

**HUBUNGAN PENGETAHUAN TENTANG MENSTRUASI DENGAN
KESIAPAN REMAJA PUTRI MENGHADAPI *MENARCHE***

SKRIPSI

**Disusun untuk Melengkapi Syarat-Syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan**



ELIS ROHMAH PRI HARTINI

3415111383

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN BIOLOGI
JURUSAN BIOLOGI**

**FAKULTAS MATEMATIKA DAN ILMU PENGETAHUAN ALAM
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

2015

ABSTRAK

ELIS ROHMAH P H. **Hubungan Pengetahuan tentang Menstruasi dengan Kesiapan Remaja Putri Menghadapi *Menarche***. Skripsi. Jakarta: Program Studi Pendidikan Biologi, Jurusan Biologi, Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam, Universitas Negeri Jakarta. 2015.

Remaja merupakan masa yang sangat penting dalam perkembangan seseorang. Salah satu masa paling penting bagi remaja putri adalah terjadinya peristiwa *menarche* yang memberikan berbagai dampak, salah satunya adalah dampak psikologis. Pengetahuan yang diperoleh mengenai menstruasi akan mempengaruhi persepsi remaja tentang *menarche* yang juga dapat mempengaruhi kesiapan remaja putri tersebut dalam menghadapi *menarche*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan remaja putri dalam menghadapi *menarche*. Penelitian dilakukan di SDN Lubang Buaya 01 dan 05 pada bulan Mei-Juni 2015. Data diperoleh dengan cara memberikan kuesioner pengetahuan dan kesiapan kepada 47 responden di SDN Lubang Buaya 01 dan sebanyak 51 responden di SDN Lubang Buaya 05. Analisis data dilakukan dengan uji korelasi-regresi sederhana. Koefisien korelasi (r_{xy}) sebesar 0,593 menunjukkan adanya hubungan positif yang cukup kuat antara pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan remaja putri menghadapi *menarche* melalui model regresi $\hat{Y}=29,831+0,649X$. Kesimpulan penelitian ini adalah terdapat hubungan positif yang sedang antara pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan remaja putri dalam menghadapi *menarche*.

Kata kunci: kesiapan, *menarche*, menstruasi, pengetahuan

ABSTRACT

ELIS ROHMAH P H. **Relationship between Knowledge of Menstruation with the Female Teenage Readiness in Facing Menarche.** Undergraduate Thesis. Jakarta: Biology Education Study Program, Biology Department, Faculty of Mathematic and Science, State University of Jakarta. 2015.

Adolescence is a critical period in a human development stage. One of the most important periods for female teenage is menarche that causes different impact, one of them is psychological impact. Acquired knowledge about menstruation will affect the perception of adolescents about menarche that can also affect the readiness of the girls in facing menarche. The purpose of this study was to determine the relationship between knowledge about menstruation with the readiness of female teenage in facing menarche. This research was conducted in SDN Lubang buaya 01 and 05 on May-June 2015. Data obtained by giving knowledge and readiness questionnaire to 47 respondents in SDN Lubang Buaya 01 and as many as 51 respondents in SDN Lubang Buaya 05. Data were analyzed by using a simple correlation - regression test. The correlation coefficient (r_{xy}) was 0.593 indicates that there is a moderate positive relationship between Knowledge of Menstruation with the Female Teenage Readiness in Facing Menarche through the regression model $\hat{Y} = 29.831 + 0,649X$. It can be conclude that the knowledge has a moderate positive relationship with the female teenage readiness in facing menarche.

Keywords: readiness, menarche, menstrual, knowledge

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, karena atas limpahan rahmat dan karunia-Nya yang tiada henti, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Sholawat serta salam senantiasa tercurah kepada suri tauladan terbaik Rasulullah SAW beserta para keluarga dan sahabatnya.

Skripsi ini disusun dengan harapan dapat bermanfaat bagi dunia pendidikan. Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini jauh dari sempurna. Oleh karena itu, kritik dan saran yang bersifat membangun sangatlah diharapkan. Penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi kita semua. Pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan terima kasih yang setinggi-tingginya kepada:

1. Bapak Drs. Refirman Dj., M.Biomed selaku Dosen Pembimbing I dan Ibu Sri Rahayu, S.Kep., M.Biomed selaku Dosen Pembimbing II dan Ketua Program Studi Pendidikan Biologi yang telah berkenan meluangkan waktunya untuk memberikan bimbingan, perhatian, tenaga, dan pikirannya dari awal hingga akhir pembuatan skripsi ini.
2. Ibu Dra.Nurmasari Sartono, M.Biomed selaku Dosen Penguji I dan Ibu Dian Evriyani, S.Kep, M.Sc selaku Dosen Penguji II yang telah memberikan waktu, saran dan motivasi yang sangat bermanfaat dalam penyelesaian skripsi ini.
3. Bapak Drs. M. Nurdin Matondang S., M.Si selaku Ketua Jurusan Biologi. Serta Ibu Dr. Diana Vivanti, M.Si selaku Ketua Program Studi Pendidikan Biologi.
4. Bapak Dr. Rusdi, M.Biomed selaku Dosen Pembimbing Akademik.
5. Ibu Siwi Tuti Erwati, S.Pd selaku Kepala SDN Lubang Buaya 05 Pagi dan Ibu Shofiah, S.Pd selaku Kepala SDN Lubang Buaya 01 Pagi, Ibu Dra. Susi Widyartini, MM serta guru- guru yang banyak membantu sehingga penelitian dapat berjalan dengan lancar.

6. Keluargaku tercinta yaitu Bapak Titop Rusmawan dan Mama Rita Zahara yang telah setulus hati memberikan cinta dan kasih sayangnya yang tiada pernah putus, pengertian, kesabaran, dan semangat untuk terus berusaha. Adik-adikku yaitu Andini dan Vicky semoga Allah SWT selalu melindungi dan senantiasa mendapat ridho-Nya.
7. Sahabat-sahabatku yaitu Indriya Rahayu, Qori Elfa Gasari, Rita Wahyu Pertiwi, Shelena Nugraha R D, Vita Istiqomah, dan Qoyima Kamilah yang telah memberikan dukungan, bantuan, do'a serta semangat yang luar biasa selama ini.
8. Teman-teman CMC Acropora Universitas Negeri Jakarta TAnK MIPA Universitas Negeri Jakarta.
9. Teman-teman Pendidikan Biologi Reguler 2011.
10. Seluruh pihak yang tidak dapat disebutkan satu per satu.

Hanya Allah yang dapat membalas kebaikan kalian. Akhir kata penulis memohon ampun kepada Allah SWT atas segala khilaf. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi kita semua, Amin.

Jakarta, November 2015

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK.....	i
<i>ABSTRACT</i>	ii
KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR ISI.....	v
DAFTAR GAMBAR.....	vii
DAFTAR TABEL.....	viii
DAFTAR LAMPIRAN	ix
BAB I PEPENDAHULUAN	
A. Latar Belakang.....	1
B. Identifikasi Masalah	3
C. Pembatasan Masalah	3
D. Perumusan Masalah	4
E. Tujuan Penelitian	4
F. Manfaat Penelitian	4
BAB II KAJIAN PUSTAKA, KERANGKA BERPIKIR, PERUMUSAN HIPOTESIS	
A. Tinjauan Pustaka	6
1. Pengetahuan	6
2. Menstruasi dan Menarche.....	10
3. Remaja	19
4. Kesiapan Psikologis Menghadap Menarche	22
B. Kerangka Berpikir.....	26
C. Hipotesis Penelitian.....	27
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
A. Tujuan Operasional Penelitian	28
B. Tempat dan Waktu Penelitian	28
C. Metode Penelitian	28
D. Desain Penelitian	28
E. Populasi dan Sampel.....	29
F. Teknik Pengumpulan Data.....	30

G. Instrumen Penelitian	30
H. Prosedur Penelitian	33
I. Hipotesis Statistik	34
J. Teknik Analisi Data	35
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil Penelitian	38
1. Deskripsi Data	38
a. Pengetahuan tentang Menstruasi.....	38
b. Kesiapan Menghadapi Menarche	39
2. Pengujian Prasyarat	41
3. Pengujian Hipotesis	42
B. Pembahasan	44
BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN	
A. Kesimpulan	51
B. Implikasi	51
C. Saran	51
DAFTAR PUSTAKA.....	53
LAMPIRAN-LAMPIRAN	56
SURAT IZIN PENELITIAN	
SURAT KETERANGAN PENELITIAN	
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Siklus Menstruasi	14
Gambar 2. Nilai Pengetahuan Tentang Menstruasi.....	38
Gambar 3. Interpretasi Nilai Pengetahuan Tentang Menstruasi	39
Gambar 4. Nilai Kesiapan Menghadapi Menarche	40
Gambar 5. Interpretasi Nilai Kesiapan Menghadapi Menarche	41
Gambar 6. Diagram Hubungan Linieritas antara Pengetahuan tentang Mensruasi dengan Kesiapan Remaja Putri Menghadapi <i>Menarche</i>	43

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Kisi-Kisi Instrumen Pengetahuan Menstruasi	31
Tabel 2. Kriteria interpretasi skor tingkat pengetahuan tentang menstruasi	31
Tabel 3. Kisi-Kisi Instrumen Kesiapan Menghadapi <i>Menarche</i>	32
Tabel 4. Kriteria interpretasi skor kesiapan remaja putri menghadapi <i>menarche</i>	32
Tabel 5. Kriteria Koefisien Korelasi	37

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Tes Pengetahuan Tentang Menstruasi.....	56
Lampiran 2. Kunci Jawaban Tes Pengetahuan	63
Lampiran 3. Kuesioner Kesiapan Menghadapi <i>Menarche</i>	64
Lampiran 4. Validitas Tes Pengetahuan	66
Lampiran 5. Validitas Kuesioner Kesiapan.....	67
Lampiran 6. Reliabilitas Tes Pengetahuan.....	69
Lampiran 7. Reliabilitas Instrumen Pengetahuan.....	70
Lampiran 8. Perhitungan Distribusi Frekuensi dan Interpretasi Pengetahuan tentang Menstruasi.....	71
Lampiran 9. Perhitungan Distribusi Frekuensi dan Interpretasi Kesiapan Menghadapi <i>Menarche</i>	74
Lampiran 10. Nilai Pengetahuan dan Kesiapan	77
Lampiran 12. Uji Prasyarat	80
Lampiran 12. Uji Hipotesis Korelasi dengan <i>Spearman</i>	84
Lampiran 13. Foto Responden.....	86

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Penduduk di Indonesia jumlahnya mencapai 237 juta jiwa dan sekitar 63 juta jiwa atau 30 persennya adalah remaja berusia 10-24 tahun. Sedangkan perbandingan antara jumlah remaja putri dan remaja laki-laki adalah 51 persen (sekitar 32 juta jiwa) dan 49 persen (sekitar 31 juta jiwa) (BKKBN, 2010). Masa remaja merupakan masa yang sangat penting dalam perkembangan seseorang. Pada umumnya remaja didefinisikan sebagai masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa. Peralihan masa kanak-kanak menjadi dewasa melibatkan perubahan berbagai aspek seperti biologis, psikologis, dan sosial ekonomi (Sarwono, 2008).

Pertumbuhan dan perkembangan pada masa remaja sangat pesat. Pesatnya perkembangan pada masa pubertas dipengaruhi hormon seksual, organ-organ reproduksi pada masa pubertas telah mulai berfungsi. Salah satu ciri masa pubertas adalah mulai mampu menghasilkan sperma pada anak laki-laki dan mulai menstruasi pada perempuan (Proverawati, A. 2009).

Menstruasi yang pertama kali seorang wanita disebut juga *menarche*, yang umumnya terjadi pada usia 10-16 tahun. Proses *menarche* pada banyak perempuan sering sekali menimbulkan rasa sakit

atau nyeri. Selain itu akan timbul permasalahan psikologis, seperti perasaan gelisah dan bingung yang selalu menyelimuti perasaan seorang remaja putri yang mengalami *menarche*. *Menarche* merupakan hal yang wajar dialami oleh setiap perempuan normal (Proverawati, A, 2009).

Tidak hanya permasalahan psikologi yang muncul, tetapi juga akan ada masalah fisik yang timbul, seperti kurangnya kebersihan diri (*personal hygiene*) sehingga dapat berisiko untuk terjadinya infeksi pada saluran kemih (ISK). Perbandingan insiden ISK pada wanita sekitar 3-4 kali dibandingkan pada laki-laki (Proverawati, A, 2009). Selain kurangnya kebersihan, kekurangan gizi juga dapat terjadi dan menyebabkan gangguan kesehatan reproduksi (Widyastuti, 2011).

Remaja yang mengalami *menarche* membutuhkan kesiapan mental yang baik. Pada masa ini, pengetahuan yang diperoleh mengenai menstruasi akan mempengaruhi persepsi remaja tentang *menarche* (Nagar dan Aimol, 2010).

Pengetahuan adalah hasil “tahu” dan terjadi setelah seseorang melakukan penginderaan terhadap objek melalui indera yang dimilikinya (indera penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba) (Notoatmodjo, 2007). Pengetahuan yang diperoleh remaja tentang menstruasi akan mempengaruhi persepsi remaja tentang *menarche*. Jika persepsi yang dibentuk remaja tentang *menarche* positif, maka hal ini akan berpengaruh pada kesiapan remaja dalam menghadapi *menarche* (Fajri, 2011).

Oleh karena itu untuk menghadapi *menarche* seorang remaja putri harus memiliki kesiapan. Kesiapan ini bukan hanya secara psikologi tetapi juga diperlukan sikap yang baik untuk menghadapi *menarche*.

Sekolah Dasar Negeri 01 dan 05 Pagi Lubang Buaya, Jakarta Timur merupakan sekolah yang berada di pinggir Jakarta, tetapi sekolah-sekolah tersebut memiliki sumber informasi cukup mendukung siswanya untuk memperoleh pengetahuan yang cukup. Karena sudah dapat menggunakan internet dan kurikulum pembelajaran di sekolah sudah menyinggung pengetahuan tentang reproduksi.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas terdapat berbagai masalah:

- Bagaimana pengetahuan menstruasi yang dimiliki oleh remaja putri?
- Bagaimana kesiapan remaja putri dalam menghadapi *menarche*?
- Apakah terdapat hubungan antara pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan remaja putri dalam menghadapi *menarche* ?

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah diatas, maka penelitian dibatasi pada apakah terdapat hubungan antara pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan remaja putri dalam menghadapi *menarche*.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah yang dikemukakan, maka masalah dapat dirumuskan sebagai berikut: Apakah terdapat hubungan antara pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan remaja putri dalam menghadapi *menarche* ?

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan latar belakang yang diuraikan diatas, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan remaja putri dalam menghadapi *menarche*.

F. Manfaat Penelitian

Beberapa manfaat yang dapat diperoleh dalam penelitian ini diantaranya adalah:

a. Bagi remaja putri

Sebagai bahan masukan untuk mempersiapkan diri sebelum menghadapi *menarche*

b. Bagi guru

Hasil penelitian ini diharapkan bisa menambah informasi dan pengetahuan institusi dan dapat dijadikan sebagai bahan evaluasi perlunya pendidikan reproduksi diberikan kepada remaja melalui pembelajaran IPA.

c. Bagi peneliti lebih lanjut

Penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan referensi untuk penelitian selanjutnya.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA, KERANGKA BERPIKIR, PERUMUSAN HIPOTESIS

A. Tinjauan Pustaka

1. Pengetahuan

a. Pengertian Pengetahuan

Pengetahuan (*knowledge*) adalah hasil tahu dari manusia yang sekedar menjawab pernyataan “ *what* ”, misalnya apa itu air, apa itu manusia, apa itu alam dan sebagainya (Notoatmodjo, 2003). Selain itu, pengetahuan juga diartikan sebagai hasil dari tahu yang terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu obyek tertentu. Penginderaan terjadi melalui pancaindra manusia, yaitu: penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba (Notoatmodjo, 2007). Sedangkan menurut Jalaludin (2011) pengetahuan adalah keseluruhan pemikiran, ide, gagasan, konsep dan pemahaman yang dimiliki manusia tentang dunia dan segala isinya, termasuk manusia dan kehidupannya. Pengetahuan mencakup penalaran, penjelasan dan pemahaman manusia tentang segala sesuatu, juga mencakup praktek atau kemampuan teknis dalam memecah berbagai persoalan hidup yang belum dilakukan secara sistematis dan metodelis.

Pengetahuan dapat diperoleh dari berbagai sumber. Sebagian besar pengetahuan diperoleh melalui pendidikan, buku petunjuk, pengalaman, media elektronik, media massa dan lingkungan. Sumber

pengetahuan juga berasal dari pemimpin-pemimpin masyarakat, ahli agama, pemegang pemerintahan dan sebagainya. Pengukuran pengetahuan dapat dilakukan dengan cara melakukan tes, wawancara atau angket yang menanyakan tentang isi materi yang akan diukur dari subyek penelitian atau responden (Notoatmojo, 2003).

b. Dimensi Pengetahuan

Dimensi pengetahuan menurut Anderson (2001) terdiri atas empat kategori, yaitu faktual, konseptual, prosedural, dan metakognitif. Namun, yang digunakan dalam penelitian ini adalah pengetahuan faktual, konseptual dan prosedural. Penjelasan lebih lengkap menurut Andersson (2001) adalah:

1) Pengetahuan faktual (*Factual Knowledge*)

Yaitu elemen dasar dimana siswa harus tahu akan berkenalan dengan disiplin atau memecahkan masalah di dalamnya. Termasuk di dalamnya pengetahuan terminologi dan pengetahuan tentang rincian spesifik dan unsur.

2) Pengetahuan konseptual (*Conceptual Knowledge*)

Yaitu hubungan antara unsur-unsur dasar dalam struktur yang lebih besar yang memungkinkan mereka untuk berfungsi bersama-sama. Diantaranya: Pengetahuan tentang klasifikasi dan kategori, pengetahuan tentang prinsip-prinsip dan generalisasi, Pengetahuan tentang teori, model, dan struktur.

3) **Pengetahuan Prosedural (*Procedural Knowledge*)**

Yaitu bagaimana melakukan sesuatu atau penyelidikan, dan kriteria untuk menggunakan keterampilan, teknik, dan metode. Diantaranya: Pengetahuan tentang subyek-keterampilan khusus, pengetahuan subyek-teknik khusus dan metode, pengetahuan kriteria untuk menentukan ketika untuk menggunakan prosedur yang tepat.

4) **Pengetahuan metakognitif (*Metacognitive Knowledge*)**

Yaitu pengetahuan kognisi secara umum serta kesadaran dan pengetahuan tentang kognisi sendiri. Diantaranya: Pengetahuan strategis, pengetahuan tentang tugas-tugas kognitif, termasuk sesuai kontekstual dan kondisi pengetahuan, pengetahuan diri.

c. Faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan

Berdasarkan Notoatmodjo (2007), faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat pengetahuan seseorang dipengaruhi oleh :

1) Pendidikan

Pendidikan merupakan proses menumbuh kembangkan seluruh kemampuan dan perilaku manusia melalui pengetahuan. Pendidikan mempengaruhi proses belajar, makin tinggi pendidikan seseorang makin mudah orang tersebut untuk menerima informasi. Pendidikan berperan penting dalam menentukan kualitas. Dengan pendidikan manusia dianggap akan memperoleh implikasi pengetahuannya.

2) Pengalaman

Pengalaman belajar dalam bekerja yang dikembangkan memberikan pengetahuan dan keterampilan professional serta pengalaman belajar selama bekerja akan dapat mengembangkan kemampuan mengambil keputusan yang merupakan manifestasi dari keterpaduan menalar secara ilmiah dan etik yang bertolak belakang dari masalah nyata.

3) Usia

Semakin dewasa usia seseorang, maka semakin bertambah pula pengetahuan yang dimilikinya.

4) Informasi

Orang yang memiliki sumber informasi yang lebih banyak akan memiliki pengetahuan yang lebih luas pula. Salah satu sumber informasi yang berperan penting bagi pengetahuan adalah media massa. Melalui berbagai media massa masyarakat dapat memperoleh informasi dan dapat mempengaruhi tingkat pengetahuan.

5) Lingkungan Budaya

Dalam hal ini faktor keturunan dan bagaimana orang tua mendidik sejak kecil mendasari pengetahuan yang dimiliki oleh remaja dalam berpikir selama jenjang hidupnya.

6) Sosial Ekonomi

Dalam memenuhi kebutuhan primer maupun kebutuhan sekunder keluarga, status ekonomi yang baik akan lebih mudah mencukupi

disbanding orang yang memiliki status ekonomi yang rendah. Semakin tinggi status sosial ekonomi seseorang, semakin mudah mendapatkan pengetahuan, sehingga menjadikan hidup lebih berkualitas.

2. Menstruasi dan *Menarche*

a. Pengertian Menstruasi

Menstruasi adalah perdarahan vagina secara periodik yang terjadi dengan terlepasnya mukosa uterus. Darah menstruasi yang keluar lebih utama merupakan darah arteri dan hanya 25% darah berasal dari vena. Darah ini mengandung sisa jaringan, prostaglandin dan fibrinolisin (Ganong, 2002). Sedangkan menurut Sloane (2004) menstruasi atau haid adalah perdarahan bulanan yang terjadi jika bagian endometrium uterus luruh dan dikeluarkan melalui vagina. Rentang siklus menstruasi berkisar selama 28 hari.

Pengetahuan menstruasi adalah segala pemahaman seseorang mengenai terjadinya pengeluaran darah, mukus dan debris sel dari mukosa uterus secara berkala (menstruasi). Pemahaman tersebut dapat berupa pengertian, faktor-faktor, periode, dan fisiologinya.

b. Fisiologi Menstruasi

Pada setiap siklus haid, saluran reproduksi wanita dipersiapkan untuk fertilisasi dan implantasi ovum yang dibebaskan dari ovarium saat ovulasi. Jika pembuahan terjadi maka siklus akan terhenti sementara dan

akan melanjutkan pada tahap kehamilan. Namun jika tidak terjadi maka siklus akan berulang (Sherwood, 2012).

Siklus menstruasi sangat berhubungan dengan siklus ovarium dan siklus endometrium. Siklus ovarium terdiri fase folikular yang mencakup pertumbuhan folikular, fase ovulasi, dan fase luteal yaitu periode aktifitas korpus luteum. Siklus endometrium (uterus) terdiri dari fase proliferasi dan fase menstruasi (Sloane, 2004).

1) Siklus Ovarium

a) Fase Folikular

Pada fase ini ditandai dengan pembentukan folikel matang. Pada mulanya terdapat peningkatan hormone perangsang folikel (*Folicle-stimulating hormone*, FSH) dan LH (*Luteinizing Hormone*) disekresi dari hipofisis anterior. Kemudian folikel primer mulai mensekresi estrogen, tumbuh dan membentuk antrum. Folikel primer berubah menjadi folikel sekunder. Awalnya, peningkatan kadar estrogen plasma menghambat FSH dan LH melalui umpan balik negatif. Penurunan FSH ini cenderung menghambat perkembangan folikel selanjutnya kecuali folikel yang terpilih untuk ovulasi (Sloane, 2004). Seperti yang dikemukakan Sherwood (2012) bahwa umumnya hanya satu folikel primordial yang terus berkembang menjadi folikel de Graaf dan yang lainnya akan mengalami atresia. Di dalam folikel, oosit primer mulai menjalani proses pematangannya

Folikel tersebut mengandung sel-sel teka dan sel-sel granulosa. Sel-sel teka memiliki reseptor LH dan bereaksi terhadap rangsangan LH

dengan memproduksi androgen, terutama androstenedion dan testoteron. Sel-sel granulosa, yang terletak dibagian dalam folikel, adalah penghasil utama estrogen (Sherwood, 2012).

b) Fase Ovulasi

Ovulasi adalah pelepasan oosit dan sel-sel yang berkaitan dengannya ke dalam rongga tubuh agar dapat ditarik tuba uterine, berlangsung dalam 24 sampai 38 jam setelah puncak LH. Ovulasi terjadi antara hari ke-13 dan 15 sebelum menstruasi (Sloane, 2004).

c) Fase Luteal

Fase ini ditandai oleh keberadaan korpus luteum. LH merangsang ovulasi dan oosit yang matang. Tepat sebelum ovulasi, oosit primer selesai menjalani pembelahan meiosis pertama. Kadar estrogen yang tinggi kini menghambat produksi FSH, kemudian kadar estrogen mulai menurun. Setelah oosit terlepas dari folikel de Graaf, lapisan granulosa menjadi banyak mengandung pembuluh darah dan sangat terluteinisasi. Luteinisasi adalah perubahan sel-sel granulosa dan sel-sel teka menjadi sel-sel luteal dengan penambahan resptor-reseptor LH yang terjadi setelah ovulasi. Setelah luteinisasi, sel-sel luteal membuat dan mengeluarkan sejumlah besar progesteron dan sejumlah kecil estrogen, dan berubah menjadi korpus luteum (Sherwood, 2012).

2) Siklus Endometrium

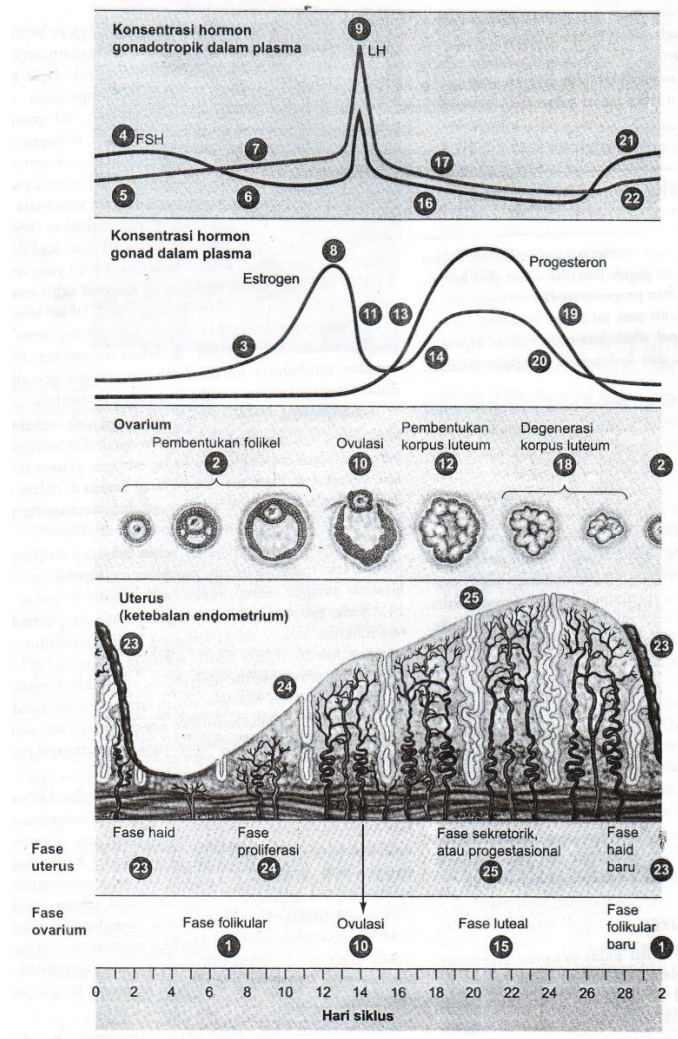
a) Fase Menstruasi

Jika ovum tidak dibuahi maka korpus luteum akan berdegenerasi dalam waktu 14 hari setelah pembentukannya. Akibatnya terjadi penurunan progesteron dan estrogen yang tajam sehingga menghilangkan perangsangan pada endometrium. Pada fase menstruasi ini ditandai dengan pengeluaran darah dan sisa endometrium melalui vagina, hanya lapisan tipis berupa sel epitel yang tertinggal di uterus. Darah ini tidak membeku karena adanya biokatalisator yang mencegah pembekuan darah. Banyaknya darah selama menstruasi kira-kira 50 sampai 150 ml (Sherwood, 2012).

b) Fase Proliferasi

Endometrium berespon terhadap estrogen dengan mengalami pembelahan mitosis yang cepat dan pembentukan struktur kelenjar. Setelah ovulasi, korpus luteum menghasilkan sejumlah besar progesteron, yang bekerja terhadap endometrium untuk membesarkan ukuran kelenjar-kelenjar pada endometrium. Segera setelah menstruasi, endometrium dalam keadaan tipis (kurang dari 1 mm) dan dalam stadium istirahat. Stadium ini berlangsung kira-kira 5 hari. Kadar estrogen yang meningkat dari folikel yang berkembang akan merangsang sel epitel endometrium untuk mulai tumbuh dan menebal mencapai 3 hingga 5 mm, kelenjar-kelenjar menjadi hipertropi dan berproliferasi, dan pembuluh darah menjadi banyak sekali. Fase proliferasi yang didominasi oleh

estrogen ini berlangsung dari akhir menstruasi hingga ovulasi. Kadar estrogen yang tinggi ini memicu lonjakan LH (Sherwood, 2012).



Gambar 1. Siklus Menstruasi

Sumber : Sherwood (2012)

3) Durasi Perdarahan

Durasi pengeluaran darah pada saat menstruasi bervariasi, paling sering adalah 4 sampai 6 hari. Perdarahan 2 sampai dengan 8 hari mungkin normal untuk seorang wanita. Jumlah darah yang dikeluarkan

selama periode normal jumlahnya berkisar antara 50 sampai 150 ml (Sherwood, 2012).

c. Perawatan Kebersihan Organ Genital Ketika Menstruasi

Secara umum, menjaga kebersihan organ genital merupakan hal yang penting bagi setiap orang. Perawatan yang dapat dilakukan pada saat menstruasi adalah (Surjadi, 2002):

- 1) Membersihkan bagian luar organ genital setiap buang air kecil atau pun buang air besar membasuh dari arah depan ke belakang.
- 2) Menggunakan air yang bersih untuk membersihkan organ genital.
- 3) Mengganti celana dalam dua kali sehari, memakai pakaian dalam berbahan katun untuk mempermudah penyerapan keringat.
- 4) Sesegera mungkin mengganti pembalut dan celana dalam jika merasa tidak nyaman atau mulai terasa lembab terutama pada hari-hari yang banyak mengeluarkan darah (hari pertama sampai ketiga), ini dikarenakan darah bisa menjadi media yang sesuai untuk kuman berkembang biak.
- 5) Hindari menggunakan sabun karena dapat mengganggu keseimbangan pH normal vagina. Hal tersebut dapat merusak perlindungan dari lapisan asam pada vagina dan dapat menyebabkan kekeringan serta iritasi kulit atau gatal (Gupte *et al.*, 2009).
- 6) Pada saat menstruasi, gunakan pembalut berbahan yang lembut, menyerap dengan baik, tidak mengandung bahan yang bisa membuat alergi (misalnya parfum atau gel) (Khusen, 2013).

Adapun kesalahan yang sering dilakukan saat pemakaian pembalut adalah;

- a) Membuka dan memasang pembalut tanpa mencuci tangan terlebih dahulu.
 - b) Menyimpan pembalut di tempat lembab seperti di kamar mandi.
 - c) Menggunakan pembalut yang sudah kadaluwarsa.
 - d) Pemilihan pembalut yang tidak mempertimbangkan kualitas pembalut (tidak memiliki daya serap tinggi).
 - e) Memakai pembalut yang mengandung bahan penghilang bau.
 - f) Pemakaian pembalut yang terlalu lama.
- 7) Pembalut perlu diganti sekitar 4 sampai 5 kali dalam sehari atau 4 jam sekali dalam sehari untuk menghindari pertumbuhan bakteri yang berkembang biak pada pembalut tersebut, dan menghindari masuknya bakteri tersebut ke dalam alat kelamin.
 - 8) Selalu mencuci tangan sebelum menyentuh alat kelamin
 - 9) Selalu gunakan celana dalam yang bersih dan terbuat dari bahan katun yang dapat menyerap keringat.
 - 10)Hindari penggunaan handuk milik orang lain untuk mengeringkan organ genital.
 - 11)Mencukur sebagian dari rambut kemaluan untuk menghindari kelembaban yang berlebihan di daerah organ genital.

12) Penggunaan produk yang mengandung pembunuh bakteri sebaiknya hanya digunakan untuk jangka pendek dan ketika ada masalah saja (Kissanti, 2003).

d. Pengertian Menarche

Menstruasi pertama adalah permulaan dari serangkaian pengeluaran darah, lendir dan jaringan sel yang hancur dari uterus secara berkala yang kira - kira terjadi setiap 28 hari (Hurlock, 2005). Menstruasi pertama disebut dengan *menarche* terjadi pada fase akhir dari perkembangan wanita dan mengindikasikan bahwa ovulasi telah terjadi (Papalia, 2008). Menurut Suryani (2008), peristiwa paling penting pada masa pubertas remaja putri ialah gejala menstruasi atau haid, yang menjadi pertanda biologis dari kematangan seksual. Pada masa-masa ini terjadi bermacam-macam peristiwa, yaitu : reaksi hormonal, reaksi biologis dan reaksi psikis, proses-proses somatis atau psikis yang berlangsung secara siklis, dan terjadi pengulangan secara periodik peristiwa menstruasi.

Menarche atau menstruasi yang pertama kali terjadi pada seorang wanita umumnya terjadi pada usia 10-16 tahun (Proverawati, 2009).

e. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Menarche

Menurut Wiknjosastro (2005) faktor-faktor yang mempengaruhi menarche ada 3 tahap yaitu sebagai berikut:

1) Faktor Keturunan

Usia *menarche* ibu kemungkinan berhubungan dengan usia *menarche* siswi karena adanya faktor genetik yang berperan pada percepatan usia *menarche*. Hal ini di buktikan oleh Laily (2013) dalam penelitiannya

2) Keadaan Gizi

Makin baiknya nutrisi mempercepat usia *menarche* pada remaja putri. Aryati (2008) mengatakan bahwa anak perempuan dengan jaringan lemak yang lebih banyak, lebih cepat mengalami *menarche*.

3) Kesehatan umum

Badan yang lemah atau penyakit yang diderita seorang remaja putri seperti penyakit kronis, terutama yang mempengaruhi asupan makanan dan oksigenasi jaringan dapat memperlambat *menarche*, demikian pula obat-obatan.

f. Perubahan Fisik Yang Terjadi Pada Waktu Menarche

Menurut Widyatuti (2011), perubahan fisik yang terjadi pada waktu *menarche* adalah:

- 1) Rambut tumbuh di ketiak dan sekitar alat kelamin. Rambut juga tumbuh sedikit lebih banyak di lengan dan tungkai
- 2) Tulang pinggul membesar
- 3) Payudara yang membesar
- 4) Kulit menjadi lebih tebal dan pori-pori membesar

- 5) Kelenjar lemak dan kelenjar keringat menjadi lebih aktif
- 6) Otot semakin membesar dan kuat

3. Remaja

a. Pengertian Remaja

Remaja adalah suatu periode tertentu yang cukup penting dalam kehidupan seseorang. Di negara-negara barat, istilah remaja “adolescere” (kata bendanya *adolescentia* = remaja), yang berarti tumbuh menjadi dewasa atau dalam perkembangan menjadi dewasa (Desmita, 2006). Remaja juga diartikan sebagai masa peralihan dari anak-anak menjadi dewasa yang dimulai dari bekerjanya kelenjar-kelenjar kelamin sampai akan memasuki dewasa (Desmita, 2011).

Masa remaja merupakan salah satu periode 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 masyarakat dan budaya masa remaja pada umumnya dimulai pada usia 10 - 13 tahun dan berakhir pada usia 18 - 22 tahun. Sedangkan menurut World Health Organization (WHO) remaja merupakan individu yang sedang mengalami masa peralihan yang secara berangsur - angsur mencapai kematangan seksual, mengalami perubahan jiwa kanak - kanak menjadi dewasa, dan mengalami perubahan keadaan ekonomi dari ketergantungan menjadi relatif mandiri (Notoatmodjo, 2007).

Sedangkan Hurlock (2005) mendefinisikan remaja berdasarkan pengertian tata bahasa. Istilah adolescence berarti tumbuh menjadi dewasa, selanjutnya Peaget (dalam Hurlock, 2005) mengatakan bahwa istilah adolescence memiliki arti luas mencakup kematangan mental emosional, sosial dan fisik.

Selanjutnya World Health Organization (WHO) pada tahun 1974 dalam Sarwono (2008) mendefinisikan remaja adalah suatu masa :

- 1) Individu berkembang dari saat pertama kali menunjukkan tanda-tanda seksual sekundernya sampai saat ia mencapai kematangan seksual.
- 2) Individu mengalami perkembangan psikologik dan pola identifikasi dari kanak-kanak menjadi dewasa.
- 3) Terjadinya peralihan dari ketergantungan sosial ekonomi yang penuh kepada keadaan yang relatif lebih mandiri.

Menurut Widyastuti (2011) berdasarkan sifat atau ciri perkembangannya, masa (rentang waktu) remaja ada tiga tahap yaitu :

- 1) Masa remaja awal (10-12 tahun)
- 2) Masa remaja tengah (13-15 tahun)
- 3) Masa remaja akhir (16-19 tahun)

b. Perubahan Fisik Pada Remaja

Menurut Sarwono (2008), urutan perubahan-perubahan fisik sebagai berikut:

- 1) Pertumbuhan tulang-tulang (badan menjadi tinggi, anggota-anggota badan menjadi panjang). Pinggul pun menjadi berkembang, membesar

dan membulat. Hal ini sebagai akibat membesarnya tulang pinggul dan berkembangnya lemak di bawah kulit (Widyastuti, 2011).

- 2) Pertumbuhan payudara, seiring pinggul membesar, maka payudara juga membesar dan puting susu menonjol. Hal ini terjadi secara harmonis sesuai pula dengan berkembang dan makin besarnya kelenjar susu sehingga payudara menjadi lebih besar dan lebih bulat (Widyastuti, 2011).
- 3) Tumbuh rambut yang halus dan lurus berwarna gelap di kemaluan. Rambut kemaluan yang tumbuh ini terjadi setelah pinggul dan payudara mulai berkembang (Widyastuti, 2011).
- 4) Mencapai pertumbuhan ketinggian badan yang maksimal setiap tahunnya.
- 5) Rambut kemaluan menjadi keriting
- 6) Haid
- 7) Tumbuh rambut diketiak

c. Perubahan Psikologi Pada Remaja

Sensitif atau peka misalnya mudah menangis, cemas, frustrasi dan sebaliknya bisa tertawa tanpa alasan yang jelas. Utamanya sering terjadi pada remaja putri, terlebih sebelum menstruasi. Mudah bereaksi bahkan agresif terhadap gangguan atau rangsangan luar yang mempengaruhinya. Ada kecenderungan tidak patuh pada orang tua (Widyastuti, 2011).

4. Kesiapan Psikologis Menghadapi Menarche

Kesiapan berasal dari kata “siap” mendapat awalan ke- dan akhiran -an. Dalam kamus besar Bahasa Indonesia (2003) kesiapan adalah suatu keadaan bersiap-siap untuk mempersiapkan sesuatu.

Kesiapan menghadapi *menarche* adalah keadaan yang menunjukkan bahwa seseorang siap untuk mencapai salah satu kematangan fisik yaitu datangnya *menarche*, yang keluar dari tempat khusus wanita. Umumnya terjadi pada usia sepuluh sampai enam belas tahun, yang terjadi secara periodik (pada waktu tertentu) dan siklik (berulang-ulang). Hal ini ditandai dengan adanya pemahaman yang mendalam tentang proses menstruasi sehingga siap menerima dan mengalami *menarche* sebagai proses yang normal (Fajri, 2011).

Manifestasi psikologis yang bermacam-macam seperti cemas, takut merupakan salah satu bukti bahwa kurang kesiapan remaja putri dalam menghadapi masalah reproduksi seperti menstruasi pertama.

Kesiapan menghadapi menstruasi dilihat dari kemampuan (skil) menghadapi menstruasi. Dalam menjaga kebersihan (mengganti pembalut, membersihkan kelamin). Kesiapan dilihat dari segi sosial atau kemampuan menyesuaikan diri, subjek sadar dengan harus rajin ibadah, patuh kepada orang tua dan mandiri dan harus hati-hati dalam bergaul serta sikap menghadapi *menarche* tersebut (Nurgaini, 2003). Menurut Yusuf dalam Fajri (2011) ada tiga aspek mengenai kesiapan, yaitu:

- a. Aspek Pemahaman, yaitu kondisi saat seseorang mengerti dan mengetahui kejadian yang dialaminya bisa dijadikan sebagai salah satu jaminan bahwa dia akan merasa siap menghadapi hal-hal yang terjadi.
- b. Aspek Penghayatan, yaitu sebuah kondisi psikologis saat seseorang siap secara alami bahwa segala hal yang terjadi secara alami akan menimpa hampir semua orang adalah sesuatu yang wajar, normal, dan tidak perlu dikhawatirkan.
- c. Aspek Kesiediaan, yaitu suatu kondisi psikologis dimana seseorang sanggup atau rela untuk berbuat sesuatu sehingga dapat mengalami secara langsung segala hal yang seharusnya dialami sebagai salah satu proses kehidupan.

Selain aspek-aspek diatas, kesiapan juga dipengaruhi oleh beberapa faktor. Faktor-faktor yang mempengaruhi kesiapan anak dalam menghadapi *menarche* (Jayanti, 2011).

- a. Usia

Usia adalah satuan waktu yang mengukur waktu keberadaan suatu benda atau makhluk, diukur mulai saat dia lahir. Hubungan usia siswa terhadap kesiapan menghadapi *menarche* menurut Suryani dan Widyasih (2008), semakin muda usia siswa, maka semakin ia belum siap untuk menerima peristiwa haid, sehingga *menarche* dianggap sebagai gangguan yang mengejutkan. Selain itu *menarche* yang terjadi sangat awal, dalam artian siswa tersebut masih sangat muda usianya, dan

kedisiplinan diri dalam hal kebersihan badan masih kurang, seperti mandi masih harus dipaksakan oleh orang lain, padahal sangat penting menjaga kebersihan saat haid. Sehingga pada akhirnya, *menarche* dianggap oleh anak sebagai satu beban baru yang tidak menyenangkan.

b. Sumber informasi

Yang dimaksud sumber informasi disini adalah sumber-sumber yang dapat memberikan informasi tentang *menarche* kepada siswi. Sumber informasi ini dipengaruhi oleh lingkungan perkembangannya. Lingkungan perkembangan yang diterima siswa menurut Yusuf (2011) dapat diperoleh dari:

1) Keluarga

Dalam arti luas, keluarga meliputi semua pihak yang ada hubungan darah atau keturunan yang dapat dibandingkan dengan marga. Dalam arti sempit, keluarga meliputi orang tua dan anak.

Menurut Suryani dan Widyasih (2008), jika peristiwa *menarche* tersebut tidak disertai dengan informasi-informasi yang benar maka akan timbul beberapa gangguan-gangguan antara lain berupa: pusing, mual, haid tidak teratur.

2) Lingkungan sekolah

Sekolah merupakan lembaga pendidikan formal yang secara sistematis melaksanakan program bimbingan, pengajaran, dan latihan dalam rangka membantu siswa agar mampu mengembangkan

potensinya, baik menyangkut aspek moral spiritual, intelektual, emosional maupun sosial.

3) Kelompok Teman Sebaya

Kelompok teman sebaya sebagai lingkungan sosial bagi remaja (siswi) mempunyai peranan yang cukup penting bagi perkembangan kepribadiannya. Peranan itu semakin penting, terutama pada saat terjadinya perubahan dalam struktur masyarakat pada beberapa dekade terakhir ini

Pengaruh kelompok teman sebaya terhadap remaja itu ternyata berkaitan dengan iklim keluarga remaja itu sendiri. Remaja yang memiliki hubungan yang baik dengan orang tuanya cenderung dapat menghindarkan diri dari pengaruh negatif teman sebayanya, dibandingkan dengan remaja yang hubungan dengan orang tuanya kurang baik. Selain itu hubungan orang tua dan remaja yang baik dapat melindungi remaja tersebut dari pengaruh teman sebaya yang tidak baik.

c. Sikap

Sikap merupakan reaksi atau respon seseorang yang masih tertutup terhadap suatu stimulasi atau obyek. Manifestasi sikap itu tidak dapat langsung dilihat, tetapi hanya dapat ditafsirkan terlebih dahulu dari perilaku yang tertutup. Sikap itu merupakan kesiapan atau kesediaan untuk bertindak dan bukan merupakan pelaksana motif tertentu (Notoatmodjo, 2007).

B. Kerangka Berpikir

Di Indonesia jumlah remaja termasuk sangat besar dibandingkan dengan Negara lain. Masa remaja ini merupakan masa yang penting dalam perkembangan bagi setiap orang. Karena merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak menuju dewasa yang melibatkan perubahan berbagai aspek seperti biologis, psikologis, dan sosial budaya.

Masa peralihan ini disertai periode pematangan organ reproduksi manusia yang sering disebut masa pubertas. Salah satu cirinya adalah mulai mampu menghasilkan sperma pada anak laki-laki dan mulai menstruasi pada perempuan,

Menstruasi pertama (*menarche*) terjadi pada saat seorang perempuan menginjak remaja pada usia 12 – 16 tahun. Namun sekarang ini remaja putri mengalami *menarche* lebih awal. Hal ini dapat dikarenakan faktor nutrisi yang dikonsumsi dan juga faktor hormonal.

Menstruasi pertama (*menarche*) merupakan peristiwa penting yang terjadi pada masa remaja. Remaja yang akan mengalami *menarche* membutuhkan kesiapan mental yang baik. Hal ini dikarenakan perubahan yang terjadi pada saat *menarche* menyebabkan remaja menjadi canggung.

Rasa ketakutan dan kecemasan merupakan salah satu manifestasi psikologis yang membuktikan bahwa kurangnya kesiapan mental remaja putri dalam menghadapi masalah-masalah reproduksi termasuk menstruasi pertama. Selain masalah psikologis, akan timbul masalah fisik

seperti kurangnya menjaga kebersihan organ reproduksi yang dapat menyebabkan gangguan atau penyakit pada organ reproduksi. Pada masa ini, pengetahuan yang diperoleh mengenai menstruasi akan mempengaruhi persepsi remaja tentang *menarche*.

Berdasarkan penjelasan diatas, dapat diindikasikan bahwa pengetahuan berpengaruh terhadap kesiapan remaja putri dalam menghadapi *menarche*. Oleh karena itu penelitian bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan remaja putri dalam menghadapi *menarche*.

C. Perumusan Hipotesis

Dalam penelitian ini hipotesis penelitian dirumuskan sebagai berikut “Terdapat hubungan yang positif antara pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan remaja putri dalam menghadapi *menarche*”.

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Tujuan Operasional Penelitian

Tujuan operasional dalam penelitian ini adalah untuk mengukur kekuatan hubungan antara pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan menghadapi *menarche*.

B. Tempat dan Waktu Penelitian

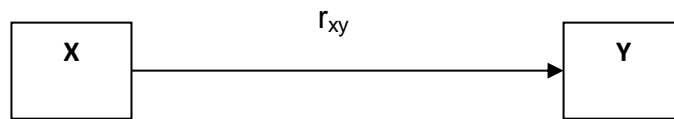
Penelitian ini dilakukan di Sekolah Dasar Negeri 01, 05 dan 13 Lubang Buaya, Jakarta Timur pada bulan Mei sampai Juni 2015

C. Metode dan Desain Penelitian

Metode penelitian yang digunakan adalah deskriptif dengan teknik survei melalui studi korelasional. Variabel yang diteliti adalah pengetahuan tentang menstruasi dan kesiapan menghadapi *menarche*. Pengetahuan tentang menstruasi adalah variabel bebas (X) dan kesiapan remaja putri menghadapi *menarche* adalah variabel terikat (Y).

D. Desain Penelitian

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini dengan satu variabel bebas dan satu variabel terikat. Desain tersebut dapat digambarkan sebagai berikut:



Keterangan:

X : Pengetahuan tentang menstruasi..

Y : Kesiapan remaja putri menghadapi *menarche*.

r_{xy} : Koefisien korelasi populasi antara pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan remaja putri menghadapi *menarche*.

E. Populasi dan Sampel

Populasi target pada penelitian ini adalah seluruh siswa sekolah dasar negeri 01 dan 05 Lubang Buaya, Jakarta Timur. Populasi terjangkaunya adalah seluruh siswi kelas 5 dan 6 pada sekolah dasar negeri 01 dan 05 Lubang Buaya, Jakarta Timur. Pengambilan sampel pada peneliti ini menggunakan metode *teknik sampling* berupa purposive sampling, yaitu pengambilan sampel berdasarkan kriteria tertentu dari populasi yang ada. Adapun yang termasuk kriteria inklusi adalah: bersedia dijadikan responden, belum pernah menstruasi dan usia 10 - 12 tahun. Sedangkan yang termasuk kriteria eksklusi antara lain tidak masuk sekolah, sudah menstruasi. Penentuan jumlah sampel dilakukan dengan teknik *total sampling*. Sampel dalam penelitian ini adalah seluruh siswi SDN 01 pagi yang belum pernah menstruasi yaitu 47 siswi dan seluruh siswi SDN 05 pagi yang belum pernah menstruasi sebanyak 51 siswi.

F. Teknik Pengumpulan Data

Pengambilan data pengetahuan menstruasi dan kesiapan menghadapi *menarche* dilakukan dengan pemberian kuesioner melalui *paper and pencil test*.

G. Instrumen Penelitian

1. Pengetahuan Menstruasi

a. Kisi-Kisi Instrumen Tes Pengetahuan Menstruasi

Instrumen atau alat ukur data yang digunakan dalam penelitian adalah kuesioner (Arikunto, 2009). Alat ukur yang digunakan dalam penelitian adalah instrumen berupa tes pengetahuan tentang menstruasi menggunakan bentuk tes pilihan ganda dengan empat pilihan jawaban. Penilaian yang digunakan dalam tes pengetahuan tentang menstruasi adalah dengan penskoran, skor yang diberikan yaitu 1 untuk jawaban benar dan 0 untuk jawaban salah.

Kisi-kisi instrumen pengetahuan tentang menstruasi terdiri dari dimensi pengetahuan menurut Anderson (2001) dan aspek pengetahuan tentang menstruasi yang telah dimodifikasikan kembali yang disesuaikan dengan keperluan penelitian dengan dasar konsep teorinya dari kuisisioner yang disusun oleh Modjo (2013), dapat dilihat pada Tabel 1. Kemudian hasil dari instrumen tersebut diinterpretasikan kedalam sebuah skor, seperti pada tabel 2.

Tabel 1. Kisi-Kisi Instrumen Pengetahuan Menstruasi

Indikator Pengetahuan Menstruasi	Dimensi Pengetahuan			Jumlah
	Butir Soal			
	Faktual	Konseptual	Prosedural	
Definisi dan Siklus Menstruasi	1, 2, 3*, 4, 7*, 21*	8*, 20, 27*, 28*, 36	19, 25, 26*	14
Sindrom sebelum menstruasi	9, 10*, 12*, 23	5*, 22, 31	11, 32, 33*	10
Perawatan Menstruasi	6*, 18, 24, 30	16, 17, 29, 35	13, 14, 15*, 34,	12
Total	13	13	10	36

Sumber : Anderson (2001) dan Modjo (2013)

Keterangan: tanda (*) merupakan butir soal yang tidak valid

Tabel 2. Kriteria interpretasi skor tingkat pengetahuan tentang menstruasi

Persentase	Interpretasi
81% - 100%	Sangat Tinggi
61% - 80%	Tinggi
41% - 60%	Cukup
21% - 40%	Rendah
0% - 20%	Sangat Rendah

Sumber : Arikunto (2009)

2. Kesiapan Menghadapi *Menarche*

a. Kisi-Kisi Instrumen Tes Kesiapan Menghadapi *Menarche*

Kuesioner kesiapan menghadapi *menarche* terdiri dari indikator kesiapan menurut Yusuf dalam Fajri (2011) yang dapat dilihat pada Tabel

3. Instrumen kesiapan menghadapi *menarche* ini menggunakan kesioner

dengan skala *Guttman* yang terdiri dari 2 kategori yaitu: S (Setuju) dan TS (Tidak Setuju). Untuk pernyataan positif, maka S bernilai 1 dan TS bernilai 0. Untuk pernyataan negatif, maka S bernilai 0 dan TS bernilai 1. Kemudian hasil dari instrumen tersebut diinterpretasikan kedalam sebuah skor, seperti pada tabel 4.

Tabel 3. Kisi-Kisi Instrumen Kesiapan Menghadapi *Menarche*

Indikator Kesiapan Menghadapi <i>Menarche</i>	Indikator Menstruasi		Jumlah
	Positif	Negatif	
Pemahaman	1, 10, 18*, 21, 25*	2, 3*, 17, 19*, 27	10
Penghayatan	4*, 15*, 16, 26	6*, 7*, 11, 20	8
Kesediaan	8*, 9*, 12, 22, 23*, 24	5, 13, 14, 28, 29, 30	12
Total	15	15	30

Sumber : Yusuf dalam Fajri (2011)

Keterangan : tanda (*) merupakan butir soal yang tidak valid

Tabel 4. Kriteria interpretasi skor kesiapan remaja putri menghadapi *menarche*

Persentase	Interpretasi
81% - 100%	Sangat Tinggi
61% - 80%	Tinggi
41% - 60%	Cukup
21% - 40%	Rendah
0% - 20%	Sangat Rendah

Sumber : Arikunto (2009)

3. Uji Instrumen

a. Validitas Instrumen

Validitas instrumen adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat kesahihan suatu instrumen (Arikunto, 2009). Instrumen dikatakan valid jika instrumen tersebut dapat digunakan untuk mengukur apa yang seharusnya diukur. Untuk mengukur kedua validitas instrumen dalam penelitian ini menggunakan validitas isi.

Analisis validitas instrumen pengetahuan dan instrumen kuesioner kesiapan dilakukan dengan menggunakan rumus korelasi poin biserial dengan taraf signifikansi $\alpha = 0,05$ (Arikunto, 2009).

Pengujian validitas dilakukan kepada siswi yang belum mengalami *menarche* di SDN 13 Lubang Buaya. Berdasarkan pengujian validitas tersebut diperoleh bahwa instrumen pengetahuan yang valid adalah 23 soal dari total 36 soal, sedangkan instrumen kesiapan yang valid adalah 19 soal dari total 30 soal.

b. Reliabilitas Instrumen

Reliabilitas menunjuk pada suatu pengertian bahwa suatu instrumen cukup dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data karena instrumen tersebut sudah baik (Arikunto, 2009). Koefisien reliabilitas instrumen pengetahuan dan kesiapan pada penelitian ini dihitung dengan rumus Kuder-Richardson-20 (KR-20) (Riduwan, 2009).

H. Prosedur Penelitian

Secara umum prosedur penelitian yang dilakukan terbagi menjadi tiga tahap yaitu, tahap persiapan, tahap pelaksanaan, dan tahap akhir.

1. Tahap Persiapan
 - a. Mengadakan observasi ke tempat penelitian.
 - b. Mempersiapkan instrumen penelitian berdasarkan kisi-kisi yang telah dibuat.
 - c. Melakukan uji validitas dan uji reliabilitas instrumen penelitian.
 - d. Mengolah data validitas dan reliabilitas instrumen penelitian.
2. Tahap Pelaksanaan
 - a. Memberikan instrumen penelitian berupa kuesioner kepada responden di Sekolah Dasar Negeri 01 dan 05 pagi, Lubang Buaya, Jakarta Timur.
3. Tahap Akhir
 - a. Mengolah data skor pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan menghadapi *menarche*.
 - b. Melakukan analisis data hubungan antar pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan remaja putri menghadapi *menarche*.

I. Hipotesis statistik

Perumusan hipotesis statistik untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan remaja putri menghadapi *menarche* adalah sebagai berikut:

$$H_0 : \rho_{xy12} = 0$$

$$H_1 : \rho_{xy12} > 0$$

Keterangan:

H_0 : Tidak terdapat hubungan pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan remaja putri menghadapi *menarche*

H_1 : Terdapat hubungan positif pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan remaja putri menghadapi *menarche*.

ρ_{xy12} : Koefisien korelasi populasi antara pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan remaja putri menghadapi *menarche*.

J. Teknik Analisis Data

Data yang diuji antara lain adalah pengetahuan dan kesiapan siswi. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini meliputi dua uji utama, yaitu uji prasyarat dan uji hipotesis yang dilakukan dengan program aplikasi SPSS (*Statistical Package for the Social Sciences*) versi 16.

1. Uji prasyarat analisis data

Sebelum dilakukan pengujian hipotesis, terlebih dahulu dilakukan pengujian prasyarat analisis data yaitu uji normalitas dan uji homogenitas. Uji normalitas data dilakukan bertujuan mengetahui normal tidaknya distribusi data dengan menggunakan uji *Kolmogorov-Smirnov* pada taraf signifikansi $\alpha = 0,05$ dan kriteria: terima H_0 jika proporsi (p) lebih besar dari 0,05 dan tolak H_0 jika p lebih kecil dari 0,05. Sementara itu, uji homogenitas bertujuan untuk mengetahui apakah sampel berasal dari populasi dengan variansi yang sama (homogen). Uji homogenitas dilakukan menggunakan uji *Levene* pada taraf signifikansi $\alpha = 0,05$

dengan kriteria: terima H_0 jika nilai signifikansi (p) lebih besar dari 0,05 dan tolak H_0 jika p lebih kecil dari 0,05.

Apabila uji prasyarat ini terpenuhi maka pada pengujian selanjutnya digunakan pengujian Parametrik yaitu menggunakan *Pearson Product Moment* apabila uji prasyarat tidak terpenuhi maka pengujian selanjutnya harus menggunakan pengujian Non-Parametrik. Pada penelitian ini pengujian Non-Parametrik yang dapat digunakan adalah pengujian menggunakan rumus *Spearman Rank* yang bertujuan untuk mengetahui derajat hubungan antar variabel.

Berdasarkan perhitungan diperoleh bahwa baik nilai pengetahuan maupun kesiapan, keduanya tidak memiliki distribusi data yang normal. Namun, berdasarkan pengujian homogenitas diperoleh hasil bahwa variansi data dalam penelitian ini adalah homogen.

2. Uji hipotesis

Setelah dilakukan uji normalitas dan uji homogenitas langkah berikutnya adalah pengujian hipotesis. Oleh karena data yang diperoleh tidak berdistribusi normal, maka pengujian selanjutnya digunakan pengujian Non-Parametrik yaitu *Spearman Rank*.

Uji hipotesis yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji regresi, uji korelasi *Spearman Rank*, dan perhitungan koefisien determinasi. Uji regresi dengan menggunakan model regresi sederhana bertujuan mengetahui hubungan fungsional antara dua variabel dan diikuti

oleh uji linieritas untuk menguji kelinieran persamaan regresi tersebut. Selanjutnya, uji korelasi *Spearman Rank* dengan menghitung r_{xy} pada $\alpha = 0,05$ yang bertujuan mengetahui derajat hubungan antara dua variabel tersebut dan signifikansi hubungannya. Perolehan nilai r_{xy} akan menunjukkan kekuatan hubungan antara dua variabel dengan melihat kriteria koefisien korelasi yang terdapat pada Tabel 5.

Tabel 5. Kriteria Koefisien Korelasi

Interval Koefisien	Kriteria Kekuatan Hubungan
0,00 – 0,199	Sangat Rendah
0,20 – 0,399	Rendah
0,40 – 0,599	Sedang
0,60 – 0,799	Kuat
0,80 – 1,000	Sangat Kuat

Sumber : Riduwan (2009)

Uji hipotesis yang terakhir adalah perhitungan koefisien determinasi ($r_{xy}^2 \times 100\%$) yang bertujuan mengetahui besarnya kontribusi variabel X (pengetahuan tentang menstruasi) terhadap variabel Y (kesiapan menghadapi *menarche*).

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

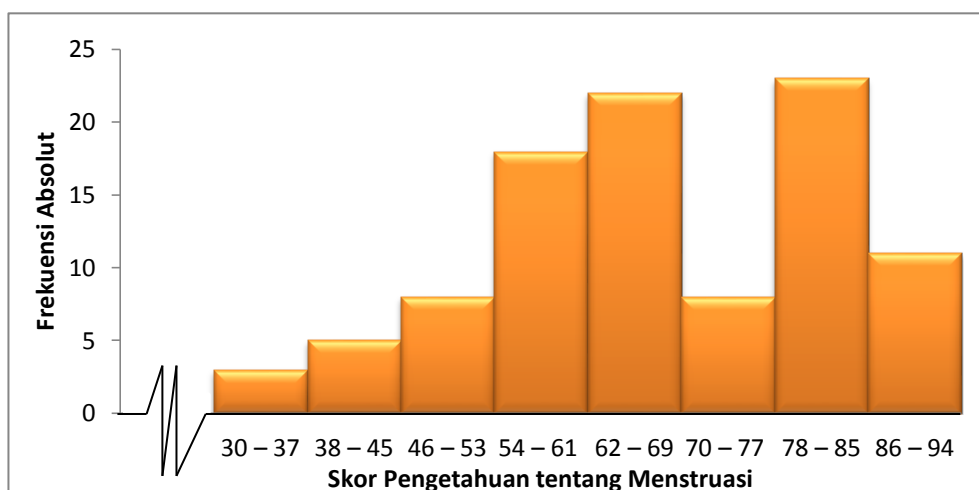
A. Hasil Penelitian

Penelitian dilakukan bulan Mei sampai Juni 2015 dengan 98 responden. Hasil yang diperoleh mengenai pengetahuan tentang menstruasi berupa kuesioner dan data kesiapan menghadapi *menarche* berupa kuesioner. Berdasarkan hasil perhitungan diperoleh data sebagai berikut:

1. Deskripsi Data

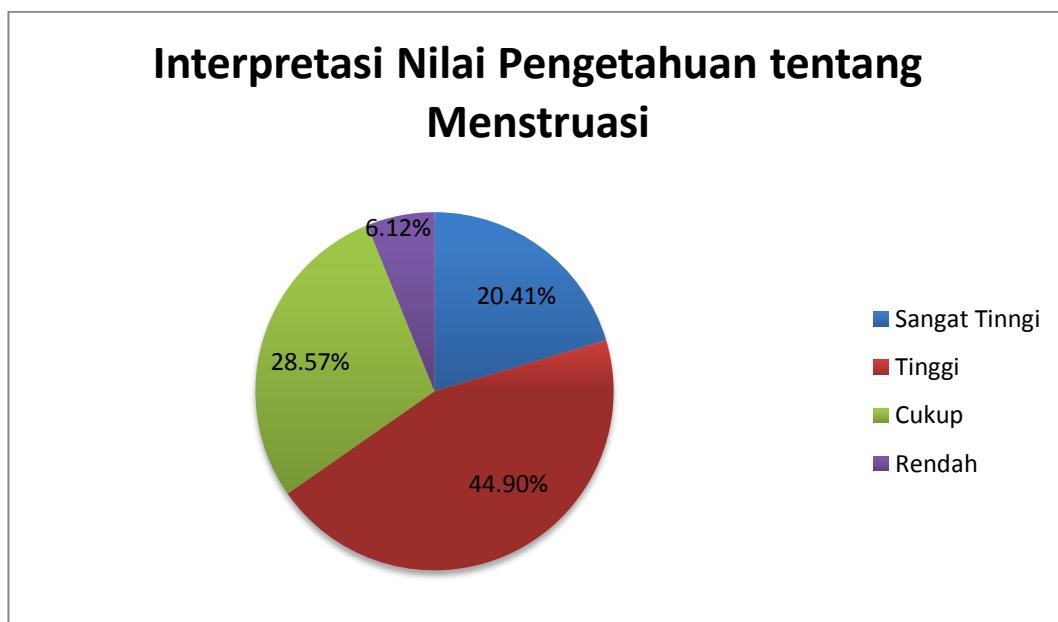
a. Pengetahuan tentang Menstruasi

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, rata-rata nilai pengetahuan tentang menstruasi adalah 68,45 dengan nilai tertinggi 95,65 dan nilai terendah 30,43 (Lampiran 11). Distribusi frekuensi pengetahuan tentang menstruasi ditunjukkan pada Gambar 2. Nilai yang memiliki frekuensi terbesar berada pada interval kelas dengan nilai 78 – 85 sebanyak 23 responden. Distribusi ini dapat dilihat pada Gambar 2.



Gambar 2. Nilai Pengetahuan tentang Menstruasi

Sebanyak 20 responden (20,41%) memiliki kriteria pengetahuan tentang menstruasi yang sangat tinggi, sebanyak 44 responden (44,90%) memiliki kriteria pengetahuan tentang menstruasi yang tinggi, sebanyak 28 responden (28,57%) memiliki kriteria pengetahuan tentang menstruasi yang cukup, dan sebanyak 6 responden (6,12%) memiliki kriteria pengetahuan tentang menstruasi yang rendah. Interpretasi pengetahuan ini dapat dilihat pada Gambar 3.

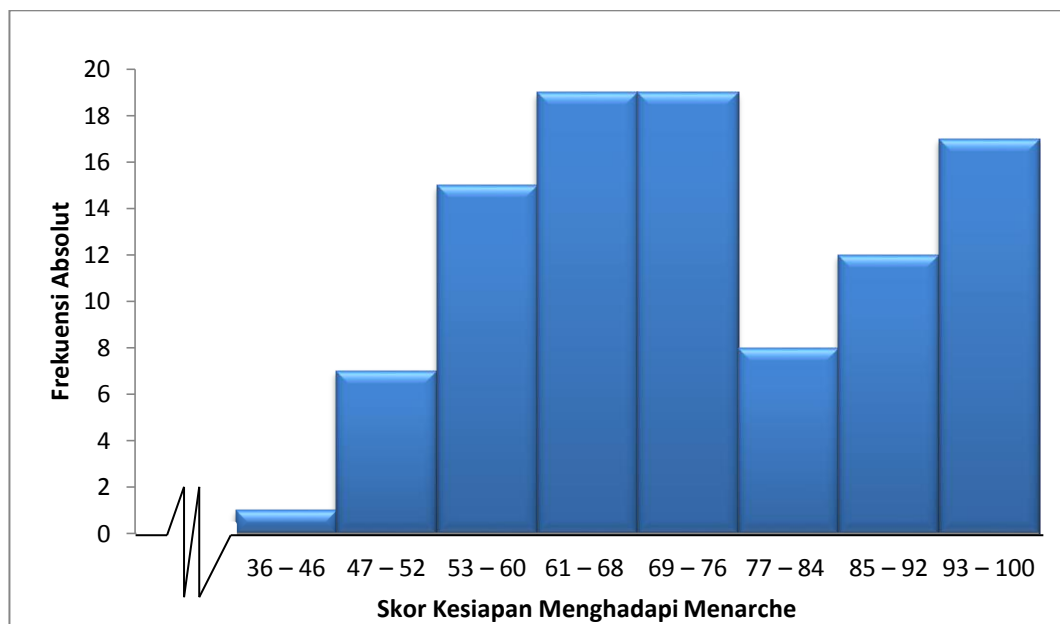


Gambar 3. Interpretasi Nilai Pengetahuan tentang Menstruasi

b. Kesiapan Menghadapi *Menarche*

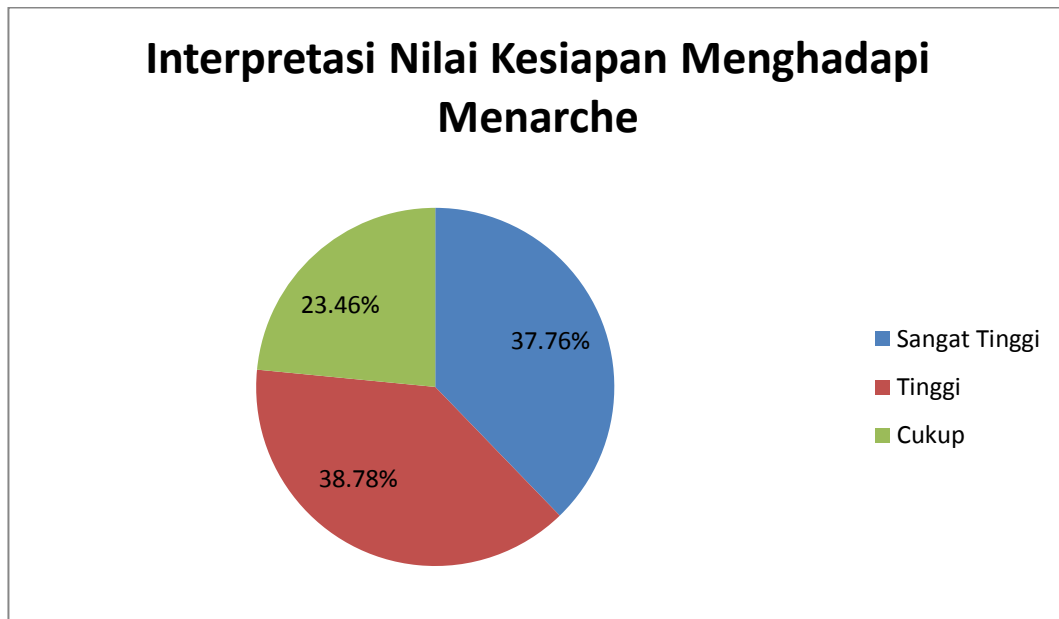
Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, rata-rata nilai kesiapan remaja putri menghadapi *menarche* adalah sebesar 74,17 dengan nilai tertinggi sebesar 100,00 dan nilai terendah sebesar 43,75 (Lampiran 12). Distribusi frekuensi nilai kesiapan remaja putri menghadapi *menarche* ditunjukkan pada Gambar 4. Nilai yang memiliki frekuensi

terbesar berada pada interval kelas dengan nilai 61 – 68 sebanyak 19 responden dan nilai 69 – 76 sebanyak 19 responden.



Gambar 4. Nilai Kesiapan menghadapi Menarche

Sebanyak 37 responden (37,76%) memiliki kriteria kesiapan menghadapi *menarche* yang sangat tinggi, sebanyak 38 responden (38,78%) memiliki kriteria kesiapan menghadapi *menarche* yang tinggi, dan sebanyak 23 responden (23,46%) memiliki kriteria kesiapan menghadapi *menarche* yang cukup. Interpretasi pengetahuan ini dapat dilihat pada Gambar 5.



Gambar 5. Interpretasi Nilai Kesiapan Menghadapi *Menarche*

2. Pengujian Prasyarat

a. Uji Normalitas

Pengujian normalitas dilakukan dengan menggunakan uji *Kolmogorov-Smirnov* pada $\alpha = 0,05$ pada program SPSS16.0. Pada pengujian skor pengetahuan diketahui bahwa nilai signifikansi (p) = 0,007 lebih kecil dari pada taraf signifikansi (α) yang berarti tolak H_0 pada $\alpha = 0,05$. Hal ini menunjukkan data populasi tidak berdistribusi normal (Lampiran 13).

Uji *Komolgorov-Smirnov* pada skor kesiapan remaja putri menghadapi *menarche* menunjukkan nilai signifikansi (p) = 0,004 lebih kecil dari taraf signifikansi 0,05 yang berarti tolak H_0 pada $\alpha = 0,05$. Hal ini menunjukkan data populasi tidak berdistribusi normal (Lampiran 13).

Berdasarkan uji normalitas diperoleh kedua variabel yaitu pengetahuan dan kesiapan memiliki data populasi yang tidak berdistribusi normal, maka untuk uji hipotesis digunakan pengujian Non-Parametrik.

b. Uji Homogenitas

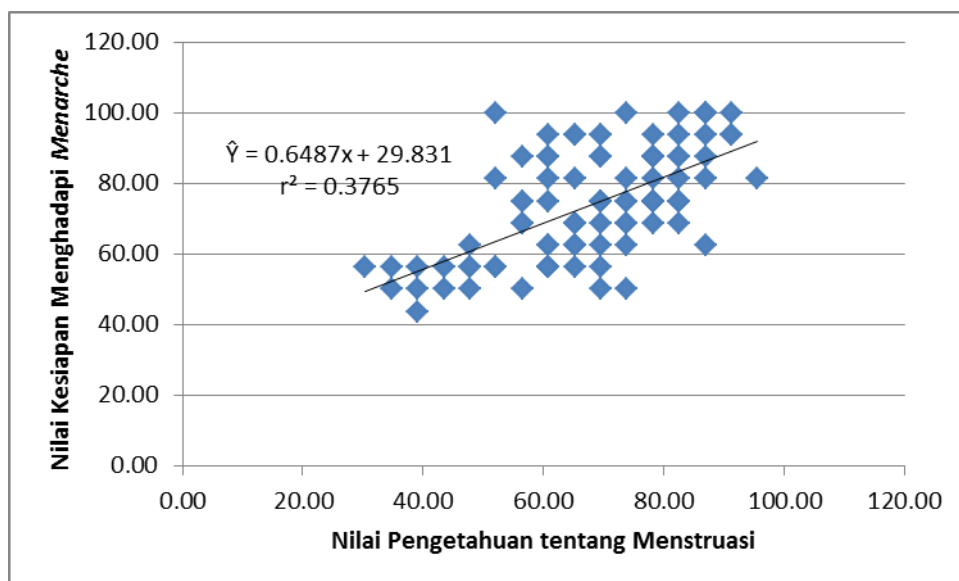
Uji Homogenitas data penelitian dilakukan dengan uji *Levene* pada aplikasi SPSS 16.0. Diperoleh hasil bahwa nilai signifikansi (p) $> \alpha$ yakni $0,383 > 0,05$ maka terima H_0 yang menunjukkan data populasi homogen (Lampiran 13).

3. Pengujian Hipotesis

a. Uji Regresi dan Linieritas

Uji linieritas regresi data pengetahuan tentang menstruasi dan kesiapan remaja putri menghadapi *menarche* dilakukan menggunakan uji F pada taraf signifikansi 0,05. Untuk uji linieritas diperoleh bahwa nilai signifikansi (p) = 0,000 lebih kecil dari (α) 0,05 maka tolak H_0 yang berarti data tersebut kelinierannya terpenuhi. Hasil perhitungan pada uji regresi diperoleh nilai signifikansi (p) $< \alpha$, yaitu $0,000 < 0,05$ maka tolak H_0 yang berarti data tersebut signifikan. Perhitungan yang telah dilakukan dengan menggunakan analisis linieritas regresi terhadap data pengetahuan tentang menstruasi (X) dengan kesiapan remaja putri menghadapi *menarche* (Y) menghasilkan model persamaan regresi yang dirumuskan sebagai berikut : $\hat{Y} = 29,831 + 0,649X$. Model ini menunjukkan bahwa nilai

X (variabel pengetahuan tentang menstruasi) akan mempengaruhi nilai Y variabel (kesiapan remaja putri menghadapi *menarche*). Model persamaan regresi $\hat{Y} = 29,831 + 0,649X$ menunjukkan bahwa untuk setiap kenaikan pengetahuan tentang menstruasi (X) sebesar satu skor atau satu unit, diharapkan terjadi kenaikan kesiapan remaja putri menghadapi *menarche* (Y) sebesar 0,649 unit pada konstanta 29,831. Persamaan regresi tersebut dapat dibuat suatu garis lurus yang dapat memperlihatkan hubungan antara pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan remaja putri menghadapi *menarche*. Berikut merupakan tampilan diagram garis yang menunjukkan persamaan regresi:



Gambar 6. Diagram Hubungan Linieritas antara Pengetahuan tentang Mensruasi dengan Kesiapan Remaja Putri Menghadapi *Menarche*

b. Uji Analisis Korelasi

Uji hipotesis yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji korelasi *Spearman Rank* yang bertujuan untuk mengetahui derajat hubungan antar

variabel. Uji korelasi *Spearman Rank* merupakan pengujian Non-Parametrik yang digunakan apabila data yang diperoleh dalam penelitian tidak berdistribusi normal. Hasil uji normalitas yang diperoleh pada penelitian adalah tidak berdistribusi normal, oleh karena itu digunakan pengujian Non-Parametrik yaitu uji korelasi *Spearman Rank* pada taraf signifikansi (α) 0,05. Berdasarkan perhitungan dengan menggunakan program SPSS 16.0 diperoleh nilai signifikansi (p) = 0,000 lebih kecil dari (α) = 0,05 maka tolak H_0 yang artinya terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan menghadapi *menarche* (Lampira 14). Koefisien korelasi (r_{xy}) pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan remaja putri menghadapi *menarche* adalah sebesar 0,593 termasuk kedalam kriteria sedang. Harga r_{xy} yang diperoleh kemudian diinterpretasikan tingkat hubungannya dengan menggunakan Tabel 5.

c. Koefisien Determinasi

Berdasarkan hasil perhitungan koefisien determinasi yang diperoleh bahwa pengetahuan tentang menstruasi memberikan kontribusi terhadap kesiapan remaja putri menghadapi *menarche* hanya sebesar 35,17% sedangkan sisanya 64,83% dipengaruhi oleh variabel lain.

B. Pembahasan

Berdasarkan hasil uji hipotesis, diperoleh bahwa terdapat hubungan antara pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan

remaja putri dalam menghadapi *menarche*. Hal ini menandakan bahwa hipotesis penelitian diterima, terbukti dari diperolehnya persamaan regresi yang menunjukkan hubungan positif antara pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan remaja putri dalam menghadapi *menarche*. Artinya semakin tinggi pengetahuan tentang menstruasi maka semakin siap pula untuk menghadapi *menarche*.

Perhitungan menggunakan uji regresi menghasilkan persamaan regresi yang signifikan pada taraf signifikansi 0,05. Uji regresi dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui kekuatan hubungan antara variabel satu dengan yang lainnya. Hasil uji regresi menyatakan bahwa hubungan antara pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan menghadapi *menarche* adalah signifikan dan linier. Hubungan linier dapat diartikan bahwa siswi yang memiliki skor tinggi pada pengetahuan tentang menstruasi maka akan memiliki skor kesiapan yang tinggi pula pada kesiapan menghadapi *menarche*. Pengetahuan yang dimiliki akan mendorong remaja putri tersebut untuk mempersiapkan diri dari datangnya *menarche*. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Hartatin (2013) bahwa pengetahuan memiliki hubungan yang linier antara pengetahuan dengan kesiapan remaja putri menghadapi *menarche*.

Berdasarkan hasil penelitian (gambar 2) diperoleh bahwa pengetahuan yang dimiliki responden bervariasi. Perolehan nilai pengetahuan pada penelitian ini didominasi oleh nilai pengetahuan yang

tinggi dan sangat tinggi. Hal ini dikarenakan dalam pembelajaran disekolah para siswi telah memperoleh informasi mengenai menstruasi dan juga pengetahuan mengenai sistem reproduksi manusia pada mata pelajaran IPA. Selain berasal dari pelajaran di kelas dapat juga dipengaruhi oleh informasi yang didapatkan siswi dari berbagai sumber seperti media elektronik, media cetak, teman maupun keluarga. Meskipun demikian masih ada pula siswi yang memiliki pengetahuan rendah. Kurangnya pengetahuan mengenai menstruasi ini seharusnya menjadi perhatian bagi dinas kesehatan masyarakat terutama dinas kesehatan yang menanganai kesehatan reproduksi ibu dan anak.

Berdasarkan hasil pemaparan diatas, diperkirakan kemampuan untuk mengingat informasi yang diterima dalam bentuk ingatan pengetahuan pada setiap individu dapat berbeda beda. Hal ini dikarenakan pengetahuan dapat dipengaruhi oleh banyak faktor seperti yang dikemukakan oleh Notoatmodjo (2007) bahwa pengetahuan tidak hanya dipengaruhi oleh pendidikan, namun juga dipengaruhi pengalaman, usia, informasi, sosial budaya dan sosial ekonomi orang tersebut. Sedangkan menurut Suryani (2006), salah satu yang mempengaruhi pengetahuan adalah daya ingat seseorang dalam menyimpan informasi didalam memori otaknya. Karena kemampuan seseorang dalam menyerap informasi melalui indera sangat terbatas. Perbedaan-perbedaan faktor inilah yang menyebabkan hasil dari nilai pengetahuan responden menjadi bervariasi, sehingga walaupun mereka berada pada

tingkatan umur dan jenjang pendidikan yang sama pengetahuan yang mereka miliki dapat berbeda.

Berdasarkan pengelompokan nilai, persentase hubungan antara pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan menghadapi *menarche* paling tinggi pada kategori pengetahuan tinggi dengan kesiapan yang tinggi sebesar 25,51%. Siswi yang memiliki pengetahuan tinggi dengan kesiapan sangat tinggi sebanyak 15,31%. Presentase yang memiliki pengetahuan sangat tinggi dengan kesiapan sangat tinggi sebesar 15,31% dan persentase siswi yang memiliki pengetahuan sangat tinggi dengan kesiapan tinggi adalah sebesar 5,10%. Hal tersebut menunjukkan bahwa pengetahuan tentang menstruasi menunjang kesiapan remaja putri menghadapi *menarche*. Siswi yang memiliki pengetahuan tinggi akan lebih mempersiapkan dirinya dan biasanya tidak bingung lagi menghadapi salah satu peristiwa penting dalam hidupnya yaitu *menarche*.

Pengelompokan nilai tersebut juga menunjukkan bahwa tidak semua siswi memperoleh nilai pengetahuan yang tinggi. Beberapa siswi memiliki pengetahuan cukup dengan kesiapan cukup sebanyak 13,27% dan presentase yang memiliki pengetahuan rendah dengan kesiapan cukup sebesar 6,12%. Hasil ini menunjukkan bahwa semakin tinggi pengetahuan tentang menstruasi yang dimiliki akan menunjang kesiapan menghadapi *menarche* yang baik. Hal ini diperkuat oleh pernyataan. Hasil penelitian ini sesuai dengan dikemukakan oleh Darvill & Powell (2003) bahwa

pengetahuan dapat memberikan rasa aman sehingga akan merasa lebih siap untuk menghadapi sesuatu yang baru termasuk menstruasi pertama yang terjadi pada seorang remaja putri.

Selain perolehan data diatas, diperoleh juga nilai-nilai yang tidak sesuai dengan hipotesis. Beberapa siswi memiliki pengetahuan tinggi dengan kesiapan cukup sebesar 4,08%. Siswi yang memiliki pengetahuan cukup dengan kesiapan tinggi sebesar 8,16%. Presentase yang memiliki pengetahuan cukup dengan kesiapan sangat tinggi sebesar 7,14%. Penjabaran nilai-nilai tersebut menunjukkan bahwa faktor yang menunjang kesiapan menghadapi *menarche* tidak hanya pengetahuan, tetapi juga di pengaruhi oleh faktor lain seperti sumber informasi (baik dari media elektronik, teman maupun keluarga), sikap serta dukungan keluarga dan lingkungannya. Nurgaini (2003) mengatakan bahwa subjek yang tidak siap dengan *menarche* disebabkan oleh: kurang informasi, tidak mempunyai rujukan, sikap negatif, persepsi negatif tentang dirinya, lingkungan yang kurang mendukung. Subjek yang siap menghadapi *menarche* disebabkan oleh informasi yang cukup, reaksi positif dan dukungan orang tua, saudara yang sudah menstruasi. Sedangkan Fajri (2011) mengemukakan bahwa komunikasi antara ibu dan anak berlangsung efektif maka remaja akan siap dalam menghadapi menstruasi pertama (*menarche*). Jika ibu tidak mengetahui jawaban dari pertanyaan mereka, maka biasanya mereka akan menanyakan pada teman dekatnya. Selain itu, dikatakan bahwa apabila mereka ingin mencari informasi tentang menstruasi pertama

(*menarche*), maka biasanya mereka mencari informasi tersebut melalui beberapa media seperti majalah, televisi, radio, jurnal dan rubrik konsultasi kesehatan (Fajri 2011).

Berdasarkan uji hipotesis yang dilakukan, diperoleh bahwa terdapat hubungan antara pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan remaja putri menghadapi *menarche*. Nilai koefisien korelasi pengetahuan tentang menstruasi yang dimiliki responden terhadap kesiapan menghadapi *menarche* adalah sebesar 0,593. Menurut Sugiyono (2009) kriteria nilai hubungan tersebut menunjukkan bahwa korelasi antara pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan menghadapi *menarche* memiliki kriteria kekuatan hubungan yang sedang seperti yang ditunjukkan oleh tabel 5.

Berdasarkan perhitungan koefisien determinasi diperoleh bahwa kontribusi pengetahuan tentang menstruasi terhadap kesiapan menghadapi *menarche* adalah sebesar 35,17%. Kontribusi berdasarkan perhitungan ini membantu menjelaskan bahwa pengetahuan tentang menstruasi memiliki hubungan yang sedang dengan kesiapan menghadapi *menarche*. Hal ini dikarenakan pengetahuan adalah salah satu faktor yang dapat mempengaruhi kesiapan seseorang. Menurut Notoadmojo (2003), pengetahuan adalah merupakan hasil dari “tahu” dan hal ini terjadi setelah seseorang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu, pengetahuan merupakan pedoman dalam membentuk tindakan seseorang (Over behavior). Berdasarkan penelitian,

diperoleh bahwa hal yang didasari oleh pengetahuan lebih melekat diingatan dan kehidupan sehari-hari dari pada hal yang tidak didasari pengetahuan. Pengetahuan disini menyangkut segala sesuatu yang dipahami dan diketahui oleh responden tentang menstruasi.

Kontribusi pengetahuan tentang menstruasi terhadap kesiapan remaja putri menghadapi *menarche* adalah sebesar 35,17%, sedangkan sisanya sebesar 64,83% dapat berasal dari faktor lain. Faktor lain yang dapat mempengaruhi kesiapan menghadapi *menarche* diantaranya usia, sumber informasi (keluarga, teman sebaya dan lingkungan sekolah) dan sikap (Jayanti, 2011). Faktor lain tersebut tidak diidentifikasi dalam penelitian ini.

BAB V

KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN

A. Kesimpulan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengetahuan tentang menstruasi memiliki hubungan yang positif dengan kesiapan remaja putri dalam menghadapi *menarche*, yang artinya semakin tinggi pengetahuan yang dimiliki tentang menstruasi maka akan semakin siap pula remaja putri dalam menghadapi *menarche*.

B. Implikasi

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan untuk meningkatkan pengetahuan tentang menstruasi kepada siswi di sekolah dasar sehingga diharapkan kesiapan para siswi sekolah dasar menjadi lebih baik.

C. Saran

1. Untuk Sekolah: Perlu adanya penyuluhan bagi siswi –siswi sekolah dasar untuk lebih meningkatkan pengetahuan tentang menstruasi sehingga mampu membentuk kesiapan diri yang positif terhadap peristiwa *menarche* yang akan terjadi pada setiap perempuan.

2. Untuk Peneliti selanjutnya: Perlu dilakukan penelitian lebih lanjut untuk mengetahui faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi kesiapan remaja putri dalam menghadapi *menarche*.

DAFTAR PUSTAKA

- Anderson, L.W., dan Krathwohl, D.R. (2001). *A Taxonomy for Learning, Teaching, and Assessing; A revision of Bloom's Taxonomy of Education Objective*. New York: Addison Wesley Lonman Inc.
- Arikunto, S. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta
- Arikunto, S. (2009). *Dasar-Dasar Evaluasi Pembelajaran*. Jakarta: Rineka Cipta
- Aryati, Dian. (2008). *Usia Menache dan SLPT di Kota Bandung*. *Journal Kesehatan Masyarakat* 2(6), 243-248
- BKKBN. (2010). *Kajian Profil Penduduk Remaja (10-24 Tahun)*. Jakarta: Pusdu-BKKBN
- Darvill, W. Dkk. (2003). *The Puberty Book panduan untuk remaja*. Jakarta: PT. Gramadia Pustaka Utama.
- Depdiknas. (2003). *Kamus Besar Bahasa Indonesia pengertian pengetahuan*. Diperoleh dari Pusat Bahasa Departemen Pendidikan Nasional: <http://bahasa.kemdiknas.go.id/kbbi/index.php>
- Desmita. (2006). *Psikologi Perkembangan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya
- Fajri, Ayu. (2011). Hubungan antara Komunikasi Ibu-Anak dengan Kesiapan menghadapi Menarche pada Siswi SMP Muhammadiyah Banda Aceh. *Jurnal Psikologi Undip*, 10(2), 133-142
- Ganong, William F. (2002). *Buku Ajar Fisiologi Kedokteran Edisi 20*. (H.M Djauhari WIdjayakusumah, Dewi Irawati, Minarma Siagian, Dangsina Moeloek, Brahm U. Pendit, Trans.). Jakarta: EGC
- Gupte P., Patil., and Pawaskar R. (2009). *Vulvovaginal Hygine and care*. *Indian Journal Sex Transm Dis & AIDS*, 30(2), 130-133
- Hurlock. (2005). *Psikologi Perkembangan*. Edisi 5 (Istiwidayanti, Soedjarwo, Ridwan Max Sijabat, Trans). Jakarta: Erlangga
- Hartatin, Yuliana, Harlani, Suhartatik. (2013). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kesiapan Remaja Putri Dalam Menghadapi Menarche Di SMP Negeri 4 Parepare. *Jurnal STIKES*. 2(3). 1-7

- Jalaluddin, dkk. (2011). *Pengetahuan, Konsep dan Teori Pendidikan*. Yogyakarta: Aksara Baru
- Jayanti, Nur Fitria., Purwanti, Sugi. (2011). Deskripsi Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kesiapan Anak Dalam Menghadapi Menarche Di SD Negeri 1 Kretek Kecamatan Paguyangan Kabupaten Brebes. *Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 3(1), 1-14
- Khusen, Denny. (2013). *Rahasia Kesehatan Wanita*. Jakarta: FKUI
- Kissanti, A. (2009). *Buku Pintar Wanita Kesehatan dan Kecantikan*. Jakarta: Araska Printika
- Laily, Rofi'atul, Dwi Putri dan Soenaratalina Melaniani. (2013). Analisis Faktor Hubungan Usia Menarche Dini. *Jurnal Biometrika dan Kependudukan*, 2(1), 42-50
- Modjo, Dewi. (2013). "Hubungan Pengetahuan tentang Menstruasi dengan Kesiapan Remaja Putri Menghadapi Manarche (Suatu Studi Perbandingan Di Smp N 1 Bone Pantai Dan Smp N 3 Kota Gorontalo)". Gorontalo: Universitas Negeri Gorontalo
<http://repository.epository.ung.ac.id/skripsi/tahun/2013>
<http://eprints.ung.ac.id/5202/2013-1-14201-841409079-bab3-30072013124814>
- Nagar, S. & Aimol, R. (2010). Knowledge of Adolescent Girls Regarding Menstruation in Tribal Areas of Meghalaya. *Journal of Kathmandu Medical College*, 8(1), 124-128
- Notoatmodjo, S. (2003). *Ilmu Kesehatan Masyarakat*. Jakarta: Rineka Cipta
- Notoatmodjo, S. (2007). *Kesehatan Masyarakat*. Jakarta: Rineka Cipta
- Nurngaini Siti. (2003). "Kesiapan Remaja Putri Sekolah Dasar Dalam Menghadapi Menarche Dini Studi Kualitatif Pada Siswa SD Islam Al Azhar 14 Semarang Tahun 2002". Thesis: Universitas Diponegoro.
<http://www.fkm.undip.ac.id/data/index.php?action=4&idx=1989>
- Papalia, Diane E, et.al. (2008). *Human Development (Psikologi Perkembangan) edisi 6* (A. K. Anwar, Trans.). Jakarta: Kencana
- Proverawati, A. & Misaroh, S. (2009). *Menarche (Menstruasi Pertama Penuh Makna)*. Yogyakarta: Muha Medika

- Riduwan. (2009). *Belajar Mudah Penelitian untuk Guru-Karyawan dan Peneliti Muda*. Bandung: Alfabeta
- Sarwono, S.W. (2008). *Psikologi Remaja*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada
- Sherwood, Lauralee. (2012). *Fisiologi Manusia edisi 6* (Brahm U Pendit, Trasn). Jakarta: EGC
- Sloane, Ethel. (2004). *Anatomi dan Fisiologi untuk Pemula* (James Veldman, trans). Jakarta: EGC
- Surjadi, Charles. (2002) *Kesehatan Reproduksi Ed 1*. Jakarta: Jaringan Epidemiologi Nasional
- Suryani, Eko,dkk, (2008). *Psikologi Ibu dan Anak*. Edisi III, Yogyakarta: Fitramanya Niirawati
- Widyastuti, Yani, dkk, (2009). *Kesehatan Reproduksi*. Edisi I, Yogyakarta: Fitramaya
- Wiknjosastro, (2005). *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: Yayasan Bina Sehat Pustaka Sarwono Prawiraharjo
- Yusuf, H. Syamsu. (2011). *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya

Lampiran 1. Tes Pengetahuan tentang Menstruasi

Nama :
Hari/tanggal :
Umur :
Kelas :
Sudah Menstruasi :
Sekolah :

Petunjuk pengisian kuesioner!

Jawablah pertanyaan dibawah ini dengan memberikan (x) pada jawaban yang dianggap benar.

I. Kuesioner Pengetahuan Menstruasi

1. Pengertian menstruasi adalah
 - a. Sakit yang di alami perempuan remaja
 - b. Peristiwa pengeluaran darah secara berkala dari vagina
 - c. Pengeluaran darah akibat terjadi luka pada rongga perut
 - d. Sakit pada pinggul yang dialami setiap bulan

2. Menurut kamu menstruasi pertama terjadi pada usia
 - a. 8 – 10 Tahun
 - b. 10 – 16 Tahun
 - c. 12 – 18 Tahun
 - d. 13 – 20 Tahun

3. Berapa lamakah menstruasi akan terjadi
 - a. 1-3 hari
 - b. 3-4 hari
 - c. 4-6 hari
 - d. 10-12 hari

4. Lamanya jarak antara menstruasi pertama dengan menstruasi berikutnya, akan terjadi pada
 - a. Setiap 5 – 10 hari
 - b. Setiap 8 – 15 hari
 - c. Setiap 21 – 35 hari
 - d. Setiap 35 – 40 hari

5. Menurut kamu apakah sakit saat menstruasi itu wajar terjadi pada wanita
 - a. Wajar terjadi asalkan tidak mengganggu aktivitas sehari-hari
 - b. Tidak wajar terjadi karena menyebabkan sakit
 - c. Tidak Wajar dan perlu periksa dokter
 - d. Wajar walaupun mengganggu aktifitas sehari-hari

6. Pembalut saat menstruasi sebaiknya diganti setiap
 - a. 1 kali sehari
 - b. 2 – 3 kali sehari
 - c. 4 – 5 kali sehari
 - d. 5 – 7 kali sehari

7. Menstruasi normal akan terjadi selama
 - a. Satu bulan sekali
 - b. Dua bulan sekali
 - c. Satu minggu sekali
 - d. Satu bulan dua kali

8. *Menarche* atau menstruasi pertama adalah
 - a. Menstruasi yang pertama kali dialami oleh seseorang wanita
 - b. Menstruasi yang terakhir kali dialami oleh seseorang wanita
 - c. Nyeri yang terjadi saat menstruasi pada seorang wanita
 - d. Nyeri yang pertama kali dialami oleh wanita

9. *Menarche* terjadi pada remaja putri yang sedang menginjak
 - a. Kanak-kanak
 - b. Dewasa
 - c. Orang tua
 - d. Manula

10. Gangguan fisik yang sering terjadi menjelang menstruasi adalah
 - a. Lemah, mudah letih
 - b. Sakit punggung, payudara terasa penuh dan nyeri, timbul jerawat
 - c. Lesu, lunglai dan malas beraktivitas
 - d. Mudah marah, gelisah dan sulit berkonsentrasi

11. Apakah yang dapat kamu lakukan untuk mencegah terjadinya gangguan menjelang menstruasi adalah
 - a. Berolah raga, hindari stres dan selalu berpikiran positif
 - b. Makan dan minum yang banyak

- c. Tidur yang cukup dan banyak beristirahat
 - d. Meminum obat agar mencegah gangguan menstruasi
12. Di bawah ini perubahan mental yang dialami pada saat menjelang menstruasi adalah
- a. Menjadi lebih aktif
 - b. Riang gembira
 - c. Kalut, sulit berkonsentrasi
 - d. Lebih mudah berkonsentrasi
13. Bagaimanakah cara penggunaan pakaian dalam yang baik dan benar
- a. Pakaian dalam yang ukurannya sempit, mengganggu kulit tidak menyerap keringat
 - b. Pakaian dalam yang terbuat dari bahan katun. Sempit tidak menyerap keringat
 - c. Pakaian dalam yang terbuat dari bahan yang bisa menyerap keringat dan tidak terlalu sempit
 - d. Pakaian dalam yang longgar dan tidak menyerap keringat
14. Bagaimanakah cara membersihkan alat kelamin dengan air yang benar
- a. Dibersihkan dengan sabun siring
 - b. Dibersihkan dengan air bersih
 - c. Dibersihkan dengan sabun mandi
 - d. Dibersihkan menggunakan tisu
15. Bagaimanakah cara membersihkan alat kelamin luar yang baik benar adalah
- a. Membersihkan dari tengah kedepan dan kebelakang.
 - b. Membersihkan dari depan kebelakang dan mengeringkan sampai benar-benar kering.
 - c. Membersihkan dari belakang ke depan.
 - d. Membersihkan bagian depan saja
16. Menurut kamu, bagaimanakah memilih pembalut yang baik dan benar. . . .
- a. Pembalut yang bersih, tidak berwarna, dan tidak mengandung parfum (pewangi).
 - b. Pembalut yang harganya mahal, mengandung gel dan parfum (pewangi)

- c. Pembalut yang memakai sayap dan mengandung parfum (pewangi)
 - d. Pembalut murah yang mengandung gel dan parfum (pewangi)
17. Penyakit yang timbul karena tidak menjaga kebersihan organ kelamin saat menstruasi adalah
- a. Kanker Leher Rahim
 - b. Kanker Payudara
 - c. Kanker prostat
 - d. Kanker Usus
18. Bagaimanakah perawatan organ kelamin yang benar ketika menstruasi
- a. Mencukur sebagian dari rambut organ kelamin termasuk kedalam perawatan menstruasi
 - b. Ketika menstruasi harus memakan makanan yang banyak
 - c. Tidak menggunakan pembalut saat menstruasi termasuk kedalam perawatan menstruasi
 - d. Menggunakan pembalut selama seharian penuh
19. Kalau nanti sudah menstruasi dan mengalami nyeri/ sakit saat menstruasi apakah kamu akan meminta ibu untuk membelikan obat penghilang rasa sakit
- a. Ya, agar tidak merasakan sakit saat menstruasi
 - b. Ya, karena saya biasa minum obat kalau sedang sakit
 - c. Tidak, karena minum obat pun tidak akan menghilangkan rasa sakit
 - d. Tidak, karena sakit saat menstruasi biasa terjadi asal tidak mengganggu aktivitas belajar saya
20. Berikut ini yang dimaksud dengan siklus menstruasi adalah
- a. Jarak waktu mulainya menstruasi sampai dengan menstruasi berikutnya.
 - b. Jarak waktu mulainya menstruasi sampai menstruasi berakhir
 - c. Jarak waktu saat menstruasi berakhir/selesai sampai menstruasi muncul lagi.
 - d. Jarak antara menstruasi pertama dengan menstruasi yang terakhir terjadi
21. Perubahan mental yang terjadi saat seseorang dikatakan remaja adalah
- a. Mulai membesarnya payudara
 - b. Mulai tumbuhnya rambut didaerah kemaluan

- c. Mulai membesarnya pinggul
 - d. Mudah emosi
22. Gejala yang dirasakan pada saat sebelum atau saat menstruasi yang mengakibatkan malas bergerak, mudah emosi, nafsu makan meningkat disebut
- a. Kram perut
 - b. Kram rahim
 - c. Kanker leher rahim
 - d. Sindrom pra menstruasi
23. Perasaan yang sering dialami ketika menstruasi pertama adalah
- a. Kecemasan
 - b. Lebih gembira
 - c. Biasa saja
 - d. Senang
24. Kapankah waktu yang tepat untuk mencuci tangan ketika memakai pembalut. . . .
- a. Sebelum memakai pembalut
 - b. Saat memakai pembalut
 - c. Sesudah memakai pembalut
 - d. Sebelum dan sesudah memakai pembalut
25. Bagaimana cara mengetahui bahwa menstruasi teratur
- a. Mencatat banyaknya pembalut yang digunakan ketika menstruasi
 - b. Membuat catatan pada kalender setiap kali menstruasi.
 - c. Mencatat benayaknya darah yang keluar ketika menstruasi terjadi
 - d. Mencatat lamanya rasa sakit yang dialami saat menstruasi
26. Bagaimana menjaga agar jarak antara menstruasi pertama dengan menstruasi berikutnya tetap teratur
- a. Mengkosumsi vitamin
 - b. Banyak meminum air putih
 - c. Menjaga pola makan tetap seimbang
 - d. Memperbanyak istirahat
27. Apakah yang mempengaruhi terjadinya menstruasi
- a. Status gizi yang baik
 - b. Kesehatan fisik saat remaja

- c. Meningkatnya hormon saat pubertas
 - d. Adanya ketertarikan pada lawan jenis
28. Darah yang keluar dari vagina ketika menstruasi berasal dari
- a. Darah kotor yang ada dalam tubuh
 - b. Peluruhan dinding rahim
 - c. Luka pada bagian dalam perut
 - d. Infeksi yang terjadi pada usus
29. Berikut ini pernyataan yang paling benar tentang kebersihan diri adalah
- a. Kebersihan tangan dan kaki, serta organ genital
 - b. Kebersihan tangan dan kaki serta pakaian
 - c. Kebersihan pakaian dan organ genital
 - d. Kebersihan dari ujung kaki hingga ujung kepala, organ genital, serta pakaian
30. Berapa kali kita harus mengganti pakaian dalam setiap hari
- a. Satu kali
 - b. Dua kali
 - c. Tiga kali
 - d. Empat kali
31. Rasa sakit seperti kram dibagian perut yang dialami ketika menstruasi disebut
- a. Nyeri perut
 - b. Nyeri pinggul
 - c. Nyeri haid
 - d. Nyeri pinggang
32. Menurut kamu, kapan biasanya terjadi nyeri haid
- a. Setelah darah berhenti/tidak keluar lagi
 - b. Sesaat sebelum keluar darah menstruasi dan selama menstruasi hari pertama
 - c. Jauh-jauh hari sebelum menstruasi terjadi
 - d. Jau-jauh hari setelah menstruasi terjadi
33. Bila kamu mengalami nyeri haid, apa yang akan kamu lakukan
- a. Menangis dan tidak beraktivitas
 - b. Membiarkan dan tetap beraktivitas
 - c. Berteriak-teriak, dan tidak beraktivitas

- d. Memberitahu ibu dan memperbanyak istirahat
34. Menurut kamu pemakaian handuk yang baik dan benar adalah
- a. Satu Handuk dipakai untuk semua anggota keluarga
 - b. Handuk yang dipakai dibedakan menurut jenis kelamin anggota keluarga
 - c. Setiap anggota keluarga memiliki handuk masing - masing.
 - d. Setiap anggota keluarga boleh saling meminjam handuk
35. Apakah yang terjadi jika alat kelamin lembab
- a. Pertumbuhan bakteri atau jamur
 - b. Perdarahan alat kelamin
 - c. Kerusakan alat kelamin atau lecet
 - d. Menyebabkan luka
36. Menurut kamu, apakah wajar perempuan mengalami menstruasi . . .
- a. Ya karena setiap perempuan normal pasti akan mengalaminya
 - b. Tidak karena tidak semua perempuan akan mengalaminya
 - c. Tidak karena itu berarti terjadi luka dalam rahim perempuan
 - d. Tidak karena akan menyebabkan rasa sakit

Lampiran 2. Kunci Jawaban Tes Pengetahuan

1. B	19. D
2. B	20. A
3. C	21. D
4. C	22. D
5. A	23. A
6. C	24. D
7. A	25. B
8. A	26. C
9. B	27. C
10. B	28. B
11. A	29. D
12. C	30. B
13. C	31. C
14. B	32. B
15. B	33. B
16. A	34. C
17. A	35. A
18. A	36. A

Lampiran 3. Kuesioner Kesiapan Menghadapi *Menarche*

Berilah tanda checklist (\checkmark) pada kolom jawaban yang tersedia dengan memperhatikan kriteria dibawah ini

S = Setuju

TS = Tidak Setuju

No.	Pernyataan	S	TS
1.	Saya akan menayakan tentang menstruasi pada ibu saya		
2.	Saya takut menghadapi menstruasi pertama saya		
3.	Saya bingung untuk menghadapi menstruasi pertama saya nanti		
4.	Saya menjadi remaja putri yang dewasa jika mengalami menstruasi		
5.	Saya menganggap menstruasi sebagai suatu hal yang akan merepotkan karena saat menstruasi harus membawa pembalut kemana-mana dan menggantinya		
6.	Menstruasi akan menyebabkan ketidaknyamanan fisik dan perubahan emosional bagi diri saya		
7.	Saya menganggap menstruasi yang akan terjadi sebagai sesuatu yang kotor		
8.	Saat menstruasi saya akan membersihkan alat kelamin/ kemaluan dengan air bersih dari arah depan kebelakang		
9.	Saya akan mengganti pembalut 4-5 kali sehari selama menstruasi untu menjaga kebersihan organ kelamin		
10.	Saya mengetahui hal yang harus dilakukan untuk menghadapi menstruasi pertama		
11.	Saya menganggap menstruasi sebagai suatu hal yang tabu bagi diri saya sebagai wanita		
12.	Ketika menstruasi saya akan selalu membawa pembalut dan menggantinya diwaktu tertentu		
13.	Saat menstruasi saya akan membersihkan kemaluan dengan tisu saja tanpa di basuh dengan air sebelumnya		

No.	Pernyataan	S	TS
14.	Saya tidak perlu menjaga kebersihan organ kelamin saat mengalami menstruasi		
15.	Jika mengalami menstruasi saya akan mengalami beberapa perubahan fisik (payudara dan pinggul membesar)		
16.	Saya akan mengalami sedikit perubahan emosional jika sedang mengalami menstruasi		
17.	Saya malu untuk menanyakan tentang menstruasi kepada ibu dan lebih suka berdiam diri		
18.	Saya mencari tahu tentang menstruasi dari berbagai sumber		
19.	Saya sulit konsentrasi ketika saya memikirkan akan menstruasi seperti yang dialami ibu saya		
20.	Saya khawatir dan cemas kalau memikirkan saya akan menstruasi nantinya		
21.	Setiap ada perubahan pada diri kamu menjelang menstruasi, kamu bercerita dengan orang tua		
22.	Saya akan membersihkan alat kelamin luar menggunakan air yang bersih bila perlu dengan menggunakan air hangat.		
23.	Saya akan memakai pakaian dalam yang mudah menyerap yang terbuat dari kaos atau katun.		
24.	Saya mencuci tangan sebelum dan sesudah memakai pembalut		
25.	Saya tidak menjadikan menstruasi sebagai beban dalam pikiran saya		
26.	Saya yakin setiap perempuan akan mengalami menstruasi nantiya		
27.	Saya tidak akan bercerita kepada siapaun tentang perubahan pada diri saya menjelang menstruasi		
28.	Saya akan membersihkan alat kelamin luar saya menggunakan air sabun mandi		
29.	Saya memakai celana dalam yang tidak menyerap keringat		
30.	Saya mencuci tangan hanya sesudah memakai pembalut		

Lampiran 4. Validitas Tes Pengetahuan

Nomer	Butir Soal																																				Jumlah	Total		
	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	30	31	32	33	34	35	36				
1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	0	1	0	1	0	0	1	0	0	1	0	1	1	1	0	0	1	1	1	24			
2	1	1	1	0	1	0	0	1	1	0	1	1	1	0	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	1	1	0	1	1	0	1	0	1	23	
3	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0	1	1	1	0	1	0	0	0	1	1	0	1	1	0	1	1	1	0	0	1	1	1	0	0	1	1	1	18		
4	1	1	0	0	0	0	1	1	1	0	1	1	1	0	1	0	1	0	1	1	0	0	1	0	1	0	0	0	0	1	0	1	0	0	0	0	1	1	17	
5	1	1	1	0	1	0	1	0	1	0	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	0	1	1	0	24		
6	1	1	0	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	0	0	0	0	0	1	1	0	1	0	1	0	1	1	0	1	0	1	1	1	23		
7	0	1	0	0	1	0	1	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	1	1	0	0	1	1	1	1	18		
8	1	0	0	0	0	0	1	0	1	0	1	0	1	0	0	1	0	0	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1	0	1	1	0	1	0	1	1	1	19		
9	1	1	1	0	1	0	1	0	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	0	0	1	1	0	1	0	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	24			
10	0	1	0	0	0	0	0	0	1	0	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	1	0	0	1	0	0	1	1	0	1	1	0	1	0	1	0	1	18		
11	1	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	0	0	1	1	0	1	1	1	1	0	1	0	1	1	0	1	0	1	0	1	1	24		
12	1	0	1	0	1	0	0	0	1	0	1	0	1	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	1	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	18	
13	1	0	1	0	0	0	1	1	1	0	0	1	1	0	0	1	1	1	1	0	1	1	0	0	1	1	1	0	0	1	0	1	0	0	1	1	1	22		
14	0	1	0	0	0	0	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	0	0	1	0	1	1	0	1	1	1	23		
15	1	1	0	0	0	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	0	0	0	0	0	1	21		
16	1	0	1	0	1	0	1	1	1	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	0	0	0	1	1	0	1	1	0	1	15		
17	1	1	1	0	0	0	0	0	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	1	0	1	0	0	1	1	0	1	0	0	0	1	18		
18	0	1	0	1	1	0	1	1	1	1	0	0	0	1	1	0	1	0	0	1	0	0	1	0	1	0	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	20			
19	1	0	0	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	28			
20	1	0	0	1	1	0	0	1	1	0	1	1	0	1	0	1	0	0	1	0	0	1	0	0	1	0	1	0	0	0	1	0	1	0	0	0	1	16		
21	1	0	0	1	1	0	1	0	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	0	0	1	1	0	1	0	1	1	23			
22	0	0	0	0	0	0	1	1	0	1	1	1	0	1	0	1	0	0	0	1	0	0	1	1	1	0	0	0	0	1	0	0	1	0	1	1	15			
23	0	0	1	0	1	1	1	0	0	1	0	0	1	0	0	1	0	1	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	0	0	1	14		
24	1	0	0	1	1	0	0	1	1	0	0	1	0	0	1	1	1	0	1	0	0	1	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	1	16		
25	1	0	0	0	0	0	1	1	1	0	1	1	0	0	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	1	0	0	1	1	19			
26	1	0	0	1	1	0	0	0	1	0	0	0	1	1	1	1	1	0	1	0	0	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	0	1	21			
27	0	0	0	0	1	0	0	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	0	0	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	1	1	0	1	0	0	0	1	15		
28	1	0	1	0	0	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	0	0	1	1	0	0	0	0	1	1	0	1	0	1	0	21			
29	1	1	0	0	1	0	0	0	1	1	0	0	1	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	1	1	1	1	0	0	1	1	1	0	0	1	1	17			
30	0	0	0	0	1	0	1	1	1	1	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	1	1	0	0	1	0	0	1	1	14			
Jumlah	21	14	9	6	19	4	18	18	28	6	24	21	21	15	17	24	20	10	14	16	4	17	24	18	23	15	12	0	19	24	17	20	8	16	18	28	588			
p	0.7	0.4667	0.3	0.2	0.6333	0.1333	0.6	0.6	0.9333	0.2	0.8	0.7	0.7	0.5	0.5667	0.8	0.6667	0.3333	0.4667	0.5333	0.1333	0.5667	0.8	0.6	0.7667	0.5	0.4	0	0.6333	0.8	0.5667	0.6667	0.2667	0.5333	0.6	0.9333	19.6			
q	0.3	0.5333	0.7	0.8	0.3667	0.8667	0.4	0.4	0.0667	0.8	0.2	0.3	0.3	0.5	0.4333	0.2	0.3333	0.6667	0.5333	0.4667	0.8667	0.4333	0.2	0.4	0.2333	0.5	0.6	1	0.3667	0.2	0.4333	0.3333	0.7333	0.4667	0.4	0.0667	16.4			
p*q	0.21	0.2489	0.21	0.16	0.2322	0.1156	0.24	0.24	0.0622	0.16	0.16	0.21	0.21	0.25	0.2456	0.16	0.2222	0.2222	0.2489	0.2489	0.1156	0.2456	0.16	0.24	0.1789	0.25	0.24	0	0.2322	0.16	0.2456	0.2222	0.1956	0.2489	0.24	0.0622	7.09333			
St	0.4583	0.4989	0.4583	0.4	0.4819	0.3399	0.4899	0.4899	0.4899	0.4	0.4	0.4583	0.4583	0.5	0.4955	0.4	0.4714	0.4714	0.4989	0.4989	0.3399	0.4955	0.4	0.4899	0.423	0.5	0.4899	0	0.4819	0.4	0.4955	0.4714	0.4422	0.4989	0.4852	0.2494	15.5819	3.583295		
St ²	0.21	0.2489	0.21	0.16	0.2322	0.1156	0.24	0.24	0.0622	0.16	0.16	0.21	0.21	0.25	0.2456	0.16	0.2222	0.2222	0.2489	0.2489	0.1156	0.2456	0.16	0.24	0.1789	0.25	0.24	0	0.2322	0.16	0.2456	0.2222	0.1956	0.2489	0.2354	0.0622	7.08877	12.84		
Xt	20.619	21	19.889	24.167	19.526	21.25	20.333	19.778	20.464	18	20.833	20.143	21.143	21.133	19.118	20.292	20.45	21.2	21.143	21	20.75	22.176	20.417	21.333	20.87	19.867	19.75	#####	21.158	27.412	21.235	21	19.25	21.25	21.833	20.143				
r bis	0.434	0.365	0.053	0.637	-0.027	0.181	0.251	0.061	0.902	-0.223	0.688	0.231	0.658	0.428	-0.154	0.386	0.335	0.316	0.403	0.418	0.126	0.822	0.456	0.592	0.642	0.074	0.034	#####	0.571	4.360	0.522	0.553	-0.059	0.492	0.763	0.567				
r-tabel	0.301	0.301	0.301	0.301	0.301	0.301	0.301	0.301	0.301	0.301	0.301	0.301	0.301	0.301	0.301	0.301	0.301	0.301	0.301	0.301	0.301	0.301	0.301	0.301	0.301	0.301	0.301	0.301	0.301	0.301	0.301	0.301	0.301	0.301	0.301	0.301	0.301			
	Valid	Valid	Drop	Valid	Drop	Drop	Drop	Drop	Valid	Drop	Valid	Drop	Valid	Valid	Drop	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Drop	Valid	Valid	Valid	Valid	Drop	Drop	Drop	Valid	Valid	Valid	Valid	Drop	Valid	Valid	Valid			

Uji Validitas

$$\text{Rumus Point Biserial} = r_{\text{pbi}} = \frac{M_i - M_t}{SD} \sqrt{p/q}$$

Keterangan : r_{pbi} = Koefisien korelasi biserial

M_i = Rerata Skor dari subyek yang menjawab betul bagi pernyataan yang dicari validasinya

M_t = Rerata skor total

p = proporsi subyek yang menjawab butir soal dengan benar

q = proporsi subyek yang menjawab butir soal dengan salah benar

SD = Standar Deviasi

Lampiran 6. Reliabilitas Tes Pengetahuan

Koefisien reliabilitas instrument pengetahuan tentang menstruasi dihitung menggunakan rumus Kuder-Richardson 20 (KR-20)

$$\begin{aligned}
 r_{11} &= \left[\frac{n}{n-1} \right] \left[\frac{S^2 - \sum pq}{S^2} \right] \\
 &= \left[\frac{98}{98-1} \right] \left[\frac{3,58^2 - 7,09}{3,58^2} \right] \\
 &= \left[\frac{98}{97} \right] \left[\frac{5,73}{12,82} \right] \\
 &= 0,746
 \end{aligned}$$

Keterangan : r_{11} = Reliabilitas tes secara keseluruhan

p = proporsi subyek yang menjawab butir soal dengan benar

q = proporsi subyek yang menjawab butir soal dengan salah benar

$\sum pq$ = jumlah hasil perkalian p dan q

n = banyak butir soal

S = standar deviasi dari tes

Karena $r_{11} > r_{table}$ yaitu $0,746 > 0,301$ maka dapat disimpulkan bahwa instrument pengetahuan tentang menstruasi dinyatakan variabel.

Lampiran 7. Reliabilitas Instrumen Pengetahuan

Koefisien reliabilitas instrumen kesiapan menghadapi *menarche* dihitung menggunakan rumus Kuder-Richardson 20 (KR-20)

$$\begin{aligned}
 r_{11} &= \left[\frac{n}{n-1} \right] \left[\frac{S^2 - \sum pq}{S^2} \right] \\
 &= \left[\frac{98}{98-1} \right] \left[\frac{3,32^2 - 4,52}{3,32^2} \right] \\
 &= \left[\frac{98}{97} \right] \left[\frac{6,502}{11,022} \right] \\
 &= 0,723
 \end{aligned}$$

- Keterangan :
- r_{11} = Reliabilitas tes secara keseluruhan
 - p = proporsi subyek yang menjawab butir soal dengan benar
 - q = proporsi subyek yang menjawab butir soal dengan salah benar
 - $\sum pq$ = jumlah hasil perkalian p dan q
 - n = banyak butir soal
 - S = standar deviasi dari tes

Karena $r_{11} > r_{table}$ yaitu $0,723 > 0,301$ maka dapat disimpulkan bahwa instrument pengetahuan tentang menstruasi dinyatakan variabel.

**Lampiran 8. Perhitungan Distribusi Frekuensi dan Interpretasi
Pengetahuan tentang Menstruasi**

A. Data

No	Responden	Nilai	Kategori	No	Responden	Nilai	Kategori
1	47	30.43	Rendah	39	54	65.22	Tinggi
2	14	34.78	Rendah	40	65	65.22	Tinggi
3	18	34.78	Rendah	41	89	65.22	Tinggi
4	17	39.13	Rendah	42	91	65.22	Tinggi
5	51	39.13	Rendah	43	96	65.22	Tinggi
6	52	39.13	Rendah	44	97	65.22	Tinggi
7	61	43.48	Cukup	45	1	69.57	Tinggi
8	95	43.48	Cukup	46	4	69.57	Tinggi
9	24	47.83	Cukup	47	5	69.57	Tinggi
10	29	47.83	Cukup	48	8	69.57	Tinggi
11	78	47.83	Cukup	49	9	69.57	Tinggi
12	88	47.83	Cukup	50	41	69.57	Tinggi
13	16	52.17	Cukup	51	42	69.57	Tinggi
14	28	52.17	Cukup	52	58	69.57	Tinggi
15	48	52.17	Cukup	53	72	69.57	Tinggi
16	74	52.17	Cukup	54	81	69.57	Tinggi
17	6	56.52	Cukup	55	85	69.57	Tinggi
18	20	56.52	Cukup	56	86	69.57	Tinggi
19	25	56.52	Cukup	57	12	73.91	Tinggi
20	60	56.52	Cukup	58	15	73.91	Tinggi
21	80	56.52	Cukup	59	55	73.91	Tinggi
22	83	56.52	Cukup	60	64	73.91	Tinggi
23	2	60.87	Cukup	61	66	73.91	Tinggi
24	13	60.87	Cukup	62	68	73.91	Tinggi
25	21	60.87	Cukup	63	92	73.91	Tinggi
26	44	60.87	Cukup	64	93	73.91	Tinggi
27	50	60.87	Cukup	65	10	78.26	Tinggi
28	63	60.87	Cukup	66	26	78.26	Tinggi
29	77	60.87	Cukup	67	27	78.26	Tinggi
30	84	60.87	Cukup	68	32	78.26	Tinggi
31	87	60.87	Cukup	69	37	78.26	Tinggi
32	90	60.87	Cukup	70	38	78.26	Tinggi
33	94	60.87	Cukup	71	40	78.26	Tinggi
34	98	60.87	Cukup	72	43	78.26	Tinggi
35	11	65.22	Tinggi	73	46	78.26	Tinggi
36	19	65.22	Tinggi	74	53	78.26	Tinggi
37	23	65.22	Tinggi	75	56	78.26	Tinggi
38	45	65.22	Tinggi	76	57	78.26	Tinggi

No	Responden	Nilai	Kategori	No	Responden	Nilai	Kategori
77	70	78.26	Tinggi	91	36	86.96	Sangat Tinggi
78	82	78.26	Tinggi	92	49	86.96	Sangat Tinggi
79	3	82.61	Sangat Tinggi	93	59	86.96	Sangat Tinggi
80	34	82.61	Sangat Tinggi	94	79	86.96	Sangat Tinggi
81	35	82.61	Sangat Tinggi	95	7	91.30	Sangat Tinggi
82	39	82.61	Sangat Tinggi	96	31	91.30	Sangat Tinggi
83	62	82.61	Sangat Tinggi	97	67	91.30	Sangat Tinggi
84	69	82.61	Sangat Tinggi	98	73	95.65	Sangat Tinggi
85	71	82.61	Sangat Tinggi				
86	75	82.61	Sangat Tinggi	Jumlah		6669.62	
87	76	82.61	Sangat Tinggi	Rata-Rata		68.45	
88	22	86.96	Sangat Tinggi	SD		13.49	
89	30	86.96	Sangat Tinggi	Minimum		30.43	
90	33	86.96	Sangat Tinggi	Maksimum		95.65	

B. Kriteria interpretasi nilai kriterium

Kriteria interpretasi nilai kriterium pengetahuan tentang menstruasi

Rentang Skor	Kriteria	Jumlah	Presentase (%)
80 – 100	Sangat Tinggi	20	20,41
61 – 80	Tinggi	44	44,90
41 – 60	Cukup	28	28,57
21 – 40	Rendah	6	6,12
0 – 20	Sangat Rendah	0	0
Jumlah		98	100

C. Mencari nilai rentangan

$$\begin{aligned}
 R &= \text{Nilai Tertinggi} - \text{Nilai Terendah} \\
 &= 95,65 - 39,13 \\
 &= 56,52
 \end{aligned}$$

D. Mencari banyak kelas

$$\begin{aligned}
 K &= 1 + 3,3 \log n \\
 &= 1 + 3,3 \log (98) \\
 &= 7,57 \sim 8
 \end{aligned}$$

E. Mencari panjang interval (P)

$$P = R/K = 56,52/7,57 = 7,46 \sim 8$$

Tabel distribusi frekuensi data nilai pengetahuan tentang menstruasi

No	Kelas Interval	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif (%)
1	30 – 37	3	3,06
2	38 – 45	5	5,10
3	46 – 53	8	8,16
4	54 – 61	18	18,37
5	62 – 69	22	22,45
6	70 – 77	8	8,16
7	78 – 85	23	23,47
8	86 – 94	11	11,22
Jumlah		98	100

**Lampiran 9. Perhitungan Distribusi Frekuensi dan Interpretasi
Kesiapan Menghadapi *Menarche***

A. Data

No	Responden	Nilai	Kategori	No	Responden	Nilai	Kategori
1	52	43.75	Cukup	39	71	68.75	Tinggi
2	14	50.00	Cukup	40	83	68.75	Tinggi
3	15	50.00	Cukup	41	91	68.75	Tinggi
4	24	50.00	Cukup	42	93	68.75	Tinggi
5	25	50.00	Cukup	43	4	75.00	Tinggi
6	51	50.00	Cukup	44	5	75.00	Tinggi
7	61	50.00	Cukup	45	6	75.00	Tinggi
8	86	50.00	Cukup	46	8	75.00	Tinggi
9	17	56.25	Cukup	47	12	75.00	Tinggi
10	18	56.25	Cukup	48	20	75.00	Tinggi
11	28	56.25	Cukup	49	26	75.00	Tinggi
12	44	56.25	Cukup	50	32	75.00	Tinggi
13	47	56.25	Cukup	51	34	75.00	Tinggi
14	48	56.25	Cukup	52	35	75.00	Tinggi
15	50	56.25	Cukup	53	37	75.00	Tinggi
16	72	56.25	Cukup	54	53	75.00	Tinggi
17	78	56.25	Cukup	55	56	75.00	Tinggi
18	84	56.25	Cukup	56	57	75.00	Tinggi
19	88	56.25	Cukup	57	58	75.00	Tinggi
20	90	56.25	Cukup	58	63	75.00	Tinggi
21	94	56.25	Cukup	59	64	75.00	Tinggi
22	95	56.25	Cukup	60	69	75.00	Tinggi
23	97	56.25	Cukup	61	70	75.00	Tinggi
24	19	62.50	Tinggi	62	36	81.25	Sangat Tinggi
25	22	62.50	Tinggi	63	65	81.25	Sangat Tinggi
26	29	62.50	Tinggi	64	66	81.25	Sangat Tinggi
27	85	62.50	Tinggi	65	73	81.25	Sangat Tinggi
28	87	62.50	Tinggi	66	74	81.25	Sangat Tinggi
29	89	62.50	Tinggi	67	76	81.25	Sangat Tinggi
30	92	62.50	Tinggi	68	77	81.25	Sangat Tinggi
31	96	62.50	Tinggi	69	82	81.25	Sangat Tinggi
32	98	62.50	Tinggi	70	2	87.50	Sangat Tinggi
33	1	68.75	Tinggi	71	3	87.50	Sangat Tinggi
34	45	68.75	Tinggi	72	21	87.50	Sangat Tinggi
35	46	68.75	Tinggi	73	27	87.50	Sangat Tinggi
36	54	68.75	Tinggi	74	38	87.50	Sangat Tinggi
37	55	68.75	Tinggi	75	40	87.50	Sangat Tinggi
38	60	68.75	Tinggi	76	41	87.50	Sangat Siap

No	Responden	Nilai	Kategori	No	Responden	Nilai	Kategori
77	43	87.50	Sangat Tinggi	91	79	93.75	Sangat Tinggi
78	49	87.50	Sangat Tinggi	92	16	100.00	Sangat Tinggi
79	75	87.50	Sangat Tinggi	93	30	100.00	Sangat Tinggi
80	80	87.50	Sangat Tinggi	94	31	100.00	Sangat Tinggi
81	81	87.50	Sangat Tinggi	95	33	100.00	Sangat Tinggi
82	7	93.75	Sangat Tinggi	96	59	100.00	Sangat Tinggi
83	9	93.75	Sangat Tinggi	97	62	100.00	Sangat Tinggi
84	10	93.75	Sangat Tinggi	98	68	100.00	Sangat Tinggi
85	11	93.75	Sangat Tinggi				
86	13	93.75	Sangat Tinggi	Jumlah		7250.00	
87	23	93.75	Sangat Tinggi	Rata-Rata		74.29	
88	39	93.75	Sangat Tinggi	SD		15.12	
89	42	93.75	Sangat Tinggi	Minimum		43.75	
90	67	93.75	Sangat Tinggi	Maksimum		100.00	

B. Kriteria interpretasi nilai kriterium

Kriteria interpretasi nilai kriterium kesiapan menghadapi menarche

Rentang Skor	Kriteria	Jumlah	Presentase (%)
80 – 100	Sangat Tinggi	37	37,76
61 – 80	Tinggi	38	38,78
41 – 60	Cukup	23	23,46
21 – 40	Rendah	0	0
0 – 20	Sangat Rrendah	0	0
Jumlah		98	100

C. Mencari nilai rentangan

$$\begin{aligned}
 R &= \text{Nilai Tertinggi} - \text{Nilai Terendah} \\
 &= 100,00 - 43,75 \\
 &= 56,25
 \end{aligned}$$

D. Mencari banyak kelas

$$\begin{aligned}
 K &= 1 + 3,3 \log n \\
 &= 1 + 3,3 \log (98) \\
 &= 7,57 \sim 8
 \end{aligned}$$

E. Mencari panjang interval (P)

$$P = R/K = 56,25/7,57 = 7,43 \sim 8$$

Tabel distribusi frekuensi data nilai kesiapan tentang menstruasi

No	Kelas Interval	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif (%)
1	36 – 46	1	1,02
2	47 – 52	7	7,14
3	53 – 60	15	15,31
4	61 – 68	19	19,39
5	69 – 76	19	19,39
6	77 – 84	8	8,16
7	85 – 92	12	12,24
8	93 – 100	17	17,35
Jumlah		98	100

Lampiran 10. Nilai Pengetahuan dan Kesiapan

a. Distribusi nilai Pengetahuan dan Kesiapan

No	Responden	Nilai Pengetahuan	Kategori	Nilai Kesiapan	Kategori
1	47	30.43	Rendah	56.25	Cukup
2	14	34.78	Rendah	50.00	Cukup
3	18	34.78	Rendah	56.25	Cukup
4	17	39.13	Rendah	56.25	Cukup
5	51	39.13	Rendah	50.00	Cukup
6	52	39.13	Rendah	43.75	Cukup
7	61	43.48	Cukup	50.00	Cukup
8	95	43.48	Cukup	56.25	Cukup
9	24	47.83	Cukup	50.00	Cukup
10	29	47.83	Cukup	62.50	Tinggi
11	78	47.83	Cukup	56.25	Cukup
12	88	47.83	Cukup	56.25	Cukup
13	16	52.17	Cukup	100.00	Sangat Tinggi
14	28	52.17	Cukup	56.25	Cukup
15	48	52.17	Cukup	56.25	Cukup
16	74	52.17	Cukup	81.25	Sangat Tinggi
17	6	56.52	Cukup	75.00	Tinggi
18	20	56.52	Cukup	75.00	Tinggi
19	25	56.52	Cukup	50.00	Cukup
20	60	56.52	Cukup	68.75	Tinggi
21	80	56.52	Cukup	87.50	Sangat Tinggi
22	83	56.52	Cukup	68.75	Tinggi
23	2	60.87	Cukup	87.50	Sangat Tinggi
24	13	60.87	Cukup	93.75	Sangat Tinggi
25	21	60.87	Cukup	87.50	Sangat Tinggi
26	44	60.87	Cukup	56.25	Cukup
27	50	60.87	Cukup	56.25	Cukup
28	63	60.87	Cukup	75.00	Tinggi
29	77	60.87	Cukup	81.25	Sangat Tinggi
30	84	60.87	Cukup	56.25	Cukup
31	87	60.87	Cukup	62.50	Tinggi
32	90	60.87	Cukup	56.25	Cukup
33	94	60.87	Cukup	56.25	Cukup
34	98	60.87	Cukup	62.50	Tinggi
35	11	65.22	Tinggi	93.75	Sangat Tinggi
36	19	65.22	Tinggi	62.50	Tinggi
37	23	65.22	Tinggi	93.75	Sangat Tinggi
38	45	65.22	Tinggi	68.75	Tinggi
39	54	65.22	Tinggi	68.75	Tinggi
40	65	65.22	Tinggi	81.25	Sangat Tinggi
41	89	65.22	Tinggi	62.50	Tinggi

No	Responden	Nilai Pengetahuan	Kategori	Nilai Kesiapan	Kategori
42	91	65.22	Tinggi	68.75	Tinggi
43	96	65.22	Tinggi	62.50	Tinggi
44	97	65.22	Tinggi	56.25	Cukup
45	1	69.57	Tinggi	68.75	Tinggi
46	4	69.57	Tinggi	75.00	Tinggi
47	5	69.57	Tinggi	75.00	Tinggi
48	8	69.57	Tinggi	75.00	Tinggi
49	9	69.57	Tinggi	93.75	Sangat Tinggi
50	41	69.57	Tinggi	87.50	Sangat Tinggi
51	42	69.57	Tinggi	93.75	Sangat Tinggi
52	58	69.57	Tinggi	75.00	Tinggi
53	72	69.57	Tinggi	56.25	Cukup
54	81	69.57	Tinggi	87.50	Sangat Tinggi
55	85	69.57	Tinggi	62.50	Tinggi
56	86	69.57	Tinggi	50.00	Cukup
57	12	73.91	Tinggi	75.00	Tinggi
58	15	73.91	Tinggi	50.00	Cukup
59	55	73.91	Tinggi	68.75	Tinggi
60	64	73.91	Tinggi	75.00	Tinggi
61	66	73.91	Tinggi	81.25	Sangat Tinggi
62	68	73.91	Tinggi	100.00	Sangat Tinggi
63	92	73.91	Tinggi	62.50	Tinggi
64	93	73.91	Tinggi	68.75	Tinggi
65	10	78.26	Tinggi	93.75	Sangat Tinggi
66	26	78.26	Tinggi	75.00	Tinggi
67	27	78.26	Tinggi	87.50	Sangat Tinggi
68	32	78.26	Tinggi	75.00	Tinggi
69	37	78.26	Tinggi	75.00	Tinggi
70	38	78.26	Tinggi	87.50	Sangat Tinggi
71	40	78.26	Tinggi	87.50	Sangat Tinggi
72	43	78.26	Tinggi	87.50	Sangat Tinggi
73	46	78.26	Tinggi	68.75	Tinggi
74	53	78.26	Tinggi	75.00	Tinggi
75	56	78.26	Tinggi	75.00	Tinggi
76	57	78.26	Tinggi	75.00	Tinggi
77	70	78.26	Tinggi	75.00	Tinggi
78	82	78.26	Tinggi	81.25	Sangat Tinggi
79	3	82.61	Sangat Tinggi	87.50	Sangat Tinggi
80	34	82.61	Sangat Tinggi	75.00	Tinggi
81	35	82.61	Sangat Tinggi	75.00	Tinggi
82	39	82.61	Sangat Tinggi	93.75	Sangat Tinggi
83	62	82.61	Sangat Tinggi	100.00	Sangat Tinggi
84	69	82.61	Sangat Tinggi	75.00	Tinggi
85	71	82.61	Sangat Tinggi	68.75	Tinggi

No	Responden	Nilai Pengetahuan	Kategori	Nilai Kesiapan	Kategori
86	75	82.61	Sangat Tinggi	87.50	Sangat Tinggi
87	76	82.61	Sangat Tinggi	81.25	Sangat Tinggi
88	22	86.96	Sangat Tinggi	62.50	Tinggi
89	30	86.96	Sangat Tinggi	100.00	Sangat Tinggi
90	33	86.96	Sangat Tinggi	100.00	Sangat Tinggi
91	36	86.96	Sangat Tinggi	81.25	Sangat Tinggi
92	49	86.96	Sangat Tinggi	87.50	Sangat Tinggi
93	59	86.96	Sangat Tinggi	100.00	Sangat Tinggi
94	79	86.96	Sangat Tinggi	93.75	Sangat Tinggi
95	7	91.30	Sangat Tinggi	93.75	Sangat Tinggi
96	31	91.30	Sangat Tinggi	100.00	Sangat Tinggi
97	67	91.30	Sangat Tinggi	93.75	Sangat Tinggi
98	73	95.65	Sangat Tinggi	81.25	Sangat Tinggi

b. Pengelompokan nilai pengetahuan dan kesiapan

Kategori Pengetahuan Menstruasi – Kesiapan menghadapi <i>menarche</i>	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif (%)
Sangat Tinggi – Sangat Tinggi	15	15,31
Sangat Tinggi – Tinggi	5	5,10
Sangat Tinggi – Cukup	0	0
Sangat Tinggi – Rendah	0	0
Sangat Tinggi – Sangat Rendah	0	0
Tinggi – Sangat Tinggi	15	15,31
Tinggi – Tinggi	25	25,51
Tinggi – Cukup	4	4,08
Tinggi – Rendah	0	0
Tinggi – Sangat Rendah	0	0
Cukup – Sangat Tinggi	7	7,14
Cukup – Tinggi	8	8,16
Cukup – Cukup	13	13,27
Cukup – Rendah	0	0
Cukup – Sangat Rendah	0	0
Rendah – Sangat Tinggi	0	0
Rendah – Tinggi	0	0
Rendah – Cukup	6	6,12
Rendah – Rendah	0	0
Rendah – Sangat Rendah	0	0
Sangat Rendah – Sangat Tinggi	0	0
Sangat Rendah – Tinggi	0	0
Sangat Rendah – Cukup	0	0
Sangat Rendah – Rendah	0	0
Sangat Rendah – Sangat Rendah	0	0

Lampiran 11. Uji Prasyarat

A. Uji Normalitas

1. Hipotesis :

H_0 = data berdistribusi normal

H_1 = data tidak berdistribusi normal

2. Distribusi sampling uji kolmogorov-smornov menggunakan program SPSS 16.0

3. Kriteria pengujian pada $\alpha = 0,05$ adalah :

Terima H_0 , jika nilai signifikan (p) $> \alpha$

Tolak H_0 , jika nilai signifikansi (p) $< \alpha$

4. Perhitungan uji normalitas dengan program SPSS 16.0.

Jenis Tes		Kolmogorov-Smirnov ^a		
		Statistic	Df	Sig.
Nilai Tes	Pengetahuan	.108	98	.007
	Kesiapan	.113	98	.004

5. Kesimpulan

Berdasarkan hasil perhitungan menggunakan uji Kolmogorov Simirnov bahwa nilai signifikasni (p) untuk tes pengetahuan adalah (p) $< \alpha$, yakni $0,007 < 0,05$ maka tolak H_0 yang artinya data tidak berdistribusi normal. Untuk nilai signifikansi (p) kesiapan adalah (p) $< \alpha$, yakni $0,004 < 0,05$ maka tolak H_0 yang artinya data tidak berdistribusi normal.

B. Uji Homogenitas

1. Hipotesis :

H_0 = variansi data homogen

H_1 = variansi data tidak homogen

2. Distribusi probabilitas sampling uji F menggunakan program SPSS 16.0

3. Kriteria pengujian pada $\alpha = 0,05$ adalah :

Terima H_0 , jika nilai signifikansi (p) $> \alpha$

Tolak H_0 , jika nilai signifikansi (p) $< \alpha$

4. Perhitungan uji homogenitas dengan program SPSS 16.0

Test of Homogeneity of Variance

	Levene Statistic	df1	df2	Sig.
Nilai Tes Based on Mean	.765	1	194	.383
Based on Median	.722	1	194	.396
Based on Median and with adjusted df	.722	1	193.948	.396
Based on trimmed mean	.844	1	194	.359

5. Kesimpulan :

Berdasarkan hasil uji homogenitas menggunakan program SPSS 16.0 diperoleh (p) $> \alpha$, yakni $0,383 > 0,05$ maka terima H_0 yang artinya variansi data homogen.

C. Uji Regresi

1. Hipotesis :

H_0 = koefisien regresi tidak signifikan

H_1 = koefisien regresi signifikan

2. Kriteria pengujian pada $\alpha = 0,05$ adalah :

Terima H_0 jika nilai signifikansi (p) $> \alpha$

Tolak H_0 , jika nilai signifikansi (p) $< \alpha$

3. Perhitungan uji regresi dengan program SPSS 16.0

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	29.831	5.925		5.035	.000
	Pengetahuan	.649	.085	.614	7.615	.000

ANOVA^b

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	8433.916	1	8433.916	57.981	.000 ^a
	Residual	13964.044	96	145.459		
	Total	22397.959	97			

4. Kesimpulan :

Berdasarkan hasil uji regresi menggunakan program SPSS 16.0 diperoleh (p) $< \alpha$ yakni $0,000 < 0,05$ maka tolak H_0 yang artinya koefisien regresi signifikan. Sedangkan model persamaan regresi yang terbentuk adalah $\hat{Y} = 29,831 + 0,649X$.

D. Uji Linieritas

1. Hipotesis :

H_0 = data tidak linier

H_1 = data linier

2. Kriteria Pengujian

Terima H_0 , jika nilai signifikansi (p) $> \alpha$

Tolak H_0 , jika nilai signifiknasi (p) $< \alpha$

3. Pehitungan

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Kesiapan * Pengetahuan	Between Groups	(Combined)	9726.751	15	648.450	4.196	.000
		Linearity	8433.916	1	8433.916	54.579	.000
		Deviation from Linearity	1292.835	14	92.345	.598	.860
	Within Groups		12671.208	82	154.527		
Total			22397.959	97			

4. Kesimpulan

Berdasarkan hasil perhitungan pada menggunakan program SPSS 16.0 diperoleh nilai signifiknasi pada tabel (p) $< \alpha$, yakni $0,000 < 0,05$, sehingga model data linier.

Lampiran 12. Uji Hipotesis Korelasi dengan *Spearman*

A. Uji Analisis Koefisien Korelasi

1. Hipotesis

$$H_0 : \rho_{xy} = 0$$

$$H_1 : \rho_{xy} > 0$$

2. Kriteria Pengujian

Terima H_0 , jika nilai signifiknasi (p) $> \alpha$

Tolak H_0 , jika nilai signifiknasi (p) $< \alpha$

3. Perhitungan Uji Hipotesis Korelasi Spearman dengan Program SPSS 16.0

Correlations			Pengetahuan	Sikap
Spearman's rho	Pengetahuan	Correlation Coefficient	1.000	.593**
		Sig. (2-tailed)	.	.000
		N	98	98
	Sikap	Correlation Coefficient	.593**	1.000
		Sig. (2-tailed)	.000	.
		N	98	98

4. Kesimpulan

Berdasarkan hasil perhitungan menggunakan program SPSS 16.0 diperoleh nilai signifiknasi (p) $< \alpha$, yakni $0,000 < 0,05$, maka tolak H_0 yang artinya terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan menghadapi *menarche*.

B. Koefisien Determinasi

Berdasarkan output pada lampiran analisis koefisien korelasi didapatkan bahwa nilai Spearman Correlation (r_{xy}) = 0,593. Dengan demikian dapat dihitung sebagai berikut:

$$\begin{aligned} \text{KP} &= r_{xy}^2 \times 100 \% \\ &= (0,593)^2 \times 100 \% \\ &= 35,17\% \end{aligned}$$

Kesimpulan:

Berdasarkan hasil yang diperoleh bahwa pengetahuan tentang menstruasi memberikan kontribusi terhadap kesiapan remaja putri menghadapi *menarche* adalah sebesar 35,17% sedangkan sisanya 64,83% dipengaruhi oleh variabel lain.

Lampiran 13. Foto Responden



Siswi SDN 05 Pagi



Siswi SDN 05 Pagi



Siswi SDN 01 Pagi



Siswi SDN 01 Pagi



Siswi SDN 01 Pagi

DAFTAR RIWAYAT HIDUP



ELIS ROHMAH PRI HARTINI. Anak pertama dari pasangan Titop Rusmawan dan Rita Zahara. Lahir di Jakarta 6 Februari 1993. Bertempat tinggal di Jalan Gaber Rt 003/08 no 45, Lubang Buaya, Kecamatan Cipayung, Jakarta Timur 13810.

Riwayat Pendidikan: Memulai pendidikan di TK Al-Ghazali Jakarta Tahun 1998. Melanjutkan ke SD Negeri Lubang Buaya 01 Pagi Jakarta Timur, lulus tahun 2005. Selanjutnya ke SMP Negeri 81 Jakarta, lulus tahun 2008. Setelah itu masuk SMA Negeri 48 Jakarta, lulus tahun 2011. Pada tahun yang sama, penulis melanjutkan studi ke Universitas Negeri Jakarta, Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam, Jurusan Biologi, Program Studi Pendidikan Biologi melalui jalur SNMPTN tulis.

Pengalaman Organisasi: Menjadi staf PSDM CMC Acropora Biologi UNJ periode 2012-2013. Kemudian menjadi kepala divisi MIB (*Marine Internal Base*) CMC Acropora Biologi UNJ periode 2013-2015. Menjadi staf Propaganda TAnK MIPA UNJ periode 2012-2014.

Pengalaman Penelitian: Mengikuti kegiatan SIMBOL di TWA Telaga Warna (2012) dan kegiatan KKL di Pangandaran, Jawa Barat (2014).

Pengalaman Mengajar: PKM di SMA Negeri 105 Jakarta pada bulan Agustus – Desember 2014.