menghadapi *menarche* akan semakin tinggi.



BAB III

METODE PENELITIAN

A. Tipe Penelitian

Dalam penelitian ini variabel - variabel yang diteliti yaitu kecemasan dan pengetahuan mengenai menstruasi pertama (*menarche*) pada remaja. Untuk kepentingan penelitian ini, maka pelaksanaannya dilakukan dengan cara menyebarkan skala untuk kedua variabel tersebut. Jenis penelitian ini bersifat kuantitatif yang ingin melihat hubungan antara satu variabel bebas (pengetahuan mengenai menstruasi) dengan satu variabel terikat (kecemasan remaja dalam menghadapi menstruasi pertama (*menarche*)).

B. Identifikasi Variabel Penelitian

Sesuai dengan judul dan tujuan penelitian, maka variabel-variabel utama yang dipergunakan dalam penelitian ini adalah :

1. Variabel bebas : Pengetahuan mengenai menstruasi
2. Variabel terikat : Kecemasan remaja dalam menghadapi menstruasi pertama (*menarche*)

C. Definisi Operasional Variabel Penelitian

1. Kecemasan menghadapi menstruasi pertama (*menarche*) merupakan perasaan khawatir atau takut yang dialami seseorang ketika menghadapi menstruasi pertama. Hal ini disusun berdasarkan aspek-aspek dari kecemasan, yakni reaksi emosional, reaksi kognitif dan reaksi fisiologis.

2. Pengetahuan mengenai menstruasi merupakan suatu pemahaman yang diketahui oleh seseorang mengenai menstruasi yang terjadi setiap bulan secara teratur pada wanita dan sebagai tanda kedewasaan. Hal ini disusun berdasarkan dimensi pengetahuan yakni pengetahuan faktual, pengetahuan konseptual, pengetahuan prosedural dan pengetahuan metakognitif.

D. Suyek Penelitian

1. Populasi

Menurut Azwar (19997), populasi adalah seluruh individu yang hendak dikenai generalisasi suatu penelitian. Kelompok ini harus memiliki ciri-ciri atau karakteristik yang membedakan dari subyek yang lain. Populasi dalam penelitian ini adalah Siswi Sekolah Dasar kelas 5 dan 6 yang berada di SD Negeri Nomor 060953 Jl. Pancing IV Kel. Besar Kec. Medan Labuhan sebanyak 211 orang.

2. Sampel

Sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti (Arikunto, 2002). Sampel adalah bagian terkecil dari populasi yang masih memiliki sifat dan karakteristik populasi untuk diambil dalam penelitian. Penentuan sampel dalam penelitian ini merupakan unsur yang sangat penting, sampel harus dipandang dapat mewakili populasi. Adapun jumlah populasi yang akan dijadikan sampel dari penelitian ini berjumlah 50 orang.

3. Teknik Sampling

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *Purposive Sampling* yaitu teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu

(Sugiyono, 2001). Pemilihan sekelompok subyek dalam *Purposive Sampling* didasarkan atas ciri-ciri tertentu yang dipandang mempunyai sangkut paut yang erat dengan ciri-ciri populasi yang sudah diketahui sebelumnya, dengan kata lain unit sampel yang dihubungkan disesuaikan dengan kriteria-kriteria tertentu yang diterapkan berdasarkan tujuan penelitian (Margono, 2004). Adapun kriteria subyek dalam penelitian ini yaitu :

1. Siswi kelas 5 dan 6 SD yang berusia antara 10-12 Tahun
2. Belum mengalami menstruasi

E. Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data dalam kegiatan penelitian mempunyai tujuan mengungkapkan fakta mengenai variabel yang diteliti. Tujuan untuk mengetahui (*goal of knowing*) haruslah dicapai dengan menggunakan teknik dan cara-cara yang efisien dan akurat (Azwar, 1997).

1. Skala Kecemasan

Skala kecemasan, disusun berdasarkan aspek-aspek dari kecemasan, yakni reaksi emosional, reaksi kognitif dan reaksi fisiologis. Skala dalam penelitian ini disusun berdasarkan model skala *Likert*. Nilai skala setiap pernyataan diperoleh dari jawaban subyek yang menyatakan mendukung (*favorable*) atau yang tidak mendukung (*unfavorable*). Skala penelitian ini berbentuk tipe pilihan dan tiap butir diberi empat pilihan jawaban. Pada skala untuk butir *favorabel*, jawaban “SS (Sangat Sesuai)” diberi nilai 4, jawaban “S(Sesuai)” diberi nilai 3, jawaban “TS (Tidak Sesuai)” diberi nilai 2, dan jawaban “STS (Sangat Tidak Sesuai)” diberi nilai 1. Untuk skala butir *unfavorabel*, jawaban “SS (Sangat Sesuai)” diberi nilai

1, jawaban “S (Sesuai)” diberi nilai 2, jawaban “TS (Tidak Sesuai)” diberikan nilai 3, dan jawaban “STS (Sangat Tidak Sesuai)” diberi nilai 4.

2. Skala Pengetahuan

Skala pengetahuan dalam penelitian ini diungkapkan dengan menggunakan dimensi pengetahuan yakni pengetahuan faktual, pengetahuan konseptual, pengetahuan prosedural dan pengetahuan metakognitif. Skala penelitian ini disusun berdasarkan model skala *Guttman*. Skala penelitian ini berbentuk tipe pilihan dan tiap butir diberi dua pilihan jawaban. Untuk jawaban “Ya” diberi nilai 1 dan untuk jawaban “Tidak” diberi nilai 0.

F. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur

Sebelum sampai pada pengelolaan data, yang akan diolah nanti haruslah berasal dari alat ukur yang mencerminkan fenomena apa yang diukur. Untuk itu perlu dilakukan analisis butir (validitas dan reliabilitas).

1. Validitas

Validitas berasal dari kata *validity* yang mempunyai arti sejauhmana ketepatan (mampu mengukur apa yang hendak diukur) dan kecermatan suatu instrument pengukuran melakukan fungsi ukurannya, yaitu dapat memberikan gambaran mengenai perbedaan yang sekecil-kecilnya antara subyek satu dengan yang lain (Azwar, 1992). Rumus yang digunakan dalam mencari validitas tersebut adalah menggunakan korelasi *Product Moment* dari Karl Person sebagai berikut :

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

Keterangan :

r_{xy}	= Koefisien korelasi antara tiap butir dengan skor total
$\sum XY$	= Jumlah hasil kali antar setiap butir dengan skor total
$\sum X$	= Jumlah skor keseluruhan subyek tiap butir
$\sum Y$	= Jumlah skor keseluruhan butir pada subyek
$\sum X^2$	= Jumlah kuadrat skor X
$\sum Y^2$	= Jumlah kuadrat skor Y
N	= Jumlah subyek

Nilai korelasi yang telah didapat dari teknik *Product Moment* diatas sebenarnya masih perlu dilakukan pengkorelasian karena kelebihan bobot, artinya indeks *Product Moment* tersebut masih kotor dan perlu dibersihkan. Alasannya adalah karena nilai-nilai butir menjadi komponen skor total.

$$r_{bt} = \frac{(r_{xy})(SD_y) - (SD_x)}{\sqrt{\{(SD_x)^2 + (SD_y)^2 - 2(r_{xy})(SD_x)(SD_y)\}}}$$

Keterangan :

r_{bt}	= Angka korelasi setelah dikorelasikan
r_{xy}	= Angka korelasi sebelum dikorelasikan
SD_x	= Standar deviasi skor total
SD_y	= Standar deviasi skor butir

2. Reliabilitas

Reliabilitas alat ukur adalah untuk mencari dan mengetahui sejauh mana hasil pengukuran dapat dipercaya. Reliabel dapat juga dikatakan kepercayaan, keteralasan, keajegan, kestabilan, konsistensi dan sebagainya. Hasil pengukuran dapat dipercaya apabila dalam beberapa kali pelaksanaan pengukuran terhadap terhadap kelompok subyek yang sama diperoleh hasil yang relative sama selama dalam diri subyek yang diukur memang belum berubah (Azwar, 1997). Skala yang akan diestimasi reliabilitasnya dalam jumlah yang sama banyak. Untuk

mengetahui reliabilitas alat ukur maka digunakan rumus koefisien Alpha sebagai berikut :

$$a = 2 \left[\frac{1 - S1^2 - S2^2}{Sx^2} \right]$$

Keterangan :

$S1^2$ dan $S2^2$ = Varians skor belahan 1 dan varians skor belahan 2
 Sx^2 = Varians skor skala

G. Metode Analisis Data

Analisi yang digunakan dalam penilitan ini adalah teknik korelasi *Product Moment* dari Pearson (Azwar,1997), yaitu teknik analisis statistik untuk menguji hipotesis yang bertujuan untuk melihat hubungan pengetahuan mengenai menstruasi (X) dengan kecemasan remaja dalam menghadapi menstruasi pertama (*menarche*) (Y). Rumusnya adalah sebagai berikut :

$$r_{xy} = \frac{\sum XY - \frac{(\sum x)(\sum y)}{N}}{\sqrt{\left\{ (\sum X^2) - \frac{(\sum X)^2}{N} \right\} \left\{ |\sum y^2| - \frac{(\sum Y)^2}{N} \right\}}}$$

Keterangan :

r_{xy} = Koefisien korelasi antar variabel bebas dengan variabel terikat
 $\sum XY$ = Jumlah hasil kali antar skor variabel bebas dengan skor variabel terikat
 $\sum x$ = Jumlah skor variabel X
 $\sum Y$ = Jumlah skor variabel Y
 $\sum X^2$ = Jumlah kuadrat skor variabel X
 $\sum Y^2$ = Jumlah kuadrat skor variabel Y
N = Jumlah subyek

Sebelum data dianalisis dengan teknik korelasi *Product Moment*, maka terlebih dahulu dilakukan uji asumsi penelitian yaitu :

1. Uji normalitas, yaitu untuk mengetahui apakah distribusi data penelitian masing-masing variabel telah menyebar secara normal.
2. Uji linieritas, yaitu untuk mengetahui apakah data dari variabel bebas memiliki hubungan yang linier dengan variabel terikat.



DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto S, 2006. *Metodelogi Penelitian*, Yogyakarta : Bima Aksara.
- Azwar S, 2006. *Metode Penelitian*, Yogyakarta, Pustaka Jakarta : Dianloka.
- Benjamin S. 1956. *Taxonomy of Educational Objectives : The Classificationm of Educational Goals*. London : David McKay.
- Benjet, C. & Guzman, L. H. *Gender differences in psychology well being of Mexican early adolescent. Adolescence*. 36. Retrieved 27 April 2006 from <http://www.questia.com/pm?a=o&d=5001025293>, 2001.
- Bustaman. 2001. *Integrasi Dengan Islam Menuju Psikologi Islami*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.
- Bruns, 2000. *Konsep Diri, Teori Pengukuran Dan Perkembangan Perilaku*. Alih Bahasa : Eddy. Jakarta : Arcam
- Calhoun & Acocella, 1995. *Pikologi Tentang Penyesuaian dan Hubungan Kemanusiaan*, Semarang : PT IKIP Semarang Press.
- Dadang H, 2001. *Manajemen Stress Cemas dan Depresi Edisi Kedua*, Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia, Jakarta.
- Daradjat, 1968. *Kesehatan Mental*, Jakarta : Gunung Agung.
- Dirga Gunarsa, S, & Gunarsa, Y.S.D, 1995. *Psikologi Perkembangan Anak Dan Remaja*. Jakarta : BPK Gunung Mulia.
- Endang, Tunjung S. *Hubungan Antara Tingkat Pengetahuan Tentang Menstruasi Dengan Kecemasan Pada Remaja Putri Kelas VII di SMP Tarakanita Solo Baru Sukoharjo*, Indonesia Journal On Medical Science, Vol 3. No. 1, Januari 2016.
- Feldman, 2000. *Development across the life span*. (2 nd ed), Upper Saddle River, Prentice Hall, NJ.
- Ghufron & Rini, 2010. *Teori-Teori Psikologi*, Jogjakarta : Ar. Ruzz Media
- Hurlock, 1997. *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan Edisi Kelima*, Jakarta : Erlangga.
- Jeffrey dkk, 2002. *Psikologi Abnormal Jilid Satu*, Jakarta : Erlangga.
- Jones, 2005. *Panduan Terlengkap Tentang Kesehatan, Kebidanan Dan Kandungan*. Jakarta : Delaprasta

- Kartono K, 1995. *Psikologi Wanita*. Bandung : Mandar maju.
- Kingston B, 1995. *Mengatasi Nyeri Haid*, (4th ed). Penerbit Arca : Jakarta.
- Ninawati. *Hubungan Antara Sikap Terhadap Menstruasi Dan Kecemasan Terhadap Menarche*. Jurnal Psikologi, Vol.4, No.1, Juni 2006. Fakultas Psikologi.
- Notoatmodjo S, 2007. *Pendidikan Dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Paludi M.A, 2002. *The Psychology Of Women* , (2nd ed), Prentice Hall, NJ.
- Prove & Rawati, 2009. *Menarche Menstruasi Pertama Penuh Makna*. Yogyakarta : Nuha Medika
- Santrock J.W, 1998. *Adolescence*, (7th ed), McGraw-Hill, New York.
- Savitri, 2003, *Kecemasan*. Jakarta. Pustaka Populer.
- Sugiyono, 2008. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung : Alfabeta.
- Suwarto, 2010. *Dimensi Pengetahuan Dan Dimensi Proses Kognitif Dalam Pendidikan*. Vol 1, Volume 19. Universitas Veteran Bangun Nusantara.
- Sumaryo, 2004. *Psikologi Untuk Keperawatan*. Jakarta : Katalog Dalam Terbitan (KDT).
- Sarwono, SW,2003. *Psikologi Remaja*, Jakarta : Raja Grafindo Persada.
- Soetjiningsih, 2004. *Tumbuh Kembang Remaja Dan Permasalahannya*. Jakarta : Sagung Seto.
- Soekanto, 2001. *Sosiologi Keluarga Tentang Ikhwal Keluarga, Remaja Dan Anak*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Titik, 2014. *Kumpulan Teori Untuk Kajian Pustaka Penelitian Kesehatan*, Yogyakarta : Muha Medika.
- Wangmuba, 2009. *Kecemasan Dan Psikologi*. Retreved april 13. From <http://wangmuba.com/tag/kecemasan>.
- Yustisiana & Endah. *Perbedaan Tingkat Kecemasan Mengalami Pubertas Dini Pada Remaja Awal Ditinjau Dari Tingkat Dukungan Sosial*. Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Perkembangan, Vol.1, No.3, Desember 2012. Fakultas Psikologi Universitas Airlangga Surabaya.



**LAMPIRAN
SKALA PENGETAHUAN DAN KECEMASAN**

ANGKET
MAHASISWA FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MEDAN AREA

Sehubungan dengan penyelesaian tugas akhir atau skripsi yang sedang saya lakukan di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area, maka saya melakukan penelitian. Adapun salah satu cara untuk mendapatkan data adalah dengan menyebarkan kuesioner kepada responden. Untuk itu, saya mengharapkan kesediaan Siswi untuk mengisi kuesioner ini sebagai data yang akan dipergunakan dalam penelitian ini. Atas kesediaan dan kerjasamanya saya ucapkan terimakasih.

NAMA :

USIA :

KELAS :

Petunjuk Pengisian :

Dibawah ini terdapat beberapa pernyataan, pilihlah jawaban dengan memberikan tanda ceklis (√) pada salah satu jawaban yang berada disebalah kanan.

Dalam pengisian kuesioner ini tidak ada jawaban yang **BENAR** ataupun **SALAH**. Oleh karena itu, pilihlah jawaban yang sesuai dengan pendapat sendiri. Bacalah terlebih dahulu dan jawablah semua tanpa menyisakan satupun.

Adapun alternatif pilihan jawaban

➤ **Untuk pernyataan dengan kode A yaitu :**

Ya : Apabila pernyataanya sesuai dengan pendapat anda

Tidak : Apabila pernyataanya tidak sesuai dengan pendapat anda

Contoh pengisian jawaban :

NO	PERNYATAAN	YA	TIDAK
1	Burung terbang menggunakan sayap	√	

➤ **Untuk pernyataan dengan kode B yaitu :**

- SS** : Apabila pernyataannya **Sangat Sesuai** dengan diri anda
S : Apabila pernyataannya **Sesuai** dengan diri anda
TS : Apabila pernyataannya **Tidak Sesuai** dengan diri anda
STS : Apabila pernyataannya **Sangat Tidak Sesuai** dengan diri anda

Contoh pengisian jawaban :

NO	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1	Saya suka membaca buku saat dikelas		√		

....SELAMAT MENGERJAKAN....



SKALA PENGETAHUAN

NO	PERNYATAAN	PILIHAN JAWABAN	
		YA	TIDAK
1	Saya tahu apa yang dimaksud dengan menstruasi		
2	Pengetahuan mengenai menstruasi saya dapatkan dari ibu saya		
3	Anak perempuan dikatakan telah dewasa apabila sudah mendapatkan menstruasi		
4	Menstruasi merupakan salah satu perubahan fisik yang terjadi pada anak perempuan		
5	Menarche merupakan istilah dari menstruasi pertama		
6	Menstruasi adalah perdarahan yang terjadi setiap bulan secara teratur pada wanita dewasa sehat		
7	Menstruasi pertama terjadi pada usia remaja		
8	PMS merupakan singkatan dari Pre Menstruasi Syndrome		
9	Lama siklus menstruasi normal setelah menstruasi selesai dan seseorang akan mengalami menstruasi kembali yaitu setiap 27- 28 hari		
10	Lamanya perdarahan yang terjadi pada saat menstruasi yaitu selama 1 minggu		
11	Gunakan pembalut pada saat menstruasi		
12	Memilih pembalut yang lembut dan bersih merupakan cara yang tepat, agar menyerap cairan dengan baik pada saat menstruasi		
13	Pada saat menstruasi, pembalut diganti paling sedikit 4 kali sehari atau sesuai dengan kebutuhan		
14	Sebelum meggunakan pembalut, cucilah tangan dengan menggunakan sabun terlebih dahulu agar tetap terjaga kebersihannya		
15	Menjaga kebersihan tubuh pada saat menstruasi merupakan hal yang penting bagi anak perempuan		
16	Memakan makanan yang berpotein tinggi seperti kacang-kacangan, ikan, daging, susu dapat mengurangi rasa penuh diperut bagian bawah pada saat menstruasi		
17	Meminum air putih, jus dan memakan buah-buahan sangat baik untuk kesehatan tubuh		
18	Pada saat menstruasi hindarilah minuman yang mengandung kimia seperti pemanis buatan dan pewarna buatan karena tidak baik		

	untuk kesehatan tubuh		
19	Pada saat menstruasi makanlah makanan yang banyak mengandung Vitamin C karena itu sangat baik untuk kesehatan tubuh		
20	Menjaga kesehatan tubuh dengan cara melakukan olahraga merupakan hal yang baik untuk kesehatan tubuh		



SKALA KECEMASAN

NO	PERNYATAAN	PILIHAN JAWABAN			
		SS	S	TS	STS
1	Terjadinya menstruasi merupakan hal yang menakutkan bagi saya				
2	Datangnya menstruasi pertama tidak membuat saya menjadi takut				
3	Menurut saya menstruasi akan membuat saya menjadi tidak bebas, terutama pada saat saya ingin bergerak				
4	Datangnya menstruasi tidak akan membuat saya menjadi sulit untuk mengerjakan sesuatu, terutama jika saya ingin bergerak				
5	Saya merasa sedih jika saya mengalami menstruasi, karena saya takut dijauhi oleh teman saya				
6	Menurut saya menstruasi pertama itu sangat menyenangkan				
7	Saya tidak suka jika saya mengalami menstruasi, karena menstruasi akan membuat saya menjadi repot				
8	Saya merasa senang jika saya mengalami menstruasi, karena saya akan menjadi remaja putri yang dewasa				
9	saya merasa khawatir jika mengalami menstruasi pertama, karena saya akan kehilangan banyak darah				
10	Saya tidak khawatir jika saya mendapatkan menstruasi pertama				
11	Saya merasa takut dengan datangnya menstruasi pertama				
12	Saya tidak takut datangnya menstruasi pertama				
13	Saya sering menduga bahwa menstruasi itu menyakitkan, oleh karena itu saya takut mengalami menstruasi pertama				
14	Saya yakin bahwa menstruasi itu tidak menyakitkan, sehingga saya tidak takut mengalaminya				
15	Saya takut menghadapi menstruasi pertama, karena kata teman-teman menstruasi itu menyakitkan				
16	Saya tidak takut menghadapi menstruasi pertama, meskipun kata teman menstruasi itu menyakitkan				
17	Saya tidak berani melihat darah karena menurut saya darah itu menjijikan dan kotor terutama pada saat menstruasi				

18	Saya tidak takut melihat darah terutama pada saat menstruasi				
19	Saat ini saya merasa gelisah, karena saya takut merasakan sakit pada saat menstruasi				
20	Datangnya menstruasi pertama tidak akan membuat saya merasa gelisah				
21	Setiap kali membayangkan tentang menstruasi saya merasa tidak tenang, karena saya takut merasakan sakit pada saat menstruasi pertama				
22	Saya tidak takut merasakan sakit pada saat menstruasi pertama, karena saya tidak pernah membayangkan menstruasi itu merupakan hal yang buruk				
23	Saya merasa bingung dan tidak tahu harus berbuat apa, apabila saya mengalami menstruasi				
24	Saya tahu apa yang harus dilakukan pertama kali jika saya mengalami menstruasi				
25	Saya membayangkan sesuatu yang buruk tentang menstruasi, sehingga membuat saya menjadi takut untuk mengalaminya				
26	Saya pernah membayangkan menstruasi pertama itu merupakan hal menyakitkan, tetapi saya siap mengalaminya				
27	Merasakan sakit pada saat menstruasi, akan membuat saya menjadi sulit untuk berpikir				
28	Rasa sakit pada saat menstruasi tidak akan membuat saya menjadi sulit untuk berpikir				
29	Setiap kali saya membayangkan tentang menstruasi, perut saya terasa sakit				
30	Setiap kali saya membayangkan tentang menstruasi, saya tidak merasakan sakit dibagian perut				
31	Jantung saya berdebar kencang setiap kali membayangkan tentang menstruasi				
32	Setiap kali saya membayangkan tentang menstruasi, saya merasa biasa saja sehingga tidak membuat jantung saya berdebar kencang				
33	Perut saya terasa kram setiap kali membayangkan tentang menstruasi				
34	Membayangkan tentang menstruasi tidak membuat perut saya terasa kram				



**LAMPIRAN
HASIL DATA MENTAH**

DATA PENGETAHUAN																					
NO	AITEM																				TOTAL
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	19
2	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	17
3	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	19
4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	20
5	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	18
6	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	18
7	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	19
8	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	20
9	0	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	15
10	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	16
11	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	18
12	1	0	0	0	1	0	1	0	1	0	0	1	1	1	0	0	1	1	1	0	10
13	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	20
14	0	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	15
15	0	1	0	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	0	0	1	0	1	13
16	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	20
17	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	16
18	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	20
19	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	20
20	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	20
21	0	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	0	0	0	1	1	0	0	0	1	10

22	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	16
23	0	1	0	1	0	1	1	1	1	0	1	0	0	0	1	0	0	1	1	1	11
24	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	17
25	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	20
26	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	1	1	0	0	1	1	0	0	1	1	8
27	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	16
28	0	1	0	1	1	0	1	1	0	0	1	0	1	0	1	0	0	1	1	1	11
29	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	20
30	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	19
31	0	1	0	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	5
32	0	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	0	1	1	0	1	1	1	14
33	0	1	0	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	5
34	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	18
35	0	0	0	0	1	0	1	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	1	1	0	6
36	1	1	1	1	0	0	0	1	1	0	0	0	0	1	1	1	1	0	0	1	11
37	1	0	0	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	0	13
38	1	1	1	1	0	0	0	1	1	0	0	1	0	1	1	1	1	0	0	1	12
39	0	1	0	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	15
40	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	20
41	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	20
42	1	1	1	1	0	0	0	1	1	0	0	1	0	0	1	1	1	0	0	1	11
43	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	20
44	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	20
45	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	16
46	1	1	0	1	1	0	1	1	1	0	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	15

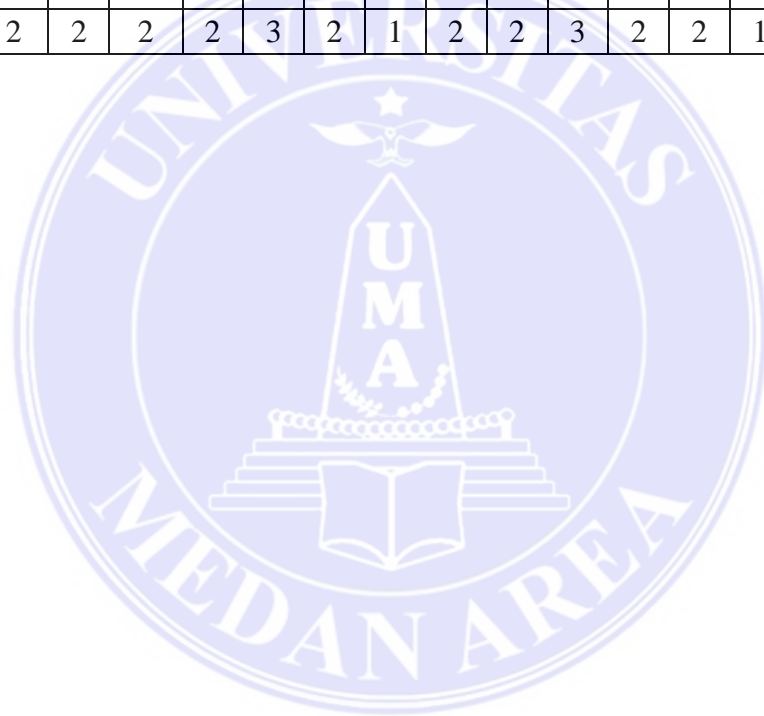
47	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	20
48	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	20
49	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	20
50	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	20



DATA KECEMASAN																															
NO	AITEM																														
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	TOTAL	
1	2	3	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	3	3	3	2	2	3	2	68	
2	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	3	2	3	3	2	3	2	67	
3	3	1	2	2	1	2	4	4	1	2	1	3	4	1	2	2	4	2	2	1	1	3	2	1	1	3	2	1	1	59	
4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	81	
5	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	78	
6	2	2	3	2	2	2	2	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	2	3	2	3	3	2	2	2	3	2	3	71	
7	3	3	3	2	2	3	3	4	3	3	2	3	3	1	3	3	3	3	4	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	81	
8	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	2	3	3	2	2	2	3	2	74	
9	3	3	3	2	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	3	3	3	2	1	3	2	3	3	2	2	3	2	3	2	72	
10	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	2	3	2	3	2	3	76	
11	2	2	3	1	2	2	1	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	1	3	2	2	59	
12	4	4	2	1	1	1	1	4	3	4	3	4	4	3	4	1	4	2	1	4	3	4	2	1	1	4	4	4	3	81	
13	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	1	3	2	2	4	2	2	2	1	1	1	2	3	2	2	2	3	2	2	61	
14	3	3	3	2	3	2	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	79
15	3	3	2	1	2	3	2	2	2	3	1	2	4	4	3	3	4	3	1	3	1	3	2	4	2	4	3	3	2	75	
16	1	1	2	1	1	3	2	2	2	2	3	2	2	1	2	3	3	3	2	2	3	1	2	2	1	2	2	1	2	56	
17	4	4	4	4	2	4	3	3	2	4	1	3	1	4	4	4	3	3	1	3	1	4	4	4	2	4	4	4	2	90	
18	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	1	2	2	2	2	1	4	2	1	1	3	3	3	3	2	2	2	2	3	65	
19	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	3	2	1	2	2	3	2	2	1	2	4	1	2	2	2	2	57	
20	4	4	3	4	3	1	4	3	3	4	4	4	2	3	4	1	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4	3	98	

21	4	3	4	3	2	4	4	3	2	4	2	4	3	3	3	4	3	3	3	4	2	4	4	4	2	2	4	3	2	92	
22	4	4	4	4	1	4	4	4	3	4	2	4	2	3	3	4	4	4	1	3	2	4	4	2	1	4	4	4	3	94	
23	4	4	4	4	2	4	2	4	2	4	1	4	2	3	4	4	3	4	4	4	1	3	4	4	2	4	4	4	2	95	
24	4	2	4	4	2	4	4	4	3	4	4	4	3	3	3	4	4	4	3	4	4	3	4	4	2	4	4	2	3	101	
25	4	4	4	4	1	4	4	4	2	4	1	4	1	4	3	4	4	4	1	2	1	4	4	4	1	4	4	4	2	91	
26	4	3	3	4	3	4	4	4	3	4	3	4	2	4	4	4	4	4	3	4	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	101
27	4	4	4	4	1	4	4	4	1	4	4	2	2	4	4	4	3	4	1	4	4	4	4	2	1	4	4	4	1	94	
28	4	4	4	4	2	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	2	4	3	4	4	105	
29	4	4	4	4	1	4	4	4	3	4	1	4	4	4	4	4	4	4	3	4	1	4	4	4	1	3	4	4	3	100	
30	4	4	4	4	2	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	2	4	4	4	3	107	
31	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	4	3	109	
32	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	2	4	4	4	4	4	4	4	3	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	2	107
33	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	109
34	3	4	4	4	1	4	4	4	4	3	2	1	2	2	3	4	4	4	2	4	2	4	4	3	1	3	3	4	4	91	
35	4	4	4	4	4	4	4	4	3	1	2	3	4	3	3	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	1	4	3	101	
36	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	2	4	3	4	3	3	4	4	4	3	4	4	4	4	3	108	
37	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	3	3	3	3	4	3	4	4	4	4	4	3	106	
38	4	4	4	4	3	3	2	2	2	2	2	1	2	2	4	3	3	3	2	4	2	2	4	3	3	3	2	4	2	81	
39	4	3	4	4	3	4	4	3	3	4	3	4	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	4	4	3	3	4	3	3	100	
40	3	3	3	2	2	3	4	4	3	4	2	1	2	2	4	3	3	3	2	2	2	4	3	2	2	3	4	3	3	81	
41	4	3	2	2	3	2	4	4	1	2	1	3	3	4	2	2	4	4	3	3	1	4	2	2	3	3	2	3	1	77	
42	4	3	4	4	4	3	3	3	3	3	2	4	3	4	4	3	4	3	2	4	2	2	4	4	4	2	3	3	3	94	
43	3	3	4	4	2	4	4	4	3	3	3	4	4	3	2	4	3	4	3	3	3	3	4	4	2	3	3	3	3	95	

44	4	4	4	2	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	4	4	3	3	4	4	3	97
45	4	4	4	4	3	3	4	3	4	4	2	2	3	3	4	3	4	4	3	3	2	4	4	3	3	4	4	4	4	100
46	3	3	2	1	2	3	2	2	2	3	1	2	4	4	3	3	4	3	1	3	1	3	2	4	2	4	3	3	2	75
47	1	1	2	1	1	3	2	2	2	2	3	2	2	1	2	3	3	3	2	2	3	1	2	2	1	2	2	1	2	56
48	4	4	4	4	2	4	3	3	2	4	1	3	1	4	4	4	3	3	1	3	1	4	4	4	2	4	4	4	2	90
49	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	1	2	2	2	2	1	4	2	1	1	3	3	3	3	3	2	2	2	3	65
50	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	3	2	1	2	2	3	2	2	1	2	4	1	2	2	2	2	57





**LAMPIRAN
UJI VALIDITAS DAN RELIABILITAS
SKALA PENGETAHUAN**

DATASET ACTIVATE DataSet0. RELIABILITY /VARIABLES=VAR00001 VAR00002
 VAR00003 VAR00004 VAR00005 VAR00006 VAR00007 VAR00008 VAR00009 VAR00010
 VAR00011 VAR00012 VAR00013 VA R00014 VAR00015 VAR00016 VAR00017
 VAR00018 VAR00019 VAR00020 /SCALE('PENGETAHUAN') ALL /MODEL=ALPHA
 /STATISTICS=SCALE /SUMMARY=TOTAL.

Reliability

Notes

	Output Created	27-Aug-2017 12:10:05
	Comments	
Input	Active Dataset	DataSet0
	Filter	<none>
	Weight	<none>
	Split File	<none>
	N of Rows in Working Data File	50
	Matrix Input	
Missing Value Handling	Definition of Missing	User-defined missing values are treated as missing.
	Cases Used	Statistics are based on all cases with valid data for all variables in the procedure.
	Syntax	RELIABILITY /VARIABLES=VAR00001 VAR00002 VAR00003 VAR00004 VAR00005 VAR00006 VAR00007 VAR00008 VAR00009 VAR00010 VAR00011 VAR00012 VAR00013 VAR00014 VAR00015 VAR00016 VAR00017 VAR00018 VAR00019 VAR00020 /SCALE('PENGETAHUAN') ALL /MODEL=ALPHA /STATISTICS=SCALE /SUMMARY=TOTAL.
Resources	Processor Time	0:00:00.016

Notes

	Output Created	27-Aug-2017 12:10:05
	Comments	
Input	Active Dataset	DataSet0
	Filter	<none>
	Weight	<none>
	Split File	<none>
	N of Rows in Working Data File	50
	Matrix Input	
Missing Value Handling	Definition of Missing	User-defined missing values are treated as missing.
	Cases Used	Statistics are based on all cases with valid data for all variables in the procedure.
	Syntax	RELIABILITY /VARIABLES=VAR00001 VAR00002 VAR00003 VAR00004 VAR00005 VAR00006 VAR00007 VAR00008 VAR00009 VAR00010 VAR00011 VAR00012 VAR00013 VAR00014 VAR00015 VAR00016 VAR00017 VAR00018 VAR00019 VAR00020 /SCALE('PENGETAHUAN') ALL /MODEL=ALPHA /STATISTICS=SCALE /SUMMARY=TOTAL.
Resources	Processor Time	0:00:00.016
	Elapsed Time	0:00:00.034

[DataSet0]

Scale: PENGETAHUAN

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	50	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	50	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.886	20

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	15.36	16.929	.555	.878
VAR00002	15.14	18.327	.341	.884
VAR00003	15.40	16.898	.545	.879
VAR00004	15.14	18.327	.341	.884
VAR00005	15.22	17.318	.568	.878
VAR00006	15.34	16.596	.661	.874
VAR00007	15.18	17.579	.545	.879
VAR00008	15.12	18.271	.409	.883
VAR00009	15.34	17.453	.423	.883
VAR00010	15.24	16.880	.681	.874

VAR00011	15.18	17.293	.648	.876
VAR00012	15.30	17.888	.326	.886
VAR00013	15.20	17.184	.646	.876
VAR00014	15.34	17.209	.490	.881
VAR00015	15.10	18.582	.322	.885
VAR00016	15.30	17.153	.533	.879
VAR00017	15.36	16.929	.555	.878
VAR00018	15.20	17.510	.535	.879
VAR00019	15.18	17.579	.545	.879
VAR00020	15.12	18.638	.329	.886

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
16.04	19.304	4.394	20

LAMPIRAN
UJI VALIDITAS DAN RELIABILITAS
SKALA KECEMASAN

```

NEW FILE. RELIABILITY /VARIABLES=VAR00001 VAR00002 VAR00003 VAR00004
VAR00005 VAR00006 VAR00007 VAR00008 VAR00009 VAR00010 VAR00011 VAR00012
VAR00013 VAR00014 VAR00015 VAR00016 VAR00017 VAR00018 VAR00019
VAR00020 VAR00021 VAR00022 VAR00023 VAR00024 VAR00025 VAR00026 VAR00027
VAR00028 VAR00029 VAR00030 VAR00031 VAR00032 VAR00033 VAR00034
/SCALE('KECEMASAN') ALL /MODEL=ALPHA /STATISTICS=SCALE /SUMMARY=TOTAL.

```

Reliability

Notes

	Output Created	27-Aug-2017 12:21:47
	Comments	
Input	Active Dataset	DataSet1
	Filter	<none>
	Weight	<none>
	Split File	<none>
	N of Rows in Working Data File	50
	Matrix Input	
Missing Value Handling	Definition of Missing	User-defined missing values are treated as missing.
	Cases Used	Statistics are based on all cases with valid data for all variables in the procedure.

Syntax

RELIABILITY

```
/VARIABLES=VAR00001 VAR00002  
VAR00003 VAR00004 VAR00005  
VAR00006 VAR00007 VAR00008  
VAR00009 VAR00010 VAR00011  
VAR00012 VAR00013 VAR00014  
VAR00015 VAR00016 VAR00017  
VAR00018 VAR00019 VAR00020  
VAR00021 VAR00022 VAR00023  
VAR00024 VAR00025 VAR00026  
VAR00027
```

```
VAR00028 VAR00029 VAR00030  
VAR00031 VAR00032 VAR00033  
VAR00034
```

```
/SCALE('KECEMASAN') ALL
```

```
/MODEL=ALPHA
```

```
/STATISTICS=SCALE
```

```
/SUMMARY=TOTAL.
```

Resources

Processor Time

0:00:00.016

Elapsed Time

0:00:00.010

[DataSet1]

Scale: KECEMASAN

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	50	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	50	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.941	34

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	93.32	279.365	.794	.937
VAR00002	93.48	279.479	.757	.937
VAR00003	93.32	284.140	.738	.938
VAR00004	93.92	299.789	.139	.942
VAR00005	93.72	272.410	.782	.936
VAR00006	94.26	290.237	.379	.941
VAR00007	93.56	282.415	.621	.938
VAR00008	94.46	297.682	.223	.942
VAR00009	93.58	282.208	.635	.938
VAR00010	94.22	298.502	.190	.942

VAR00011	93.42	283.555	.695	.938
VAR00012	94.04	290.774	.511	.939
VAR00013	93.48	283.193	.649	.938
VAR00014	94.38	288.608	.433	.940
VAR00015	93.62	282.934	.611	.938
VAR00016	93.84	290.831	.380	.941
VAR00017	93.68	284.549	.569	.939
VAR00018	94.24	295.941	.273	.941
VAR00019	93.46	286.253	.608	.939
VAR00020	93.56	282.415	.621	.938
VAR00021	93.38	285.016	.629	.938
VAR00022	94.10	294.092	.277	.942
VAR00023	93.38	286.444	.616	.938
VAR00024	94.22	289.685	.414	.940
VAR00025	93.64	280.480	.717	.937
VAR00026	94.38	288.608	.433	.940
VAR00027	93.60	283.224	.609	.938
VAR00028	93.32	284.140	.738	.938
VAR00029	93.48	286.704	.502	.940
VAR00030	94.26	290.237	.379	.941
VAR00031	93.48	282.663	.686	.938
VAR00032	93.48	283.193	.649	.938
VAR00033	93.48	279.479	.757	.937
VAR00034	94.04	290.774	.511	.939

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
96.60	303.551	17.423	34

LAMPIRAN
UJI ASUMSI DAN UJI HIPOTESIS

CORRELATIONS /VARIABLES=X Y /PRINT=TWOTAIL NOSIG /STATISTICS DESCRIPTIVES
/MISSING=PAIRWISE.

Correlations

Notes

	Output Created	27-Aug-2017 19:12:37
	Comments	
Input	Data	DataSet1
	Active Dataset	DataSet1
	Filter	<none>
	Weight	<none>
	Split File	<none>
	N of Rows in Working Data File	50
	Missing Value Handling	Definition of Missing
Cases Used		Statistics for each pair of variables are based on all the cases with valid data for that pair.
Syntax		CORRELATIONS /VARIABLES=X Y /PRINT=TWOTAIL NOSIG /STATISTICS DESCRIPTIVES /MISSING=PAIRWISE.
Resources	Processor Time	0:00:00.250
	Elapsed Time	0:00:00.271

[DataSet1]

Descriptive Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
Pengetahuan	16.04	4.394	50
Kecemasan	84.54	16.559	50

Correlations

		Pengetahuan	Kecemasan
Pengetahuan	Pearson Correlation	1	-.540**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	50	50
Kecemasan	Pearson Correlation	-.540**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	50	50

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

**LAMPIRAN
UJI NORMALITAS**

DATASET ACTIVATE DataSet1. NPAR TESTS /K-S(NORMAL)=X Y /STATISTICS
 DESCRIPTIVES /MISSING ANALYSIS.

NPar Tests

Notes

	Output Created	27-Aug-2017 19:11:15
	Comments	
Input	Data	DataSet1
	Active Dataset	DataSet1
	Filter	<none>
	Weight	<none>
	Split File	<none>
	N of Rows in Working Data File	50
	Missing Value Handling	Definition of Missing
	Cases Used	Statistics for each test are based on all cases with valid data for the variable(s) used in that test.
	Syntax	NPAR TESTS /K-S(NORMAL)=X Y /STATISTICS DESCRIPTIVES /MISSING ANALYSIS.
Resources	Processor Time	0:00:00.000
	Elapsed Time	0:00:00.014
	Number of Cases Allowed ^a	157286

a. Based on availability of workspace memory.

[DataSet1]

Descriptive Statistics

	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
Pengetahuan	50	16.04	4.394	5	20
Kecemasan	50	84.54	16.559	56	109

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Pengetahuan	Kecemasan
	N	50	50
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	16.04	84.54
	Std. Deviation	4.394	16.559
	Most Extreme Differences		
	Absolute	.184	.129
	Positive	.184	.085
	Negative	-.172	-.129
	Kolmogorov-Smirnov Z	1.299	.914
	Asymp. Sig. (2-tailed)	.068	.374

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

**LAMPIRAN
UJI LINIERITAS**

* Curve Estimation. TSET NEWVAR=NONE. CURVEFIT /VARIABLES=Y WITH X
/CONSTANT /MODEL=LINEAR /PRINT ANOVA /PLOT FIT.

Curve Fit

Notes

	Output Created	27-Aug-2017 19:11:49
	Comments	
Input	Data	DataSet1
	Active Dataset	DataSet1
	Filter	<none>
	Weight	<none>
	Split File	<none>
	N of Rows in Working Data File	50
Missing Value Handling	Definition of Missing	User-defined missing values are treated as missing.
	Cases Used	Cases with a missing value in any variable are not used in the analysis.
	Syntax	CURVEFIT /VARIABLES=Y WITH X /CONSTANT /MODEL=LINEAR /PRINT ANOVA /PLOT FIT.
Resources	Processor Time	0:00:00.312
	Elapsed Time	0:00:00.412
Use	From	First observation
	To	Last observation
Predict	From	First Observation following the use period
	To	Last observation

Time Series Settings (TSET)	Amount of Output	PRINT = DEFAULT
	Saving New Variables	NEWVAR = NONE
	Maximum Number of Lags in Autocorrelation or Partial Autocorrelation Plots	MXAUTO = 16
	Maximum Number of Lags Per Cross-Correlation Plots	MXCROSS = 7
	Maximum Number of New Variables Generated Per Procedure	MXNEWVAR = 60
	Maximum Number of New Cases Per Procedure	MPREDICT = 1000
	Treatment of User-Missing Values	MISSING = EXCLUDE
	Confidence Interval Percentage Value	CIN = 95
	Tolerance for Entering Variables in Regression Equations	TOLER = .0001
	Maximum Iterative Parameter Change	CNVERGE = .001
	Method of Calculating Std. Errors for Autocorrelations	ACFSE = IND
	Length of Seasonal Period	Unspecified
	Variable Whose Values Label Observations in Plots	Unspecified
	Equations Include	CONSTANT

[DataSet1]

Model Description

Model Name	MOD_13
Dependent Variable	1 Kecemasan
Equation	1 Linear
Independent Variable	Pengetahuan
Constant	Included
Variable Whose Values Label Observations in Plots	Unspecified

Case Processing Summary

	N
Total Cases	50
Excluded Cases ^a	0
Forecasted Cases	0
Newly Created Cases	0

a. Cases with a missing value in any variable are excluded from the analysis.

Variable Processing Summary

	Variables	
	Dependent	Independent
	Kecemasan	Pengetahuan
Number of Positive Values	50	50
Number of Zeros	0	0
Number of Negative Values	0	0

Number of Missing Values	User-Missing	0	0
	System-Missing	0	0

Kecemasan

Linear

Model Summary

R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
.540	.292	.277	14.082

The independent variable is Pengetahuan.

ANOVA

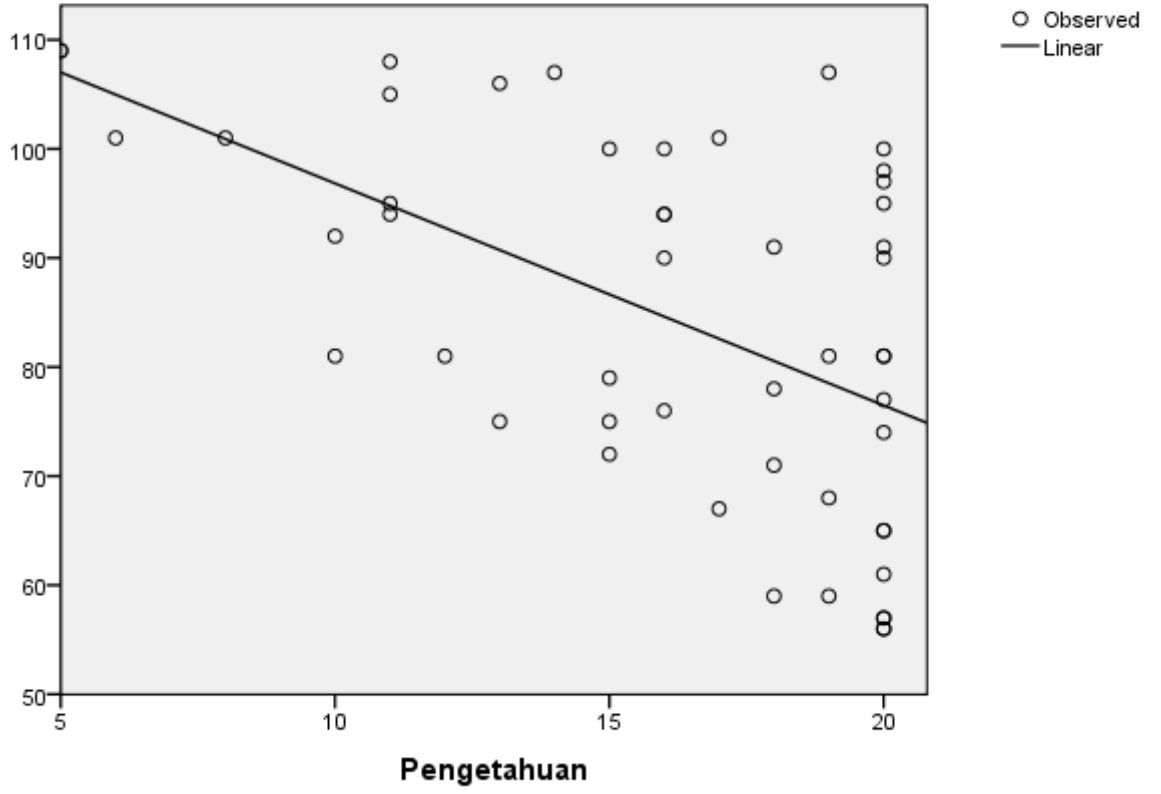
	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Regression	3917.808	1	3917.808	19.757	.000
Residual	9518.612	48	198.304		
Total	13436.420	49			

The independent variable is Pengetahuan.

Coefficients

	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients		
	B	Std. Error	Beta	t	Sig.
Pengetahuan	-2.035	.458	-.540	-4.445	.000
(Constant)	117.184	7.609		15.400	.000

Kecemasan





UNIVERSITAS MEDAN AREA

FAKULTAS PSIKOLOGI

Kampus I: Jl. Kolam No. 1 Medan Estate, Telp. (061)7366878, 7360168, 7364848, 7366781. Fax. (061)7366998
Kampus II: Jl. Sei Serayu No. 70 A / Jl. Setia Budi No. 70 B Telp. (061) 8201994, Fax. (061)8226331
Email : univ_medanarea@uma.ac.id Website: uma.ac.id

Nomor : 446 /FPSI/01.10/IV/2017
Lampiran : -
Hal : Pengambilan Data

Medan, 6 April 2017

Yth. Kepala Sekolah SD Negeri No 060953 Medan Labuhan
Di

Tempat

Dengan hormat,

Bersama ini kami mohon kesediaan Bapak/Ibu untuk memberikan izin dan kesempatan kepada mahasiswa kami:

Nama : Siti Nazarina
NPM : 13 860 0043
Program Studi : Ilmu Psikologi
Fakultas : Psikologi

Untuk melaksanakan pengambilan data di **SD Negeri No 060953, Jl. Pancing IV. Kel. Besar. Kecamatan. Medan Labuhan** guna penyusunan skripsi yang berjudul "*Hubungan Antara Pengetahuan Mengenai Menstruasi Dengan Kecemasan Remaja Dalam Menghadapi Menstruasi Pertama (Menarche)*".

Perlu kami informasikan bahwa penelitian dimaksud adalah semata-mata untuk tulisan ilmiah dan penyusunan skripsi, yang merupakan salah satu syarat bagi mahasiswa tersebut untuk mengikuti ujian Sarjana Psikologi di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.

Sehubungan dengan hal tersebut kami mohon kiranya Bapak/Ibu dapat memberikan kemudahan dalam pengambilan data yang diperlukan dan **Surat Keterangan** yang menyatakan bahwa mahasiswa tersebut telah selesai melaksanakan pengambilan data di **Sekolah** yang Bapak/Ibu pimpin.

Demikian kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasama yang baik diucapkan terima kasih.

Wakil Dekan Bidang Akademik,

Zuhdi Budiman, S.Psi. M.Psi



PEMERINTAH KOTA MEDAN
DINAS PENDIDIKAN
SD NEGERI NOMOR 060953
KECAMATAN MEDAN LABUHAN

Jl. Pancing IV Kel. Besar

Nomor : 041/SDN.53/IV/2017
Lampiran : -
Hal : Telah Selesai Penelitian

Medan, 22 April 2017

Kepada Yth :
Kepala Unit / Dekan
Universitas Medan Area Fak. Psikologi
Di : -
Tempat

Dengan hormat,

Sehubungan dengan surat Universitas Medan Area Fakultas Psikologi, nomor : 446/FPSI/01.10/IV/2017 Tanggal 6 April 2017 tentang Pengambilan Data/Riset dalam rangka penyelesaian studi penyusunan skripsi di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.

Dengan ini Mahasiswa yang diutus untuk melakukan penelitian bernama :

Nama : Siti Nazariana
NPM : 13 860 0043
Program Studi : Ilmu Psikologi
Fakultas : Psikologi

Telah selesai melaksanakan pengambilan data di SD Negeri No 060953, Jl. Pancing IV, Kel. Besar, Kec. Medan Labuhan.

Demikian surat ini diperbuat untuk dapat dipergunakan seperlunya.

