

**PENGARUH PENGETAHUAN MENSTRUASI TERHADAP
KECEMASAN MENGHADAPI MENSTRUASI PADA SISWI
KELAS V DAN VI SDN ARDIMULYO 3 SINGOSARI**

SKRIPSI

Oleh :
HANI NUR FAJRIA
NIM : 04410008



**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
MAULANA MALIK IBRAHIM
MALANG
2010**

**PENGARUH PENGETAHUAN MENSTRUASI TERHADAP
KECEMASAN MENGHADAPI MENSTRUASI PADA SISWI
KELAS V DAN VI SDN ARDIMULYO 3 SINGOSARI**

SKRIPSI

**Diajukan Kepada Dekan Fakultas Psikologi UIN Malang
Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan
Dalam Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi (S. Psi)**

Oleh :

HANI NUR FAJRIA

NIM : 04410008



**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
MAULANA MALIK IBRAHIM
MALANG**

2010

HALAMAN PERSETUJUAN

**PENGARUH PENGETAHUAN MENSTRUASI TERHADAP
KECEMASAN MENGHADAPI MENSTRUASI PADA SISWI
KELAS V DAN VI SDN ARDIMULYO 3 SINGOSARI**

SKRIPSI

Disusun Oleh :

HANI NUR FAJRIA

NIM : 04410008

Telah disetujui oleh :

Dosen Pembimbing



Drs. Zainul Arifin, M.Ag

NIP. 1965060619940310003

Tanggal, 02 Oktober 2010

Mengetahui

Dekan Fakultas Psikologi

Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim

Malang



Dr. H. Mulyadi, M. Pd.I

NIP. 195507171982031005

HALAMAN PENGESAHAN

PENGARUH PENGETAHUAN MENSTRUASI TERHADAP KECEMASAN MENGHADAPI MENSTRUASI PADA SISWI KELAS V DAN VI SDN ARDIMULYO 3 SINGOSARI

SKRIPSI

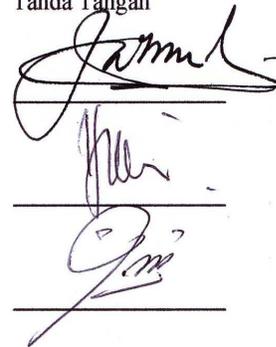
Disusun Oleh :
Hani Nur Fajria
04410008

Telah Dipertahankan di Depan Dewan Penguji
Dan Dinyatakan Diterima sebagai Salah Satu Persyaratan untuk Memperoleh
Gelar Sarjana Psikologi (S. Psi)
Pada tanggal 09 Oktober 2010

Susunan Dewan Penguji

1. Penguji Utama
Drs. Djazuli, M.PdI
2. Ketua Penguji
Yulia Sholihatun, M.Si
NIP. 197007242005012003
3. Sekretaris/ Pembimbing
Drs. Zainul Arifin, M.Ag
NIP. 1965060619940310003

Tanda Tangan



Mengetahui dan mengesahkan,
Dekan Fakultas Psikologi
Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang



Dr. H. Mulyadi, M. Pd. I
NIP. 195507171982031005

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Hani Nur Fajria
Tempat/ tanggal lahir : Jakarta, 27 Januari 1986
NIM : 04410008
Fakultas/ Jurusan : Psikologi/Psikologi Pendidikan
Alamat : Jl Brawijaya 3 RT 05 RW 01 Ardimulyo Singosari
Malang 65153

Menyatakan bahwa skripsi yang saya buat memenuhi persyaratan kelulusan gelar sarjana Psikologi (S. Psi) pada Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang dengan judul “Pengaruh Pengetahuan Menstruasi Terhadap Kecemasan Menghadapi Menstruasi Pada Siswi Kelas V Dan VI SDN Ardimulyo 3 Singosari” adalah hasil kerja saya sendiri dan bukan duplikasi karya orang lain.

Selanjutnya apabila dikemudian hari terdapat klaim dari pihak lain, bukan menjadi tanggung jawab dosen pembimbing atau pengelola Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, tetapi menjadi tanggung jawab pribadi saya sendiri.

Demikian surat pernyataan ini kami buat, atas kesadaran diri sendiri atau dengan sebenar-benarnya tanpa ada paksaan dari pihak manapun.

Malang, 02 Oktober 2010

Hormat Saya,

Hani Nur Fajria

METERAI
TEMPEL
PAJAK PENGHASILAN NEGARA
TGL. 20
50B17AAF299583510
ENAM RIBU RUPIAH
6000 DJP

MOTTO

وَيَسْأَلُونَكَ عَنِ الْمَحِيضِ قُلْ هُوَ أَذَى فَأَعْتَزِلُوا النِّسَاءَ فِي الْمَحِيضِ وَلَا تَقْرَبُوهُنَّ حَتَّى يَطْهُرْنَ فَإِذَا تَطَهَّرْنَ فَأْتُوهُنَّ مِنْ حَيْثُ أَمَرَ اللَّهُ

إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ التَّوَّابِينَ وَيُحِبُّ الْمُتَطَهِّرِينَ ﴿٢٢٢﴾

“Mereka bertanya kepadamu tentang haid. Katakanlah: "Haid itu adalah suatu kotoran." Oleh sebab itu hendaklah kamu menjauhkan diri dari wanita di waktu haid; dan janganlah kamu mendekati mereka, sebelum mereka suci. Apabila mereka telah suci, maka campurilah mereka itu di tempat yang diperintahkan Allah kepadamu. Sesungguhnya Allah menyukai orang-orang yang bertaubat dan menyukai orang-orang yang mensucikan diri.” (QS. Al-Baqarah (2) ayat 222)

PERSEMBAHAN

Dengan mengucapkan bismillah dan dengan setulus hati, karya tulis ini kupersembahkan untuk ayahku (Chambali) dan ibuku (Nuraini) Tercinta. Terima kasih atas semua yang telah engkau berikan padaku selama ini. Kasih sayang, cinta, kesabaran, didikan, bimbingan dan dukungan baik moril, sprituil, maupun materiil. Semua itulah yang membuatku menjadi orang yang berguna.

Para Guru dan Dosenku

Yang selalu menjadi pelita dalam perjalananku menggapai cita-citaku, karenamu aku dapat mewujudkan harapan dan anganku.

Adikku tersayang Nurusholihati dan Nur Faizati.

Kalianlah motivasi masa depanku dan harapan akhirku.....

Kalian harus lebih baik dariku

Untuk keluarga besarku

Makasih atas dukungan, kepercayaan serta motivasi yang kalian berikan padaku, sehingga ku dapat bangkit dari keterpurukan.

Untuk saudara, sahabat di keluarga besar Resimen Mahasiswa 811/Wira Cakti Yudha UIN MALIKI Malang.

Tempat dimana saya belajar memadukan Ilmu yang saya dapat di bangku kuliah dengan ilmu keprajuritan serta belajar berorganisasi yang baik.

Untuk P. Zainul Arifin dan P. Yachya Hasyim

Terimakasih atas semua dukungannya. Juga untuk teman-teman angkatan 2004 yang selalu memberikan suntikan semangat buatku.

Ya Allah kuhaturkan ucapan syukur pada-Mu yang telah memberikan orang-orang yang mencintai, mengasihi, dan menyayangiku dengan sepenuh hati dan sesuci untaian do'a-do'a dengan penuh ketulusan dan cinta suci. Kepada kalian semua kupersembahkan karyaku

KATA PENGANTAR

Segala puji bagi Allah SWT, Tuhan sekalian alam, yang karena Rahmat-Nya kita bisa dapat menjalani kehidupan dalam keteraturan dan keselamatan. Serta tak lupa saya haturkan shalawat serta salam kepada Nabi Muhammad SAW yang karena ajarannya kita bisa memperoleh nikmat Iman dan Islam. Alhamdulillah, itulah kata yang tepat terlontar karena dengan segenap perhatian dan usaha yang maksimal akhirnya penulisan penelitian yang berjudul "PENGARUH PENGETAHUAN MENSTRUASI TERHADAP KECEMASAN MENGHADAPI MENSTRUASI PADA SISWI KELAS V DAN VI SDN ARDIMULYO 3 SINGOSARI" ini dapat diselesaikan dengan baik.

Selama proses penelitian dan penyusunan penelitian, peneliti merasa sangat banyak mendapat perhatian, bantuan, bimbingan serta dukungan dari segala pihak. Oleh karena itu dengan segala hormat peneliti mengucapkan banyak terima kasih dan penghargaan yang mendalam kepada :

1. Bapak Prof. Dr. H. Imam Suprayogo, selaku Rektor Universitas Islam Negeri Malang.
2. Bapak Dr. H. Mulyadi, M. Pd. I selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
3. Bapak Drs. Zainul Arifin, M.Ag selaku dosen pembimbing peneliti atas segala waktu, perhatian, saran, dan masukan yang telah diberikan selama proses penyusunan peneliti.
4. Pihak Sekolah Ardimulyo 3 Singosari Malang yang telah memberikan kesempatan dan izin serta bantuan kepada peneliti untuk menyelesaikan penelitian ini.
5. Keluarga besar Resimen Mahasiswa Satuan 811/WCY yang telah memberikan motivasi, bantuan dan masukan kepada peneliti dalam rangka penyelesaian penelitian.
6. Serta semua pihak yang telah membantu dalam penulisan penelitian ini yang tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu.

Peneliti menyadari bahwa penulisan penelitian ini jauh dari sempurna karena semua tak lepas dari keterbatasan pengetahuan yang peneliti miliki. Dengan segala kerendahan hati, peneliti berharap atas masukan dan koreksi yang konstruktif, sehingga karya ini dapat menjadi lebih baik dikemudian hari.

Akhirnya, peneliti berharap mudah-mudahan penelitian ini dapat bermanfaat dan dijadikan pertimbangan dalam pengembangan keilmuan psikologi.

Malang, 02 Oktober 2010

Peneliti,

Hani Nur Fajria

DAFTAR ISI

Halaman Sampul	i
Halaman Judul	ii
Halaman Persetujuan	iii
Halaman Pengesahan	iv
Surat Pernyataan	v
Motto	vi
Persembahan	vii
Kata Pengantar.....	viii
Daftar Isi	x
Daftar Tabel	xii
Daftar Gambar	xiii
Daftar Lampiran	xiv
Abstrak	xv
BAB I Pendahuluan	1
A. Latar belakang	1
B. Perumusan masalah	7
C. Tujuan penelitian.....	8
D. Manfaat penelitian	8
BAB II Kajian Teori	9
A. Pengetahuan Menstruasi	9
1. Pengetahuan	9
2. Menstruasi	12
3. Kecemasan	24
B. Prespektif dalam Islam	29
1. Pengetahuan	29
2. Menstruasi	32
3. Kecemasan	37
C. Pengaruh Pengetahuan Menstruasi Terhadap Kecemasan Menstruasi	39
D. Hipotesa	41
BAB III Metode Penelitian	42
A. Jenis penelitian	42
B. Variabel dan definisi operasional.....	43
1. Variabel.....	43
2. Definisi operasaional	43
C. Lokasi dan waktu penelitian	43
1. Lokasi.....	44
2. Waktu penelitian.....	44
D. Populasi dan sampel	44
1. Populasi.....	44
2. Sampel.....	45

E. Instrumen penelitian	45
F. Metode pengumpulan data	46
1. Wawancara	46
2. Observasi	46
3. Kuesioner	47
4. Dokumenter	51
G. Validitas dan realibilitas	52
1. Validitas	52
2. Reabilitas	53
H. Pengolahan dan metode analisa data	54
1. Pengolahan data	54
a. Pengeditan (Editing)	54
b. Kode (coding)	54
c. Scoring	54
d. Tabulasi	54
2. Analisa data	54
BAB IV Hasil Penelitian dan pembahasan	57
A. Sekilas Tentang Profil Sekolah	57
B. Pelaksanaan penelitian	58
1. Persiapan penelitian	58
2. Pelaksanaan penelitian	59
C. Data hasil pengujian validitas dan reabilitas	61
1. Validitas	61
2. Reabilitas	63
D. Analisa Data	64
E. Pembahasan	70
BAB V Penutup	72
A. Kesimpulan	72
B. Saran	72

DAFTAR PUSTAKA
LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

- Tabel 3.1 Skor Pengetahuan (V.X)
Tabel 3.2 Blue Print Pengetahuan (V.X)
Tabel 3.3 Skor Kecemasan (V.Y)
Tabel 3.4 Blue Print Kecemasan (V.Y)
Tabel 4.1 Hasil Uji Validitas Kuesioner
Tabel 4.2 Hasil Uji Reliabilitas kuesioner
Tabel 4.3 Ringkasan HASil Analisis Regresi
Tabel 4.4 Uji Model Regresi Secara Stimultan
Tabel 4.5 Uji Hipotesis Model Regresi Secara Stimultan
Tabel 4.6 Uji Hipotesis Koefisien Regresi β_0
Tabel 4.7 Uji Hipotesis Koefisien Regresi β_1

DAFTAR GAMBAR

- Gambar 2.1 Kompleks Hipotalamus-Hipofisis-Ovarium
Gambar 2.2 Siklus Hormonal
Gambar 2.3 Menstruasi/Haid

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran I Skala Kecemasan Menstruasi.
- Lampiran II Hasil Uji Validitas Dan Reliabilitas, Frekuensi, Penghitungan Kategorisasi dan Hasil Analisis Regresi.
- Lampiran III Profil Sekolah.
- Lampiran IV Bukti Konsultasi, Surat Izin Penelitian dan Surat Keterangan Lainnya
- Lampiran V Paket Bimbingan dan Materi yang Disampaikan (Modul)

ABSTRAK

Fajria, Hani N. 2010. Pengaruh Pengetahuan Menstruasi Terhadap Kecemasan Menghadapi Menstruasi Pada Siswi Kelas V Dan VI SDN Ardimulyo 3 Singosari

Pembimbing: Drs. Zainul Arifin, M.Ag

Kata Kunci: Pengetahuan, Menstruasi dan Kecemasan

Latar belakang dari studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti pada bulan Januari 2010, mendapati sebagian besar siswi belum mengetahui secara jelas dan benar mengenai menstruasi sehingga mereka secara tidak langsung atau secara tidak sadar mengalami kecemasan menstruasi. Pengetahuan adalah sesuatu yang hadir dan terwujud dalam pikiran seseorang dikarenakan adanya reaksi, persentuhan dan hubungannya dengan lingkungan dan alam sekitarnya. Pengetahuan ini meliputi emosi, tradisi, keterampilan, informasi dan pikiran. Menstruasi adalah darah kotor yang keluar dari rahim perempuan yang tidak terjadi pada kanak-kanak bukan karena sakit dan itu terjadi setiap bulan. Kecemasan dapat diartikan sebagai suatu ketakutan yang terjadi dalam diri secara berlebihan karena ketidakmampuan untuk mengatasi suatu permasalahan yang ada.

Permasalahan yang diangkat dalam penelitian ini adalah

1. Bagaimana tingkat pengetahuan menstruasi siswi kelas V dan VI SDN Ardimulyo 3 Singosari?
2. Bagaimana tingkat kecemasan menghadapi menstruasi pada siswi kelas V dan VI SDN Ardimulyo 3 Singosari?
3. Apakah ada pengaruh pengetahuan menstruasi terhadap kecemasan menghadapi menstruasi pada siswi kelas V dan VI SDN Ardimulyo 3 Singosari?

Dengan tujuan dalam penelitian ini adalah

1. Untuk mengetahui tingkat pengetahuan menstruasi siswi kelas V dan VI SDN Arimulyo 3 Singosari.
2. Untuk mengetahui tingkat kecemasan menghadapi menstruasi pada siswi kelas V dan VI SDN Ardimulyo 3 Singosari.
3. Untuk menguji pengaruhnya pengetahuan menstruasi terhadap kecemasan menghadapi menstruasi pada siswi kelas V dan VI SDN Ardimulyo 3 Singosari.

Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif, Penelitian ini termasuk dalam penelitian eksperimen kuantitatif dengan jenis penelitian Quasy Experimental Research (penelitian eksperimental semu). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas V dan VI yang berjumlah 98 orang. Tetapi karena yang secara alamiah yang mengalami menstruasi adalah perempuan sehingga populasi yang diambil adalah siswi yang berjumlah 49 orang dan sampel yang diambil berjumlah 49 orang. Teknik analisa data pada penelitian ini dilakukan dengan uji statistic yaitu regresi Untuk menguji Pengaruhnya Pengetahuan Menstruasi Terhadap Kecemasan Menghadapi Menstruasi.

Hasil penelitian dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Dari 49 responden terdapat 16 siswi (32,65%) yang memiliki pengetahuan menstruasi rendah, 16 siswi (32,65%) yang memiliki pengetahuan menstruasi sedang dan 17 siswi (34,69%) yang memiliki pengetahuan menstruasi tinggi.
2. Kecemasan menstruasi dari 49 responden terdapat 15 siswi (30,61%) yang memiliki kecemasan rendah, 24 siswi (48,98%) yang memiliki kecemasan sedang dan 10 siswi (20,41%) yang memiliki kecemasan tinggi.
3. Terdapat pengaruh yang signifikan antara pengetahuan dengan kecemasan menstruasi, dengan taraf signifikan 5% sebesar 0,000 yang berarti H_0 ditolak dengan $t_{tabel} = 2,012$ dan $t_{hitung} = 5,348$ dimana jika Pengetahuan rendah maka Kecemasan tinggi, jika Pengetahuan sedang maka Kecemasan sedang dan jika Pengetahuan tinggi maka Kecemasan rendah.

ABSTRACT

Fajria, Hani N. 2010. The influence between knowledge of menstruation and the anxiety to face menstruation of grader V and VI SDN Ardimulyo 3 Singosari.

Guidance: Drs. Zainul Arifin M.Ag

Keywords: Knowledge, Menstruation, and Anxiety

The background of the preliminary study conducted by researchers in January 2010, found that most students do not yet know clearly and correctly about menstruation so they are indirectly or unconsciously experiencing anxiety menstruation. Knowledge is something that is present and manifest in one's mind because of the reaction, contiguity and its relations with the environment and natural surroundings. This knowledge includes the emotions, traditions, skills, information and thoughts. Menstruation is dirty blood that comes out of the womb of women who do not happen to a child and because of pain and it happens every month. Anxiety can be interpreted as a fear that occurs in excessively due to the inability to solve a problem.

Issues raised in this research is

1. What level of knowledge menstrual grader V and VI SDN Ardimulyo 3 Singosari?
2. How to deal with menstruation anxiety level in grade V and VI SDN Ardimulyo 3 Singosari?
3. Is there any influence on the anxieties facing knowledge menstrual periods at grade V and VI SDN Ardimulyo 3 Singosari?

With the aim of this research is

1. To determine the level of knowledge of menstruation grader V and VI SDN Ardimulyo 3 Singosari.
2. To determine the level of anxiety to face menstruation of grader V and VI SDN Ardimulyo 3 Singosari.
3. To test the effect of knowledge of the anxieties facing the menstrual period on V and VI grade student SDN Ardimulyo 3 Singosari.

This research is quantitative research, this study included in the study of quantitative experiments with the type of research Quasy Experimental Research. The population in this study is all students in grade V and VI, which totaled 98 people. But because of naturally that menstruating women so that the population is taken is a student who totaled 49 people and taken samples totaling 49 people. Data analysis technique in this study conducted by statistical tests of regression, to examine the Influence of knowledge about menstruation and anxiety to face menstruation.

The results can be concluded as follows:

1. From the 49 respondents there were 16 female students (32.65%) having low menstruation knowledge, 16 students (32.65%) who had average knowledge of menstruation, and 17 female students (34.69%) having high menstruation knowledge.

2. Anxiety period of 49 respondents there are 15 female students (30.61%) having low anxiety, 24 students (48.98%) who had average anxiety and 10 were female students (20.41%) having high anxiety.
3. There is significant relations between knowledge and the anxiety of menstruation, with 5% significance level of 0.000 which mean H_0 rejected by $t_{table} = 2.012$ and $t_{count} = 5.348$ where there is low knowledge, there is high anxiety, if there is average knowledge, there is average anxiety, and if there is high knowledge, there is low anxiety.

ملخص البحث

فجرىا، هاني نور. ٢٠١٠. تأثير معرفة عن الحيض في قلق ليواجه الحيض في الطالبات
الفصل الخامس والسادس بمدرسة الإبتدائية عاما أردي موليا ٣ سينجوساري.

المشرف : الدكتوراندوس زين العارفين الماجيستسر.

كلمة الرئيس : معرفة والحيض والقلق

من خلفية الدراسة هذه المقدمة، تعمل الباحثة في شهر يناير ٢٠١٠، توجد
من بعض الطالبات لم يعرفوا بالواضح وصحيح عن الحيض حتى أصابتهن قلقا
باستمرارا أوليادرك. المعرفة هي التي حاضر ووجود في الفكر الناس لأن وجود حركة
ولمسا ووصلة حول البيئة تضمن معرفة نفسا وتقليدا ومهارتا واختبارا وفكرا. الحيض
هو والإستحاضة تخرج من رحم المرأة التي تقع على البنات ليس بالمريض وذلك كل
شهر. معنى قلق هو فازعا في نفسها بمسرف لأن لا يستطيع لتغلب على المسئلة.

أسئلة في هذا البحث هو :

١. كيف درجة معرفة الحيض لطالبات فصل الخامس والسادس بمدرسة الإبتدائية عاما

أردي موليا ٣ سينجوساري؟

٢. كيف درجة قلق ليواجه الحيض لطالبات فصل الخامس والسادس بمدرسة الإبتدائية

عاما أردي موليا ٣ سينجوساري؟

٣. هل وجود تأثير معرفة الحيض عن قلق ليواجه الحيض لطالبات فصل الخامس

والسادس بمدرسة الإبتدائية عاما أردي موليا ٣ سينجوساري؟

الهدف من هذا البحث هو :

١. ليعرف درجة معرفة الحيض لطالبات فصل الخامس والسادس بمدرسة الإبتدائية
عاما أردني موليا ٣ سينجوساري.

٢. ليعرف درجة قلق ليواجه الحيض لطالبات فصل الخامس والسادس بمدرسة
الإبتدائية عاما أردني موليا ٣ سينجوساري.

٣. لتقوم تأثيره معرفة الحيض عن قلق ليواجه الحيض لطالبات فصل الخامس
والسادس بمدرسة الإبتدائية عاما أردني موليا ٣ سينجوساري.

إن هذا البحث من دراسة كميًا (Kuantitatif) وإحدى من البحث التجريبية
الكميا بقسم البحث غير حقيقي التجريبية البحث (Quasy Experimental
Research). السكان في هذا البحث جميع طالبات الفصل الخامس والسادس بجملة
ثمان وتسعون شخصا. ولكن بالطبيعية التي تجربة الحيض هي المرأة حتى تأخذ السكان
بجملة تسع وأربعون شخصا. وتأخذ العينات بجملة تسع وأربعون شخصا. تقنيات
تحليل البيانات في هذا البحث تعمل بإحصائية الإختبار هو تراجع لإختبار تأثيره معرفة
عن الحيض في قلق ليواجه الحيض.

وأما نتائج البحث التي حصلته الباحثة من هذا البحث هو :

١. من تسع وأربعين سكان توجد سادس عشر طالبات (٦٥,٣٦%) بمعرفة
الحيض منخفضا وسادس عشر طالبات (٦٥,٣٢%) بمعرفة الحيض متوسطة
وسابع عشر طالبات (٦٩,٣٤%) بمعرفة الحيض مرتفعا.
٢. قلق الحيض من تسع وأربعون سكان توجد خامس عشر طالبات (٦١,٣٠%)
بقلق منخفض وأربع وعشرين طالبات (٩٨,٤٨%) بقلق متوسطة
وعشرة طالبات (٤١,٢٠%) بقلق مرتفع.

يوجد تأثير كبير بين معرفة وقلق الحيض بمستوي الكبير ٥ % بتسجيل
٠٠٠٠٠٠ % معنه هـ. (H_0) رفض بـ جدول (T_{tabel}) يساوي بـ ٢، ٠١٢ و
تـحسابي (T_{hitung}) يساوس بـ ٣٤٨،٥ إذا معرفة منخفض فقلق مرتفع وإذا معرفة
متوسطة فقلق متوسطة وإذا معرفة مرتفع فقلق منخفض.

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang.

Manusia tidak pernah statis di dalam kehidupannya, karena mereka selalu berkembang dan tumbuh, mulai masa prenatal, masa bayi, masa kanak-kanak, masa pubertas, masa remaja, masa dewasa, masa madya dan masa usia lanjut, dimana semua tersebut mengalami perubahan-perubahan yang berarti.

Pada masa pubertas merupakan masa pertumbuhan dan perubahan yang pesat, meskipun dalam masa pubertas mempunyai periode singkat yang bertumpang tindih dengan masa akhir kanak-kanak dan permulaan masa remaja. Masa pubertas memiliki beberapa tahapan yaitu tahap prapuber dimana bukan lagi seorang anak tetapi belum juga seorang remaja. Tahap yang kedua dalam masa kanak-kanak dan masa remaja, tahap ini saatnya muncul kematangan seksual seperti haid (menstruasi) pada anak perempuan dan mimpi basah pada anak laki-laki. Adapun tahap terakhir dalam masa pubertas yaitu tahap pascapuber dimana tahap ini bertumpang tindih dengan tahun pertama atau tahun kedua masa remaja¹. Tetapi, dalam masa ini terjadi pada usia yang berbeda bagi anak laki-laki dan anak perempuan serta bagi individu-individu di dalam tiap kelompok seks.

Pada masa puber seorang anak yang telah mengalami menstruasi atau mimpi basah berarti organ-organ reproduksinya telah matang, dan ini sering

¹ Elizabeth B. Hurlock, Psikologi Perkembangan Suatu pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan Edisi Kelima, (Jakarta: Erlangga), 185

disebut sebagai kematangan seksual. Menurut Kartono, kematangan seksual atau kematangan fungsi jasmaniah yang biologis ini berupa kematangan kelenjar kelamin, yaitu testis pada anak laki-laki dan ovarium pada anak perempuan, beserta membesarnya alat-alat kelaminnya².

Pada masa puber ditandai oleh menstruasi pada anak perempuan dan mimpi basah pada anak laki-laki, rata-rata anak perempuan akan mengalaminya pada usia tiga belas tahun dan anak laki-laki pada usia empat belas tahun. Pertumbuhan dan perubahan yang pesat pada masa puber akan berbeda-beda, karena dipengaruhi oleh faktor keturunan dan faktor lingkungan seperti gizi, kesehatan dan tekanan emosional.

Menstruasi kali pertama pada anak perempuan yang mengalami puber akan merasa terkejut, cemas bahkan trauma. Karena menstruasi kali pertama dia (anak perempuan) juga akan merasakan nyeri/kram dibagian bawah perut, nyeri punggung dan nyeri disepanjang paha bagian dalam yang pertama kali pula.

Menurut Hurlock, menstruasi sekalipun sebelumnya sudah mengerti, namun menstruasi seringkali merupakan pengalaman yang traumatis, terutama bila disertai dengan muntah-muntah dan organ-organ tubuh kejang³. Mereka membutuhkan pengetahuan tentang menstruasi yang benar dan baik. Karena pada era globalisasi seperti ini mereka dengan mudahnya mendapatkan pengetahuan tentang menstruasi di media, tetapi mereka belum tahu benar

² DR. Kartini Kartono, Psikologi Wanita 1 Mengenal Gadis Remaja dan Wanita Dewasa, 2006, (Bandung: Mandar Maju), 53

³ Elizabeth B. Hurlock, Psikologi Perkembangan Suatu pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan Edisi Kelima, (Jakarta: Erlangga), 195

yang mereka peroleh itu benar dan baik untuk di konsumsi. Tetapi jika mereka tidak mendapatkan di media, mereka akan saling bertanya ke teman sebayanya yang sama belum paham mengenai menstruasi.

Penelitian tentang menstruasi pada remaja putri sudah banyak dilakukan oleh peneliti peneliti sebelumnya. Yaitu: Menurut penelitian yang dilakukan oleh I Gusti Ayu Ratih Agustini pada tahun 2008 di SDN Giwangan Yogyakarta yang berjudul Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Menstruasi Terhadap Kecemasan Menghadapi Menarche Pada Siswi Kelas V di SDN Giwangan Yogyakarta. Dari hasil penelitian tersebut menghasilkan tingkat kecemasan responden menurun yang dibuktikan dengan adanya jumlah responden yang tadinya paling banyak berada pada tingkat kecemasan berat (54,8%) akhirnya mengalami perubahan yaitu sebagian besar responden (51,6%) sudah tidak lagi cemas dalam menghadapi Menarche⁴.

Penelitian yang dilakukan Jihad Santoso yang berjudul Pengaruh Menstruasi Terhadap Insomnia Pada Mahasiswa Putri Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Yogyakarta Angkatan 1999, menyatakan bahwa diperoleh sebanyak 8 orang sampel (26,66 %) yang dalam siklus mentruasinya memiliki gangguan menstruasi berupa dismenorea dan juga ada gangguan tidur berupa insomnia, 16 orang sampel (53,33 %) dengan dismenorea namun tanpa adanya insomnia, sampel yang selama siklus mentruasinya tidak menderita dismenorea tetapi menderita insomnia (0 %), serta tercatat sebanyak

⁴ <http://Skripsistikes.Wordpress.Com/2009/05/03/Ikpii105/> posting tgl 8 aug 2009

6 orang sampel (20 %) yang tidak menderita dismenorea dan juga tanpa insomnia.⁵

Penelitian yang dilakukan Eny Rahayu yang berjudul Gambaran Cara Yang Dilakukan Oleh Remaja Putri Untuk Mengatasi Nyeri Haid. Dari hasil penelitian tersebut didapatkan bahwa remaja yang mengatasi nyeri haid dengan penanganan secara mandiri sebanyak 135 orang (77,6%), penanganan oleh dokter atau tenaga kesehatan sebanyak 25 orang (14,4%), penanganan dengan dukungan psikologis sebanyak 6 orang (3,4%), dan penanganan dengan cara lain sebanyak 8 orang (4,6%). Jadi mayoritas remaja mengatasi nyeri haid dengan penanganan secara mandiri.⁶

Penelitian yang dilakukan Etik Murtapi'ah yang berjudul Hubungan Antara Tingkat Dukungan Sosial Dengan Tingkat Kecemasan Saat Menarche. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 195 responden, 82,6% mengalami kecemasan sedang dan 50,7% mendapatkan dukungan tinggi. Hasil analisis menggunakan sperman rank menunjukkan bahwa tidak ada hubungan negatif antara tingkat dukungan sosial dengan tingkat kecemasan saat menarche, setelah diperoleh hasil nilai $r : 0,146$ dengan nilai $p = 0,04 < \alpha = 0,05$ dengan kriteria penerimaan hipotesis alternatif (h_1) nilai probability $< \alpha = 0,05$ dan koefisien korelasi nilainya negatif sehingga h_1 ditolak. Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa tingkat dukungan sosial tidak berhubungan dengan tingkat kecemasan remaja putri dalam menghadapi menarche.⁷

⁵ <http://bachjs.blogspot.com/2005/06/pengaruh-menstruasi-terhadap-insomnia.html>. 11 agus 2010

⁶ <http://www.arsip-indoscript.co.cc/2010/06/hasil-penelitian-orang-lain.html>. 11 agus 2010

⁷ <http://www.arsip-indoscript.co.cc/2010/06/hasil-penelitian-orang-lain.html>. 11 agustus 2010

Penelitian yang dilakukan Kristina Ekasari yang berjudul Gambaran Pengetahuan Dan Sikap Siswa Putri Kelas VII-VIII SMP Negeri 4 Madiun Tentang Keputihan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengetahuan siswa putri kelas VII-VIII SMP Negeri 4 Madiun tentang keputihan adalah 42,61 % termasuk kategori cukup dan sebanyak 57,39 % siswa putri termasuk dalam kategori kurang sedangkan sikap yang ditunjukkan siswa putri kelas VII-VIII SMP Negeri 4 Madiun tentang keputihan yaitu 1,3 % mempunyai sikap yang positif, sebanyak 22,6 % mempunyai sikap netral dan sebagian besar (76,1 %) mempunyai sikap negatif. Berdasarkan hasil penelitian diatas disimpulkan bahwa pengetahuan siswa putri kelas VII-VIII SMP Negeri 4 Madiun tentang keputihan yaitu kurang dan sebagian besar sikapnya adalah negatif.⁸

Penelitian yang dilakukan Sylvia Marlinda Sari yang berjudul Hubungan Antara Pengetahuan Remaja Siswi SLTP Dengan Sikap Dalam Menghadapi Masa Menstruasi. Hasil penelitian didapatkan nilai *mean* pengetahuan tentang menstruasi 88,097, sikap dalam menghadapi masa menstruasi = 75,88. Ada hubungan antara pengetahuan remaja siswi SLTP dengan sikap dalam menghadapi masa menstruasi dengan $r = 0,452$, sig (2-tailed) = 0,000. Kesimpulan penelitian bahwa terdapat hubungan antara pengetahuan remaja siswi SLTP dengan sikap dalam menghadapi masa menstruasi.⁹

Penelitian yang dilakukan Putri Pradita yang berjudul Gambaran Sikap Remaja Putri Dalam Menghadapi Menarche Di SDN 03 Madiun Lor. Hasil penelitian menunjukkan bahwa usia rata-rata siswi SD kelas 6 yang belum

⁸ <http://www.arsip-indoscript.co.cc/2010/06/hasil-penelitian-orang-lain.html>. 11 agustus 2010

⁹ <http://www.arsip-indoscript.co.cc/2010/06/hasil-penelitian-orang-lain.html>. 11 agustus 2010

haid 12 tahun, dan sebagian besar responden bersikap positif yaitu sebanyak 21 orang (65,625 %) meliputi aspek personal hygiene, gizi, asupan Fe, dan upaya untuk kebugaran fisik. Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa gambaran sikap siswi klas 6 SDN 03 Madiun Lor dalam menghadapi *menarche* adalah sebagian besar sikap positif. Namun demikian, pada Remaja putri diharapkan untuk sebaiknya memperoleh lebih banyak informasi tentang Kesehatan Reproduksi Remaja khususnya tentang Menarche.¹⁰

Berdasarkan tentang hasil-hasil penelitian diatas dapat disimpulkan adanya kecemasan disaat akan menstruasi. Penelitian diatas telah menelaah tentang kecemasan menstruasi, insomnia, nyeri menstruasi, keputihan dan pendidikan kesehatan mengenai menstruasi. Penelitian mengenai pengetahuan yang menjelaskan menstruasi belum pernah dilakukan. Sedangkan dari penelitian sebelumnya yaitu pendidikan kesehatan mengenai menstruasi terbukti dapat menurunkan tingkat kecemasan terhadap menstruasi.

Peneliti berfokus pada pengetahuan tentang menstruasi karena bedasarkan studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti di SDN Ardimulyo 3 Singosari, menunjukkan siswi belum memiliki pengetahuan mengenai menstruasi dan adanya kecemasan menstruasi. Peneliti melakukan studi pendahuluan dengan cara mewawancarai secara langsung kepada seluruh kelas V putri didapatkan dua puluh empat siswi dari dua puluh enam siswi belum mengalami menstruasi. Selanjutnya, peneliti melakukan wawancara secara mendalam kepada dua orang siswi yang telah mengalami menstruasi dan tiga

¹⁰ <http://www.arsip-indoscript.co.cc/2010/06/hasil-penelitian-orang-lain.html>. 11 agustus 2010

orang siswi belum menstruasi, dan didapatkan informasi bahwa siswi-siswi tersebut mengatakan mudah capek saat menstruasi dan cemas untuk menghadapi menstruasi nantinya karena mereka belum mengetahui tentang menstruasi. Para siswipun kesulitan untuk mendapatkan informasi mengenai menstruasi karena belum ada yang memberikannya baik dari guru maupun dari petugas yang berwenang.

Berdasarkan studi pendahuluan dan penelitian-penelitian sebelumnya, maka peneliti ingin mengetahui apakah pengetahuan menstruasi akan mempengaruhi kecemasan menghadapi menstruasi. Karena berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh I Gusti Ayu Ratih Agustini, menyimpulkan adanya penurunan tingkat kecemasan setelah dilakukan pendidikan kesehatan tentang menstruasi di SDN Giwangan. Dan yang membedakan penelitian peneliti dengan penelitian I Gusti Ayu Ratih Agustini yaitu pengetahuan bukan pendidikan kesehatan. Maka perlu diadakan suatu penelitian, yang mana penelitian ini berjudul atau mengambil tema tentang: **“PENGARUH PENGETAHUAN MENSTRUASI TERHADAP KECEMASAN MENGHADAPI MENSTRUASI PADA SISWI KELAS V DAN VI SDN ARDIMULYO 3 SINGOSARI”**

B. Rumusan Masalah

Dari latar belakang permasalahan di atas, maka dapat diambil suatu rumusan pokok permasalahan diantaranya adalah sebagai berikut:

1. Bagaimana tingkat pengetahuan menstruasi siswi kelas V dan VI SDN Ardimulyo 3 Singosari?

2. Bagaimana tingkat kecemasan menghadapi menstruasi pada siswi kelas V dan VI SDN Ardimulyo 3 Singosari?
3. Apakah Ada Pengaruh Pengetahuan Menstruasi Terhadap Kecemasan Menghadapi Menstruasi Pada Siswi Kelas V dan VI SDN Ardimulyo 3 Singosari?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan yang ingin penulis ketahui dari penelitian ini, yaitu:

1. Untuk mengetahui tingkat pengetahuan menstruasi siswi kelas V dan VI SDN Arimulyo 3 Singosari.
2. Untuk mengetahui tingkat kecemasan menghadapi menstruasi pada siswi kelas V dan VI SDN Ardimulyo 3 Singosari.
3. Untuk menguji pengaruhnya pengetahuan menstruasi terhadap kecemasan menghadapi menstruasi pada siswi kelas V dan VI SDN Ardimulyo 3 Singosari.

D. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat yang diharapkan dari penelitian ini adalah:

1. Sebagai masukan bagi guru-guru untuk diadakannya sex education, jangan sampai anak-anak didiknya mendapatkan informasi yang salah.
2. Sebagai masukan bagi orang tua untuk lebih memperhatikan anak perempuannya.
3. Secara umum dapat dijadikan bahan pertimbangan bagi para peneliti untuk mengadakan penelitian lebih lanjut.

BAB II

KAJIAN TEORI

A. Pengetahuan Menstruasi

1. Pengetahuan.

Pengetahuan adalah sesuatu yang hadir dan terwujud dalam pikiran seseorang dikarenakan adanya reaksi, persentuhan dan hubungannya dengan lingkungan dan alam sekitarnya. Pengetahuan ini meliputi emosi, tradisi, keterampilan, informasi dan pikiran.

Adapun jenis-jenis pengetahuan dibagi menjadi¹¹:

a. Pengetahuan langsung (*Immediate*).

Pengetahuan langsung yang hadir dalam jiwa tanpa melalui proses penafsiran, seperti pengetahuan tentang pohon, rumah, binatang. Namun, pengetahuan ini terbatas dengan benda yang baru dilihatnya karena akan mengalami kesukaran dalam penyebutannya.

b. Pengetahuan tidak langsung (*Mediated*).

Pengetahuan ini merupakan hasil dari pengaruh interpretasi dan proses berfikir serta pengalaman yang lalu sehingga membutuhkan penafsiran.

c. Pengetahuan Indrawi (*Perceptual*).

Pengetahuan yang dicapai atau diraih melalui indra. Contohnya, saat menyaksikan satu pohon, batu atau kursi dan objek-objek ini

¹¹ <http://referensiasyariabdullah.blogspot.com/2008/04/definisi-dan-jenis-jenis-pengetahuan.html>

yang masuk kealam pikiran melalui indra penglihatan akan membentuk pengetahuan kita.

d. Pengetahuan Konseptual (*Conceptual*).

Pengetahuan konseptual tidak dapat dipisahkan dari pengetahuan indrawi. Karena, pikiran manusia secara langsung tidak dapat membentuk suatu konsep-konsep tentang objek-objek yang berada di alam sekitar sehingga membutuhkan indra.

Pengetahuan dipengaruhi oleh intensitas perhatian dan persepsi manusia terhadap suatu objek tertentu. Karakteristik untuk menentukan intensitas tersebut Notoatmodjo dibagi menjadi 6 tingkatan pengetahuan¹², yaitu:

a. Tahu (*Know*).

Tahu diartikan sebagai mengingat suatu materi yang telah dipelajari sebelumnya. Pengetahuan tingkat ini adalah mengingat kembali terhadap suatu yang spesifik dari seluruh bahan yang dipelajari atau rangsangan yang telah diterima. Oleh sebab itu, ini merupakan tingkat pengetahuan yang paling rendah. Untuk mengukur bahwa seseorang, tahu tentang apa yang dipelajari antara lain menyebutkan, menguraikan, mendefenisikan, menyatakan dan sebagainya

¹² <http://www.canboyz.co.cc/2010/06/pengertian-definisi-dan-tingkat.html>. posting 19 Juli 2010

b. Memahami (*Comprehention*)

Memahami diartikan sebagai suatu kemampuan untuk menjelaskan secara benar tentang objek yang diketahui dan dapat menginterpretasikan materi tersebut secara benar, orang yang telah paham terhadap objek atau materi harus dapat menjelaskan, menyebutkan contoh, menyimpulkan, meramalkan dan sebagainya terhadap objek yang dipelajari.

c. Aplikasi (*Application*)

Aplikasi diartikan sebagai kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari pada situasi atau kondisi sebenarnya, aplikasi ini diartikan dapat sebagai aplikasi atau penggunaan hukum-hukum, rumus metode, prinsip dan sebagainya dalam konteks atau situasi yang lain.

d. Analisis (*Analysis*).

Adalah suatu kemampuan untuk menjabarkan materi atau suatu objek kedalam komponen-komponen tetapi masih dalam suatu struktur organisasi tersebut dan masih ada kaitannya satu sama lain. Kemampuan analisa ini dapat dilihat dari penggunaan kata kerja dapat menggambarkan, membedakan, mengelompokkan dan seperti sebagainya. Analisis merupakan kemampuan untuk mengidentifikasi, memisahkan dan sebagainya.

e. Sintesis.

Adalah suatu kemampuan untuk meletakkan atau menggabungkan bagian-bagian didalam suatu bentuk keseluruhan yang, baru dengan kata lain sintesis adalah suatu kemampuan untuk menyusun formasi baru dari informasi-informasi yang ada misalnya dapat menyusun, dapat menggunakan, dapat meringkaskan, dapat menyesuaikan terhadap suatu teori atau rumusan yang telah ada.

f. Evaluasi

Evaluasi ini berkaitan dengan kemampuan untuk melakukan justifikasi atau penilaian terhadap suatu materi atau objek. Penilaian itu berdasarkan suatu kriteria yang ditentukan sendiri atau menggunakan kriteria yang telah ada. Pengukuran pengetahuan dapat dilakukan dengan wawancara atau angket yang menanyakan tentang isi materi yang ingin diukur dari subjek penelitian atau responder kedalaman pengetahuan yang ingin kita ketahui dapat kita lihat sesuai dengan tingkatan-tingkatan diatas.

2. Menstruasi.

Seorang anak perempuan yang berusia rata-rata tiga belas tahun bahkan ada yang berusia delapan tahun, dia akan mengalami perubahan fisik, psikis dan pematangan fungsi seksual sehingga ditandai dengan menstruasi. Masa seperti ini sering disebut masa pubertas.

1. Pengertian menstruasi.

Menstruasi atau haid dalam bahasa Inggris dikenal sebagai menses yang berasal dari bahasa Yunani yaitu menses berarti bulan. Orang Melayu lebih senang mengatakan datang bulan, tetua Melayu zaman dulu haid diriwayatkan sebagai tangisan dalam rahim karena darah haid merupakan tetesan air mata rahim wanita yang sedang menangis¹³.

Menurut Aulia dalam bukunya, menyebutkan menstruasi adalah pelepasan dinding endometrium yang disertai dengan pendarahan yang terjadi secara berulang setiap bulan kecuali pada saat kehamilan.¹⁴

Menurut Atikah Proverawati dan Siti Misaroh, menstruasi adalah pendarahan secara periodik dan siklik dari uterus disertai pelepasan (deskuamesi) endometrium.¹⁵

Annia Kissanti mengatakan bahwa menstruasi adalah suatu peristiwa fisiologik yang dialami oleh wanita normal. Justru wanita tidak normal yang tidak mengalami menstruasi. Pendarahan yang terjadi waktu menstruasi berasal dari dinding dalam rahim akibat pecahnya pembuluh-pembuluh darah kecil dikarenakan adanya pengaruh perubahan keseimbangan hormone.¹⁶

¹³ Aulia, Kupas Tuntas Menstruasi Dari A Sampai Z, 2009, Millestone, hal 7-8

¹⁴ Aulia, Kupas Tuntas Menstruasi Dari A Sampai Z, 2009, Millestone, hal 8

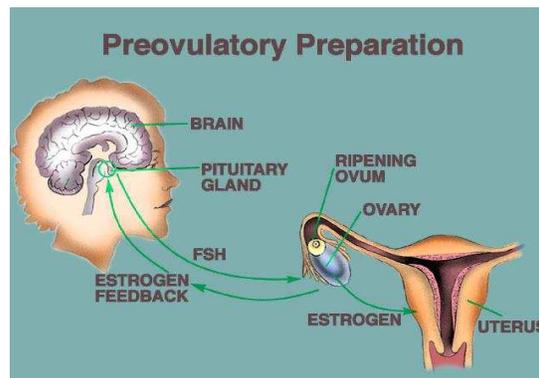
¹⁵ Atikah Proverawati, SKM. MPH Siti Maisaroh, Skep.Ns. Menarche Menstruasi Pertama Penuh Makna. Yogyakarta: Nuha Medika. Hal 35

¹⁶ Annia Kisanti. Buku Pintar Wanita Kesehatan dan Kecantikan. 2008. Araska. Hal 19

Jadi menstruasi adalah darah kotor yang keluar dari rahim perempuan yang tidak terjadi pada kanak-kanak bukan karena sakit dan itu terjadi setiap bulan.

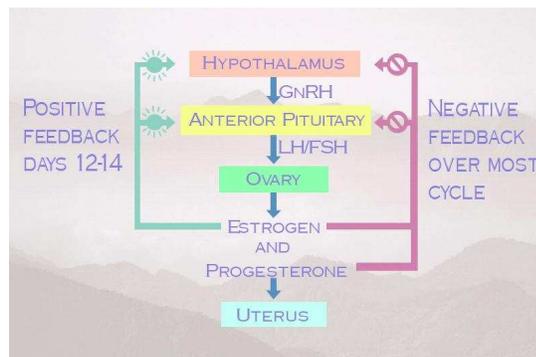
2. Proses Menstruasi.

Aulia menjelaskan mengenai proses menstruasi, yaitu: Ketika beranjak ke masa pubertas, maka hipotalamus dan hipofise di otak kita mulai bekerja mengeluarkan perintah produksi *Luteinizing Hormon Releasing Factor (LH RF)* dan *Folikel Stimulating Hormon Releasing Factor (FSHRF)*, dengan penghubung system endrokin yaitu pituitary. Hormon yang dari hipotalamus yang berguna untuk merangsang proses menstruasi adalah Gonadotrophine Releasing Hormon (GnRH).



Gambar 1. Kompleks Hipotalamus-Hipofisis-Ovarium

Selama 28 hari kedua hormone ini (LH dan FSH) akan berinteraksi dengan ovarium dan akan mengeluarkan hormone estrogen dan progesterone yaitu hormone yang mengekalkan cirri-ciri serta sifat kewanitaan.¹⁷

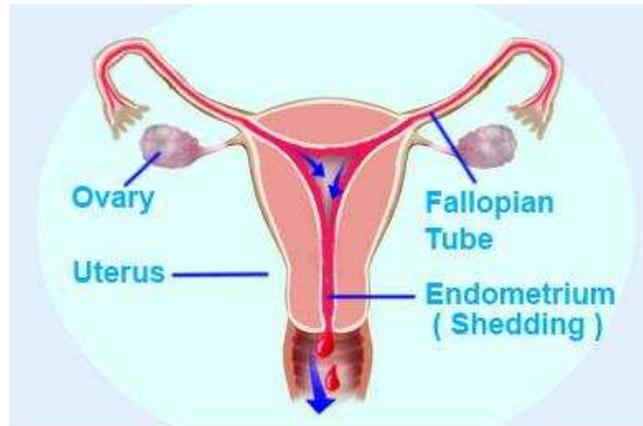


Gambar 2. Siklus Hormonal

Sehingga dari hormone-hormon itu akan ada sel telur yang matang dan penebalan dinding endometrium. Sel telur yang matang akan masuk ke dalam tuba fallopi. Bila sel telur yang telah matang tersebut tidak dibuahi dalam perjalanan melalui tuba fallopi ke uterus maka sel telur akan hancur dan mati dan tidak tertanam dalam endometrium, sebagai akibatnya dinding endometrium menjadi hancur dan sel-selnya mati, rahim/uterus berkontraksi dan melepaskan lapisan atas endometrium ke dalam serviks dan selanjutnya dikeluarkan melalui

¹⁷ Aulia, Kupas Tuntas Menstruasi Dari A Sampai Z, 2009, Millestone, hal 64-65

vagina sebagai cairan merah bercampur selaput tipis yang disebut menstruasi atau haid.



Gambar 3. Menstruasi/Haid

3. Fase-fase dalam Menstruasi.

Menstruasi selain mengalami proses ada pula fase-fase ataupun tahapan yang terjadi selama menstruasi. Menurut Aulia dalam bukunya Kupas Tuntas Menstruasi dari A sampai Z membagi dalam tiga fase, yaitu fase Follicular, fase Ovulation dan fase Luteal.

- 1) Fase Follicular. Pada hari pertama menstruasi hormone GnRH dirembes oleh hipotalamus serta merangsang hormone FSH untuk keluar. Apabila hormone FSH sampai ke tahap tertentu ia merangsang beberapa indung telur di ovarium. Dinamakan fase follicular karena pada saat ini terjadi pertumbuhan folikel di dalam ovarium. Dalam fase ini kadar FSH sedikit meningkat sehingga merangsang pertumbuhan sekitar tiga sampai 30 folikel yang

masing-masing mengandung satu telur, tetapi hanya satu folikel yang terus tumbuh yang lainnya hancur.

- 2) Fase Ovulation. Fase ini dimulai ketika kadar LH meningkat dan pada fase ini dilepaskan sel telur. Folikel yang matang dan menetas akan keluar dan ditangkap oleh fimbria yaitu tangan pada rahim
- 3) Fase Luteal. Kantong telur yang tertinggal selepas telur menetas disebut corpus luteum. Ia mengeluarkan progesterone yang sangat berperan untuk pembentukan dinding rahim sesuai untuk keadaan yang pas untuk kehamilan. Bentuk hormone progesterone dan estrogen yang tinggi menyebabkan hormone LH dan FSH akan ditekan dan akhirnya terus naik. Jika kehamilan tidak terjadi, maka hormone progesterone dan estrogen dalam darah menurun dan corpus luteum itu mengecil dan hilang.
4. Pre Menstruasi syndrome (PMS).

Aulia menjelaskan Pre Menstruasi Syndrom yaitu kumpulan gejala fisik, psikologis, dan emosi yang terkait dengan siklus menstruasi wanita. Dan sekitar delapan puluh sampai sembilan puluh lima persen perempuan pada usia melahirkan mengalami gejala-gejala pre menstruasi syndrome yang dapat mengganggu beberapa aspek dalam kehidupannya¹⁸.

¹⁸ Aulia, Kupas Tuntas Menstruasi Dari A Sampai Z, 2009, Millestone, hal 72-73

Atikah Proverawati dan Siti Misaroh mendefinisikan PMS adalah beberapa gejala fisik, psikologis dan emosional yang terkait dengan perubahan hormonal karena siklus menstruasi¹⁹.

PMS adalah kumpulan gejala fisik, psikologis dan emosi yang terkait dengan siklus menstruasi wanita. PMS merupakan kumpulan gejala akibat perubahan hormonal yang berhubungan dengan siklus saat ovulasi dan haid, sindrom itu akan menghilang pada saat menstruasi dimulai sampai beberapa hari setelah selesai haid. Penyebab munculnya sindrom ini memang belum jelas, beberapa teori menyebutkan antara lain karena factor hormonal yakni ketidakseimbangan antara hormone progesterone dan estrogen, teori lain mengatakan karena hormone estrogen yang berlebihan. Sindrom ini biasanya lebih mudah terjadi pada wanita yang lebih peka terhadap perubahan hormonal dalam siklus haid.

PMS memiliki beberapa tipe, dan Aulia membagi menjadi empat tipe yaitu tipe A (Anxiety), tipe H (Hyperhydration), tipe C (Craving), tipe D (Depression)

1) Tipe A (*Anxiety*).

Ditandai dengan gejala seperti rasa cemas, sensitive, saraf tegang, perasaan labil. Bahkan beberapa perempuan mengalami depresi ringan sampai sedang saat sebelum mendapatkan haid.

Gejala ini timbul akibat ketidakseimbangan hormone estrogen dan

¹⁹ Atikah Proverawati, SKM. MPH Siti Maisaroh, Skep.Ns. Menarche Menstruasi Pertama Penuh Makna. Yogyakarta: Nuha Medika. Hal 107

progesterone. Hormone estrogen terlalu tinggi dibandingkan dengan hormone progesterone.

2) Tipe H (*Hyperhydration*).

Memiliki gejala edema (pembengkakan), perut kembung, nyeri pada buah dada, pembengkakan tangan dan kaki, peningkatan berat badan sebelum menstruasi. Pembengkakan ini terjadi akibat berkumpulnya air pada jaringan diluar sel karena tingginya asupan garam/gula pada diet penderita.

3) Tipe C (*Craving*).

Ditandai dengan rasa lapar ingin mengkonsumsi makanan yang manis-manis dan karbohidrat sederhana. Pada umumnya sekitar beberapa menit setelah itu timbul gejala hipogukemia seperti kelelahan, jantung berdebar, pusing kepala yang terkadang sampai pingsan. Hipogukemia timbul karena pengeluaran hormone insulin dalam tubuh meningkat. Rasa ingin memakan makanan manis dapat disebabkan stress.

4) Tipe D (*Depression*).

Ditandai dengan gejala rasa depresi, ingin menangis, lemah, gangguan tidur, pelupa, bingung, sulit dalam mengucapkan kata-kata bahkan kadang-kadang muncul rasa ingin atau mencoba untuk bunuh diri.

Jika mengalami PMS, menurut Aulia bisa melakukan²⁰:

- 1) Kurangi makanan bergaram, seperti kentang goreng, kacang-kacangan, dan makanan berbumbu, untuk mengurangi penahanan air berlebihan.
 - 2) Kurangi makanan berupa tepung, gula, kafein, dan cokelat.
 - 3) Tambahkan makanan yang mengandung kalsium dan vitamin C dosis tinggi, seminggu sebelum menstruasi.
 - 4) Makan makanan berserat dan perbanyak minum air putih.
 - 5) Jika menstruasi cukup banyak mengeluarkan darah, perbanyak makan makanan atau suplemen yang mengandung zat besi agar terhindar dari anemia.
 - 6) Olahraga yang teratur.
 - 7) Kurangi stres.
5. Gangguan Proses Menstruasi.

Proses menstruasi melibatkan beberapa organ tubuh yang bekerja secara sinergis, kompleks serta harmonis. Sehingga banyak organ yang terlibat dalam proses ini, wajarlah apabila terjadi gangguan atau masalah dalam proses menstruasi.

Adapun gangguan menstruasi yang biasa dialami perempuan yaitu:

20 Aulia, Kupas Tuntas Menstruasi Dari A Sampai Z, 2009, Millestone, hal 83-84

1) Nyeri menstruasi (*Dismenorea*).

Dismenore berasal dari bahasa “Greek” yaitu dys (gangguan atau nyeri hebat), meno (bulan) dan rhea yang artinya aliran. Jadi dismenore adalah gangguan aliran darah menstruasi atau nyeri menstruasi²¹.

Pada saat menstruasi, perempuan kadang mengalami nyeri, mulai dari yang ringan sampai yang berat. Tetapi nyeri menstruasi tidak diketahui secara pasti penyebabnya, namun beberapa faktor dapat mempengaruhi yaitu ketidakseimbangan hormone dan faktor psikologis.

Nyeri menstruasi ada beberapa macam, yaitu:

- a) Nyeri menstruasi primer. Timbul sejak menstruasi pertama dan akan pulih sendiri dengan berjalannya waktu. Tepatnya saat hormone tubuh lebih stabil atau perubahan posisi rahim setelah menikah dan melahirkan.
- b) Nyeri menstruasi normal. Dipengaruhi oleh factor psikis dan fisik, seperti stress, shock, penyempitan pembuluh darah, penyakit menahun, kurang darah dan kondisi tubuh yang menurun.
- c) Nyeri menstruasi sekunder. Nyeri ini akan muncul jika ada penyakit atau kelainan yang menetap, seperti infeksi rahim, kista/polip, tumor sekitar kandungan.

²¹ Atikah Proverawati, SKM. MPH Siti Maisaroh, Skep.Ns. Menarche Menstruasi Pertama Penuh Makna. Yogyakarta: Nuha Medika., hal 83

2) Menstruasi tidak teratur.

Menstruasi yang tidak teratur dapat disebabkan oleh perubahan kadar hormone akibat stress atau sedang dalam keadaan emosi. Di samping itu, perubahan drastis dalam porsi olahraga atau perubahan berat badan yang drastis juga dapat menyebabkan menstruasi yang tidak teratur.

3) Hipermenorea (*Menoragia*).

Menstruasi yang lebih banyak atau lebih lama dari normal. Ini disebabkan oleh adanya mioma uteri/daging tumbuh pada rahim, polip endometrium, gangguan pelepasan endometrium saat menstruasi. Dengan adanya menstruasi yang berlebihan dapat menyebabkan anemia.

4) Hipomenorea.

Hipomenorea kebalikan dari hipermenorea. Hipomenorea ialah menstruasi yang lebih sedikit dari biasanya. Ini disebabkan karena konstitusi penderita pada uterus dan gangguan endokrin.

5) Polimenorea.

Siklus menstruasinya lebih pendek dari biasanya, ini disebabkan oleh gangguan hormonal yang mengakibatkan gangguan ovulasi, kongesti ovarium karena peradangan, endometriosis.

6) Amenorea.

Semua perempuan yang telah dewasa pasti telah melewati proses menstruasi, karena ini menandakan bahwa organ reproduksi serta hormone yang dihasilkan berfungsi, tetapi ada beberapa perempuan yang tidak mengalami menstruasi atau amenorea. Amenorea terdapat beberapa jenis dan disebabkan oleh kondisi, antara lain:

- a) Hymen imperforate. Yaitu selaput dara tidak berlubang sehingga darah menstruasi terhambat untuk keluar.
- b) Menstruasi anovulatoire. Yaitu hormon-hormon yang tidak mencukupi untuk membentuk lapisan dinding rahim, hingga tidak terjadi menstruasi atau sedikit. Kurangnya hormon ini menyebabkan endometrium tidak terbentuk.
- c) Amenorea sekunder. Perempuan yang telah mengalami menstruasi tetapi berhenti. Ini bias disebabkan oleh hipotensi, anemia, infeksi, gangguan gizi, tumor serta stress.²²

7) Metroragia.

Yaitu, keluarnya darah yang terjadi dalam masa antara dua menstruasi dan dapat dibedakan dari menstruasi. Penyebabnya adalah kelainan organik pada alat genital atau oleh kelainan fungsional.

²² Aulia, Kupas Tuntas Menstruasi Dari A Sampai Z, 2009, Millestone, hal 96-97

B. Kecemasan.

1. Definisi.

Freud mengungkapkan kecemasan muncul jika, Ego -“keakuan”- berdiri di tengah-tengah kekuatan-kekuatan dahsyat; realitas, masyarakat, sebagaimana yang direpresentasikan oleh superego; biologi, sebagaimana yang direpresentasikan oleh id. Ketika terjadi konflik di antara kekuatan-kekuatan untuk menguasai ego (Keakuan), maka sangat bisa dipahami kalau ego merasa terjepit dan terancam, serta merasa seolah-olah akan lenyap digilas kekuatan-kekuatan tersebut. Sehingga ini berfungsi sebagai tanda bagi ego bahwa ketika dia bertahan sambil tetap mempertimbangkan kelangsungan hidup organisme, dia sebenarnya sedang berada dalam bahaya²³.

Taylor dalam Taylor Manifest Anxiety Scale (TMAS) mengemukakan bahwa kecemasan merupakan suatu perasaan subjektif mengenai ketegangan mental yang menggelisahkan sebagai reaksi umum dari ketidakmampuan mengatasi suatu masalah atau tidak adanya rasa aman. Perasaan yang tidak menentu ini pada umumnya tidak menyenangkan dan menimbulkan atau disertai perubahan fisiologis (misal: gemetar, berkeringat, detak jantung meningkat) dan psikologis (misal: panic, tegang, bingung, tidak bias berkonsentrasi). Sedangkan menurut Massion, Warshaw dan Keller, kecemasan merupakan gangguan

²³ Dr. C. George Boeree, *Personality Theories Melacak Kepribadian Anda Bersama Psikolog Dunia*, 2005, Yogyakarta: Prismsophie, 42

yang ditandai dengan perasaan ketakutan pada sesuatu yang akan terjadi secara berlebihan²⁴.

Menurut Rusdi Maslim yang termuat dalam PPDGJ-III, kecemasan/anxiety dicetuskan oleh adanya situasi atau objek yang jelas (dari luar individu itu sendiri), yang sebenarnya pada saat kejadian ini tidak membahayakan²⁵

Kecemasan dapat diartikan sebagai suatu ketakutan yang terjadi dalam diri secara berlebihan karena ketidakmampuan untuk mengatasi suatu permasalahan yang ada.

2. Indikasi Kecemasan.

Indikasi dari kecemasan ini diambil dari alat tes dari Hamilton yang bernama Hamilton Anxiety Rating Skala (HARS), dari alat tes ada 13 item kecemasan²⁶, yaitu:

- a. Cemas. Terdiri dari: Kekhawatiran, dan Mengantisipasi terburuk
- b. Ketakutan. Terdiri atas: Takut gelap, Takut orang asing, Takut sendirian, dan Takut binatang
- c. Intelektual. Terdiri dari: Kurang konsentrasi dan Penurunan memori.
- d. Keluhan Somatik Muscular. Terdiri dari: Nyeri otot atau nyeri dan Gemeretak gigi sewaktu tidur (*Bruxism*)
- e. Gejala Jantung. Terdiri atas: Peningkatan frekuensi denyut jantung (*Takikardia*), Rasa tidak nyaman yang diakibatkan denyut jantung

²⁴ <http://wangmuba.com/2009/02/13/pengertian-kecemasan/>. Posting tanggal 28 Oktober 2009

²⁵ Dr. Rusdi Maslim. *Diagnosis Gangguan Jiwa, Rujukan Ringkas PPDGJ-III*. 2001. Jakarta: Nuh Jaya. Hal 72

²⁶ <http://www.anxietyhelp.org/information/hama.html>. posting 19 Juli 2010

yang tidak teratur atau lebih keras (*Palpitasi*), Nyeri dada (*Chest pain*) dan Sensasi perasaan pingsan

- f. Gejala Gastrointestinal. Terdiri atas: Kesulitan menelan (*Disfagia*), Mual atau muntah, Sembelit, Berat badan dan Perut kekenyamanan
- g. Gejala Otonom. Terdiri atas: Mulut kering, Muka pucat dan Berkeringat berlebihan (*Sweating*).
- h. Ketegangan. Terdiri atas: Mengejutkan, Mudah menangis, Gelisah dan Gemeteran
- i. Insomnia. Terdiri dari: Kesulitan tidur
- j. Mood Tertekan. Terdiri dari: Penurunan minat dalam kegiatan.
- k. Keluhan Somatik sensory. Terdiri atas: Telinga berdengung (*Tinnitus*) dan Penglihatan kabur.
- l. Gejala Pernafasan. Terdiri atas: Dada tertekan, dan Sesak nafas.
- m. Genitourinari Gejala. Terdiri dari: Nyeri menstruasi (*Dismenore*)

3. Jenis- jenis kecemasan.

Freud membagi kecemasan menjadi tiga jenis²⁷, yaitu:

a. Kecemasan Realistik.

Kecemasan ini sering disebut sebagai rasa takut, tetapi masih terkesan umum. Contohnya, jika terdapat ular berbisa ataupun benda/hewan yang menakutkan maka akan mengalami kecemasan realistik ini.

²⁷ Dr. C. George Boeree, *Personality Theories Melacak Kepribadian Anda Bersama Psikolog Dunia*, 2005, Yogyakarta: Prismsophine, 42-43

b. Kecemasan Moral.

Kecemasan moral akan dirasakan ketika ancaman datang bukan dari luar, dari dunia fisik tapi dari dunia social yang telah terinternalisasikan ke dalam diri. Kecemasan ini adalah rasa malu, rasa bersalah, atau rasa takut mendapatkan sanksi.

c. Kecemasan Neurotik.

Kecemasan ini akan muncul akibat rangsangan-rangsangan id. Jika merasakan gugup, tidak mampu mengendalikan diri, perilaku, akal dan bahkan pikiran maka akan merasakan kecemasan neurotic.

4. Tingkat Kecemasan.

Menurut Stuart and Sundeen membagi tingkat kecemasan menjadi²⁸:

a. Kecemasan Ringan.

Merupakan kecemasan yang berhubungan dengan ketegangan dalam kehidupan sehari-hari, kondisi ini membuat individu waspada dan meningkatkan lahan persepsinya. Kecemasan dapat memotivasi belajar dan menghasilkan pertumbuhan dan kreativitas.

d. Kecemasan sedang

Seseorang untuk memusatkan pada hal penting dan mengesampingkan yang lain. Sehingga seseorang mengalami perhatian yang selektif namun dapat melakukan sesuatu yang lebih terarah.

²⁸ Stuart G.H dan Sundeen S.J. Buku saku Keperawatan Jiwa, ed 3. Alih Bahasa Yasmin. A. 1998. Jakarta :EGC. Hal 144. Juga terdapat dalam <http://tedi-hendro.com/?pg=articles&article=2287>. tanggal 27 Juni 2010

e. Kecemasan berat

Sangat mengurangi lahan persepsi seseorang. Seseorang cenderung untuk memusatkan sesuatu yang terinci dan spesifik dan tidak dapat berfikir tentang hal yang lain. semua perilaku ditujukan untuk mengurangi ketegangan. Orang tersebut memerlukan banyak pengarahan untuk dapat memusatkan pada suatu area yang lain.

f. Panik

Berhubungan dengan terperangah, ketakutan dan teror. Rincian terpecah dari proporsinya. Karena mengalami kehilangan kendali, orang yang mengalami panik tidak mampu melakukan sesuatu walaupun dengan pengarahan. Panik melibatkan disorganisasi kepribadian. Dengan panik, terjadi peningkatan aktivitas motorik, menurunnya kemampuan untuk berhubungan dengan orang lain, persepsi yang menyimpang, dan kehilangan pemikiran yang rasional. Tingkat ansietas ini tidak sejalan dengan kehidupan, dan jika berlangsung terus dalam waktu yang lama dapat terjadi kelelahan yang sangat bahkan kematian.

5. Faktor yang mempengaruhi tingkat kecemasan.

Menurut Ramaiah ada empat faktor utama yang mempengaruhi kecemasan²⁹.

²⁹ I Gusti Ayu Ratih Agustini. Pengaruh Pendidikan kesehatan tentang menarche terhadap kecemasan menghadapi menarche pada siswi kelas V di SDN Giwangan Yogyakarta.

a. Lingkungan.

Lingkungan atau tempat tinggal sekitar mempengaruhi cara berfikir tentang diri sendiri dan orang lain. Kecemasan dapat timbul jika ada merasa tidak aman terhadap lingkungan.

b. Emosi yang ditekan.

Kecemasan bias terjadi jika anda tidak mampu menemukan jalan keluar untuk perasaan dalam hubungan personal.

c. Sebab-sebab Fisik.

Fikiran dan tubuh senantiasa berinteraksi dan dapat menyebabkan timbulnya kecemasan. Biasanya terlihat dalam kondisi menghadapi menstruasi, kehamilan, semasa remaja dan sewaktu pulih dari penyakit. Selama kondisi ini, perubahan-perubahan lazim muncul dan ini dapat menimbulkan kecemasan.

d. Keturunan.

Sekalipun gangguan emosi ada yang ditemukan dalam keluarga-keluarga tertentu, ini bukan merupakan penyebab penting dari kecemasan.

C. Prespektif dalam Islam.

1. Pengetahuan.

a. Telaah Teks Islam tentang Pengetahuan.

Allah telah memerintahkan kepada manusia supaya mencari pengetahuan hingga akhir hayatnya. Sebagaimana telah tertulis didalam

Al-Qur'an, seperti dalam surat Al-Alaq (96) ayat 1 sampai 5, yang berbunyi.

أَقْرَأْ بِاسْمِ رَبِّكَ الَّذِي خَلَقَ ﴿١﴾ خَلَقَ الْإِنْسَانَ مِنْ عَلَقٍ ﴿٢﴾

أَقْرَأْ وَرَبُّكَ الْأَكْرَمُ ﴿٣﴾ الَّذِي عَلَّمَ بِالْقَلَمِ ﴿٤﴾

عَلَّمَ الْإِنْسَانَ مَا لَمْ يَعْلَمْ ﴿٥﴾

Artinya:

“Bacalah dengan (menyebut) nama Tuhanmu Yang menciptakan. Dia telah menciptakan manusia dari segumpal darah. Bacalah, dan Tuhanmulah Yang Maha Pemurah. Yang mengajar (manusia) dengan perantaran kalam. Dia mengajar kepada manusia apa yang tidak diketahuinya.” (QS. Al-Alaq (96) ayat 1 sampai 5)³⁰

Dari surat Al-Alaq mengisyaratkan bahwa manusia senantiasa mencari atau menggali pengetahuan yang ada di bumi ini tetapi juga tidak lupa tawakal kepada Allah SWT karena sesungguhnya Allah-lah yang memiliki pengetahuan tersebut.

Allah pun memberi jaminan kepada manusia derajat yang lebih tinggi terhadap manusia yang beriman dan yang memiliki ilmu pengetahuan karena manusia yang tidak memiliki pengetahuan dapat mengikuti langkah syaitan, seperti yang tertulis dalam surat Al

³⁰ H. Oemar Bakry. Tafsir Rahmat. Mutiara

Mujaadilah (58) ayat 11 dan dalam surat Al Hajj (22) ayat 3, yang berbunyi:

يَتَأْتِيهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا إِذَا قِيلَ لَكُمْ تَفَسَّحُوا فِي الْمَجَالِسِ فَافْسَحُوا
يَفْسَحِ اللَّهُ لَكُمْ وَإِذَا قِيلَ أَنْشُرُوا فَأَنْشُرُوا يَرْفَعِ اللَّهُ الَّذِينَ ءَامَنُوا
مِنْكُمْ وَالَّذِينَ أُوتُوا الْعِلْمَ دَرَجَاتٍ وَاللَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ خَبِيرٌ ﴿١١﴾

Artinya:

Hai orang-orang beriman apabila kamu dikatakan kepadamu: "Berlapang-lapanglah dalam majlis", maka lapangkanlah niscaya Allah akan memberi kelapangan untukmu. Dan apabila dikatakan: "Berdirilah kamu", maka berdirilah, niscaya Allah akan meninggikan orang-orang yang beriman di antaramu dan orang-orang yang diberi ilmu pengetahuan beberapa derajat. Dan Allah Maha Mengetahui apa yang kamu kerjakan. (QS Al Mujaadilah (58) ayat 11)³¹

وَمِنَ النَّاسِ مَنْ يُجَادِلُ فِي اللَّهِ بِغَيْرِ عِلْمٍ وَيَتَّبِعُ كُلَّ شَيْطَانٍ مَّرِيدٍ ﴿٣﴾

Artinya:

Di antara manusia ada orang yang membantah tentang Allah tanpa ilmu pengetahuan dan mengikuti setiap syaitan yang jahat, (Al Hajj (22) ayat 3)³²

³¹ H. Oemar Bakry. Tafsir Rahmat. Mutiara

³² H. Oemar Bakry. Tafsir Rahmat. Mutiara

2. Menstruasi.

a. Telaah Teks Islam tentang Menstruasi

Menstruasi dalam bahasa arab dikenal dengan sebutan haid. Secara bahasa haid berarti aliran, sedangkan menurut agama/syariat Islam berarti darah kotor yang keluar dari pangkal rahim perempuan setelah masa baligh pada waktu sehat dan tanpa sebab, pada saat-saat tertentu.

Pemahaman secara umum bahwa haid atau menstruasi atau datan bulan merupakan peristiwa alamiah yang di dapatkan oleh seorang gadis sebagai tanda akil balig/menginjak masa remaja dewasa seperti halnya seorang perjaka yang telah mengalami mimpi basah dimana pada masa itu mereka telah dapat dibebani suatu kewajiban yang harus dapat dipertanggung jawabkan secara agama

Menurut istilah almahid/haid adalah darah yang keluar dari pangkal rahim wanita setelah mencapai umur balig dan memproduksi sel telur. Jika sel telur tidak dibuahi oleh sperma lelaki maka sel telur tersebut akan membusuk dan rusak akhirnya keluar dalam bentuk darah haid³³.

Menurut ajaran Islam haid itu adalah darah kotor dimana wanita yang sedang haid tidak boleh dipergauli sebagai mana suami istri kecuali setelah mereka suci sebagaimana dalam Al Qur'an pada Surat al Baqoroh Ayat 222 menyebutkan:

³³ Al Qur'an dan Tafsirnya, Depag RI, jilid 1 Hal 329

وَيَسْأَلُونَكَ عَنِ الْمَحِيضِ قُلْ هُوَ أَذَى فَأَعْتَزِلُوا النِّسَاءَ فِي الْمَحِيضِ وَلَا تَقْرَبُوهُنَّ حَتَّى يَطْهُرْنَ فَإِذَا تَطَهَّرْنَ فَأْتُوهُنَّ مِنْ حَيْثُ أَمَرَكُمُ اللَّهُ إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ التَّوَّابِينَ وَيُحِبُّ الْمُتَطَهِّرِينَ ﴿٢٢٢﴾

Yang artinya:

“Mereka bertanya kepadamu tentang haid. Katakanlah: "Haid itu adalah suatu kotoran." Oleh sebab itu hendaklah kamu menjauhkan diri dari wanita di waktu haid; dan janganlah kamu mendekati mereka, sebelum mereka suci. Apabila mereka telah suci, maka campurilah mereka itu di tempat yang diperintahkan Allah kepadamu. Sesungguhnya Allah menyukai orang-orang yang bertaubat dan menyukai orang-orang yang mensucikan diri.” (QS. Al-Baqarah (2) ayat 222)³⁴

Imam Abu Bakar Al-Bukhari mendefinisikan haid adalah darah yang dikeluarkan oleh perempuan, bukan karena sakit dan tidak pada kanak-kanak³⁵.

Dari beberapa ahli fiqh yang terkenal dalam empat madzhab berpendapat mengenai menstruasi atau haid. Seperti:

a. Malikiyah (pengikut imam Maliki).

Mereka berpendapat bahwa darah haid adalah darah yang keluar dengan sendirinya dari *kubul* seorang perempuan dalam usia tertentu.

Berikut ini adalah penjelasan dari setiap kata yang terdapat dalam pengertian diatas:

³⁴ H. Oemar Bakry. Tafsir Rahmat. Mutiara

³⁵ Muhammad Nurudin Marbu Banjar Al-Makky, Fiqih Darah Perempuan Telaah Tuntas Darah Haid dan Nifas Serta Hubungannya Dengan Berbagai Hukum Ibadah, Era Intermedia, hal 14

- 1) Yang dimaksud dengan “darah” menurut mereka adalah darah yang keluar berwarna merah murni atau kuning atau berwarna keruh yaitu antara warna hitam dan putih.
- 2) Yang dimaksud dengan pernyataan “*keluar dengan sendirinya dari kubul perempuan*” bahwa yang disebut dengan darah haid ialah darah yang keluar tanpa ada suatu sebab apapun. Sehingga haid itu diisyaratkan keluar dari kubul seorang wanita. Jika darah itu keluar dari *duburnya* atau dari anggota badan yang lainnya, maka hal itu tidaklah disebut dengan darah haid.
- 3) Yang dimaksud dengan pernyataan “*dalam suatu usia tertentu*” dalam hal ini tidak termasuk darah yang keluar dari anak kecil yang masih belum memasuki masa haid dan darah yang keluar dari seorang perempuan tua yang terputus haidnya. Yang dimaksud dengan anak kecil menurut mereka adalah perempuan yang masih dibawah sembilan tahun. Sedangkan yang dimaksud perempuan tua ialah perempuan yang telah mencapai lima puluh tahun.³⁶

b. Hanafiah (pengikut imam Hanafi).

Mereka berpendapat bahwa haid itu bias disebut juga sebagai hadats seperti halnya kentut dan dapat dapat juga dikategorikan sebagai najis seperti halnya air kencing.

³⁶ Abdurrahman Al Jaziri. *Fiqh empat madhazab*. 2002. Darul Ulum Press. Hal 267- 271

Haid dengan pengertian sebagai hadats dapat didefinisikan bahwa ia merupakan sifat syar’I yang menyifati seorang perempuan disebabkan karena keluarnya darah (dari *kubuhnya*).

Haid dengan pengertian sebagai najis dapat didefinisikan bahwa ia adalah darah yang keluar dari rahim seorang perempuan, bukan anak kecil dan bukan pula perempuan tua (perempuan yang telah berhenti haid), bukan disebabkan melahirkan ataupun karena penyakit.

Yang dimaksud “*darah*”, hak itu meliputi semua warna darah yang enam: merah, keruh, hijau, abu-abu, kuning, dan hitam. Apabila dari rahim seorang perempuan keluar sesuatu (darah) yang mempunyai salah satu dari sifat tersebut, maka darah itu disebut darah haid, dengan syarat darah tersebut keluar sampai ke bagian luar *kubuhnya*.

Yang dimaksud dengan “*bukan anak kecil dan bukan perempuan tua*”, dalam hal ini tidak termasuk darah yang keluar dari seorang anak kecil yang usianya belum mencapai tujuh tahun, maka darah itu tidaklah disebut sebagai darah haid. Demikian pula darah yang keluar dari perempuan tua, yaitu perempuan yang telah mencapai usia lebih dari lima puluh tahun, yang biasa disebut sebagai perempuan putus haid³⁷.

³⁷ Abdurrahman Al Jaziri. *Fiqh empat madzhab*. 2002. Darul Ulum Press. Hal 271-273

c. Hanabilah (pengikut imam Hambali).

Mereka berpendapat, darah haid adalah darah alami yang keluar dari dalam rahim seorang perempuan di saat dalam keadaan sehat, keluarnya darah itu pada batas waktu tertentu..

Yang dimaksud dengan “*darah*” pada umumnya darah tersebut berwarna hitam atau merah ataupun keruh.

Yang dimaksud dengan pernyataan “*alami*” mempunyai pengertian bahwa darah tersebut adalah suatu keharusan bagi seorang perempuan untuk mengalaminya sesuai dengan asal penciptaannya.

Yang dimaksud dengan pernyataan “*pada batas tertentu*” dalam hal ini tidak termasuk darah yang keluar dari seorang anak kecil, yaitu dibawah usia sembilan tahun, ataupun darah yang keluar dari seorang perempuan tua yang telah berhenti haid, yaitu perempuan yang telah mencapai usia lima puluh tahun³⁸.

d. Syafi’iah (Pengikut Imam Syafi’i).

Mereka berpendapat bahwa darah haid adalah darah yang keluar dari *kubul* dari seorang perempuan yang sehat, bila usia telah mencapai sembilan tahun atau lebih.

Yang dimaksud dengan “*darah*”, adalah yang mempunyai salah satu warna dari kelima warna darah sebagaimana berikut:

- 1) Warna hitam, inilah darah yang paling kental.
- 2) Warna merah.

³⁸ Abdurrahman Al Jaziri. Fiqh empat madhazab. 2002. Darul Ulum Press. Hal 275-276

- 3) Warna kuning kemerah-merahan
- 4) Warna keruh
- 5) Warna kuning.

Yang dimaksud dengan pernyataan ”usia telah mencapai sembilan tahun atau lebih”, dalam hal ini tidak termasuk darah yang keluar dari seorang anak kecil, yaitu anak yang berumur kurang dari sembilan tahun. Dan tidak ada batas usia akhir dalam haid, karena selama perempuan itu hidup maka kemungkinan masih mengalami haid³⁹.

Jadi haid atau menstruasi dalam Islam yaitu darah kotor yang keluar dari *kubul* seorang perempuan yang berusia Sembilan tahun sampai tidak mengeluarkan darah lagi.

3. Kecemasan.

a. Telaah Teks Islam tentang Kecemasan.

Dalam pandangan Islam, kecemasan merupakan cobaan atau ujian yang diberikan oleh Allah terhadap hambanya yang bertaqwa agar lebih mendekatkan diri. Apabila manusia dapat melalui cobaan atau ujian yang diberikan oleh Allah maka mereka termasuk orang-orang yang sabar.

Kecemasan tersebut digambarkan dalam Al-quran pada surat Al-Ahzab ayat 10 dan 11:

إِذْ جَاءَوكُمْ مِّنْ فَوْقِكُمْ وَمِنْ أَسْفَلَ مِنكُمْ وَإِذْ زَاغَتِ الْأَبْصَارُ وَبَلَغَتِ
الْقُلُوبُ الْحَنَاجِرَ وَتَظُنُّونَ بِاللَّهِ الظُّنُونَا ﴿١٠﴾

³⁹ Abdurrahman Al Jaziri. Fiqh empat madhazab. 2002. Darul Ulum Press. Hal 274-275



Yang artinya:

“(yaitu) ketika mereka datang kepadamu dari atas dan dari bawahmu, dan ketika tidak tetap lagi penglihatan(mu) dan hatimu naik menyesak sampai ke tenggorokan dan kamu menyangka terhadap Allah dengan bermacam-macam purbasangka. Disitulah diuji orang-orang mukmin dan digoncangkan (hatinya) dengan goncangan yang sangat”(QS. Al-Ahzab ayat 10 dan 11)⁴⁰

Dan Al-quran menggambarkan dalam surat yang lain yang dalam surat Al-Baqarah ayat 155:

وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ
وَالْأَنْفُسِ وَالْثَّمَرَاتِ وَبَشِيرٍ وَالنَّاصِرِينَ ﴿١٥٥﴾

Yang artinya:

“Dan sungguh akan kami berikan cobaan kepadamu, dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa dan buah-buahan. Dan berikanlah berita gembira kepada orang-orang yang sabar.” (QS. Al-Baqarah ayat 155)⁴¹

Dari ayat di atas kita dapat mengetahui bahwa kecemasan setiap individu berbeda-beda. Takut dalam menghadapi ujian adalah pintu gerbang kegagalan. Menghadapi sesuatu yang ditakuti adalah suatu cara untuk membentengi diri dari gangguan, biarkan ketakutan itu

⁴⁰ H. Oemar Bakry. Tafsir Rahmat. Mutiara

⁴¹ H. Oemar Bakry. Tafsir Rahmat. Mutiara

datang kapan saja, tetapi ketika ketakutan itu muncul individu sudah siap untuk menghadapinya.

Rasa takut, khawatir dan gelisah merupakan emosi yang bersifat fitrah yang dirasakan manusia pada situasi berbahaya atau situasi mengancam keselamatan dirinya. Rasa takut, khawatir dan gelisah sangat bermanfaat bagi manusia karena perasaan tersebut akan mendorong manusia untuk menjauhi situasi-situasi yang berbahaya maupun keadaan-keadaan yang dapat membinasakan. Hal ini sebagai mana juga manusia mampu mengantisipasi ancaman dengan berbagai cara ketika ada serangan yang tertuju pada dirinya.

D. Pengaruh Pengetahuan Menstruasi Terhadap Kecemasan Menstruasi.

Pada masa puber atau biasa disebut dengan sebutan remaja. Seorang remaja seringkali tidak mengetahui perubahan-perubahan terhadap dirinya, sehingga remaja tersebut mengalami kegelisahan⁴². Seorang remaja putri seringkali tidak mengetahui secara pasti perubahan-perubahan hormon yang ada pada dirinya, secara tidak langsung itu yang membuat remaja putri mengalami kecemasan.

Perubahan-perubahan hormon tersebut yang nantinya seorang remaja putri akan mengalami menstruasi. Menstruasi merupakan gejala yang alamiah yang terjadi tiap bulannya, bahkan menstruasi jika remaja putri tidak diberikan informasi mengenai menstruasi dapat berakibat traumatis.

⁴² Abdul Djabar Lukman, *Remaja Hari Ini Adalah Pemimpin Masa Depan*, 2004, Jakarta: BKKBN, 14

Meskipun remaja putri telah mengetahui menstruasi, bisa saja mereka masih merasakan kecemasan dan kegelisahan karena mereka memperoleh informasi tentang menstruasi dari media yang kurang kompeten atau mereka mendapatkannya dari temannya yang kurang paham juga mengenai menstruasi.

Penjelasan tersebut juga telah dibahas oleh beberapa tokoh, yaitu: Menurut Hurlock yang membahas tentang masa pubertas yaitu, menstruasi sekalipun sebelumnya sudah mengerti, namun menstruasi seringkali merupakan pengalaman yang traumatis, terutama bila disertai dengan muntah-muntah dan organ-organ tubuh kejang⁴³.

Menurut Kartono mengungkapkan bahwa gejala yang sering terjadi dan sangat mencolok pada peristiwa menstruasi adalah kecemasan atau ketakutan, diperkuat oleh keinginan untuk menolak proses fisiologis dari haid. Kadang-kadang pada saat itu timbul pula sikap menyalahkan ibunya, timbul rasa bersalah dan berdosa, serta fantasi-fantasi yang tidak riil mengenai proses menstruasi. Lalu menganggap peristiwa menstruasi sebagai bencana atau sebagai proses penebusan dosa. Maka pada banyak peristiwa, menstruasi yang pertama itu dihayati oleh anak gadis sebagai pengalaman traumatis.⁴⁴

Kecemasan tersebut dapat dicegah dengan memberikan informasi atau pengetahuan kepada mereka. Karena dengan memiliki pengetahuan mereka

⁴³ Elizabeth B. Hurlock, Psikologi Perkembangan Suatu pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan Edisi Kelima, (Jakarta: Erlangga), 195

⁴⁴ Kartini kartono, Psikologi Wanita I Mengenal Gadis dan Wanita Remaja, 2006, Bandung: Mandar Maju, 114

bisa menekan atau mengantisipasi kemungkinan yang terjadi. Jika pengetahuan mereka rendah maka kecemasan mereka akan tinggi tetapi sebaliknya jika pengetahuan mereka tinggi maka kecemasan yang ada pada mereka akan rendah.

Soewandi pun telah menjelaskan hal ini, yaitu: Pengetahuan yang rendah mengakibatkan seseorang mudah mengalami stress. Ketidaktahuan terhadap suatu hal dianggap sebagai tekanan yang dapat mengakibatkan krisis dan dapat menimbulkan kecemasan. Stress dan kecemasan dapat terjadi pada individu dengan tingkat pengetahuan yang rendah, disebabkan karena kurangnya informasi yang diperoleh.⁴⁵

E. Hipotesis.

H_0 = Tidak terdapat pengaruh yang signifikan antara Pengetahuan (X) terhadap Kecemasan (Y)

H_a = Terdapat pengaruh yang signifikan antara Pengetahuan (X) terhadap Kecemasan (Y)

⁴⁵ <http://www.mitrariset.com/2008/11/kecemasan-atau-ansietas.html>

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis Penelitian.

Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif, kuantitatif adalah suatu penelitian yang penjelasan atau meramalkan melalui angka/numeric. Penelitian ini termasuk dalam penelitian eksperimen kuantitatif dengan jenis penelitian *Quasy Experimental Research* (penelitian eksperimental semu). Menurut Sumadi Suryabrata, *Quasy Eksperimental Research* memiliki tujuan yaitu untuk memperoleh informasi yang merupakan perkiraan bagi informasi yang dapat diperoleh dengan eksperimen yang sebenarnya dalam keadaan yang tidak memungkinkan untuk mengontrol dan atau memanipulasi semua variable yang relevan.

Penelitian ini menggunakan desain atau rancangan *The One-Shot Case Study*. Dalam rancangna ini, suatu kelompok subjek diberikan perlakuan tertentu, lalu setelah itu dilakukan pengukuran terhadap variable tergantung. Rancangan ini dapat di gambarkan sebagai berikut:

Treatment	Posttest
0	X2

Keterangan:

X2: Pengukuran tingkat pengetahuan dan tingkat kecemasan (posttest)

0 : Perlakuan atau treatment

B. Variabel dan Definisi Operasional.

1. Variabel.

Menurut Suryabrata variable diartikan sebagai segala sesuatu yang akan menjadi objek pengamatan penelitian. Dan variable dalam penelitian ini meliputi:

- a. Variable bebas (V X): Pengetahuan Menstruasi
- b. Variable terikat (V Y): Kecemasan Menghadapi Menstruasi

2. Definisi Operasional.

Definisi operasional adalah definisi yang didasarkan atas sifat-sifat hal didefinisikan yang dapat diamati. Definisi operasional dalam penelitian ini sebagai berikut:

- a. Pengetahuan menstruasi adalah suatu usaha menyampaikan mengenai menstruasi kepada siswi yang dilakukan oleh peneliti yang terdiri dari pengertian menstruasi, proses menstruasi, fase-fase dalam menstruasi, Pre Menstruasi Syndrom dan gangguan proses menstruasi.
- b. Kecemasan menghadapi menstruasi yaitu suatu perasaan yang tidak menentu bahkan ketakutan yang berlebihan di saat akan mengalami menstruasi.

C. Lokasi dan Waktu Penelitian.

1. Lokasi.

Penelitian ini dilakukan di SDN Ardimulyo 3 Singosari. Karena di SD tersebut belum pernah diberikan pengetahuan tentang menstruasi dan belum pernah dilakukan penelitian sebelumnya.

2. Waktu Penelitian.

Penelitian dilakukan pada bulan Juli sampai September, dengan alasan siswi tidak sedang menghadapi ujian. Ujian dapat membuat kemungkinan siswi menjadi cemas karena ujian tersebut dan bukan karena menghadapi menstruasi.

D. Populasi dan Sampel.

1. Populasi.

Populasi menurut Latipun yaitu keseluruhan individu atau objek yang diteliti yang memiliki beberapa karakteristik yang sama⁴⁶.

Populasi menurut Sugiyono adalah objek/subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya⁴⁷.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas V dan VI yang berjumlah sembilan puluh delapan orang. Tetapi karena yang secara alamiah yang mengalami menstruasi adalah perempuan sehingga populasi yang diambil adalah siswi yang berjumlah empat puluh sembilan orang.

⁴⁶ Latipun. Psikologi Eksperimen Edisi Kedua. UMM Press. Hal 41

⁴⁷ Prof. DR. Sugiyono. Statistika untuk Penelitian. Alfabeta. Hal 61

2. Sampel.

Sample menurut Sugiyono, sampel adalah jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi⁴⁸. Dalam penelitian yang menjadi sample adalah siswi dengan pertimbangan, secara alamiah yang mengalami menstruasi adalah perempuan.

Menurut Arikunto, apabila subjek yang diteliti kurang dari 100 maka lebih baik sample diambil semua.⁴⁹

Teknik sample yang digunakan yaitu sampling purposive. Sampling purposive menurut Sugiyono adalah teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu⁵⁰. Dan yang menjadi sampel dalam penelitian tersebut adalah seluruh siswi kelas V dan VI yang berjumlah empat puluh sembilan orang.

E. Instrument Penelitian.

Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuisisioner. Kuisisioner disini terdapat dua yang mengukur pengetahuan dan kecemasan. Pengetahuan terdiri atas Tahu (*Know*), Memahami (*Comprehention*), Aplikasi (*Application*), Analisis (*Analysis*), Sintesis, dan Evaluasi. Sedangkan kecemasan terdiri atas Cemas, Ketakutan, Intelektual, Keluhan Somatik Muscular, Gejala Jantung, Gejala Gastrointestinal, Gejala Otonom, Ketegangan, Insomnia, Mood Tertekan, Keluhan Somatik sensory, Gejala Pernafasan, dan Genitourinari Gejala.

⁴⁸ Prof. DR. Sugiyono. Statistika untuk Penelitian. Alfabeta. Hal 62

⁴⁹ I Gusti Ayu Ratih Agustini. Pengaruh Pendidikan kesehatan tentang menarche terhadap kecemasan menghadapi menarche pada siswi kelas V di SDN Giwangan Yogyakarta.

⁵⁰ Prof. DR. Sugiyono. Statistika untuk Penelitian. Alfabeta.. Hal 68

F. Metode Pengumpulan data.

Pengumpulan data merupakan suatu bagian terpenting dalam proses penelitian, karena dari data yang terkumpul mencerminkan keadaan subjek yang sesungguhnya yang sesuai dengan keadaan yang tengah dihadapi. Maka dalam pengumpulan data ini, peneliti menggunakan instrument penelitian. Dengan instrument penelitian ini dapat dikumpulkan berbagai data yang dibutuhkan.

Dalam hal ini peneliti menggunakan metode sebagai berikut:

1. Wawancara.

Wawancara adalah percakapan yang dilakukan oleh dua pihak dengan maksud tertentu dan merupakan teknik pengumpulan data dengan mengadakan komunikasi dengan sumber data.

Wawancara dalam penelitian ini dilakukan kepada seluruh siswi kelas V dan dilakukan sebelum penelitian. Aspek-aspek yang menjadi bahan wawancara yaitu pengetahuan menstruasi dan kecemasan saat akan menstruasi. Wawancara ini dilakukan untuk studi pendahuluan dan untuk penulisan item kuesioner.

2. Observasi.

Metode observasi adalah suatu metode yang digunakan dalam penelitian dengan cara pengamatan dan pencatatan secara sistematis terhadap fenomena-fenomena yang diselidiki.

Observasi dalam penelitian ini dilakukan dengan melihat apakah di sekolah tersebut telah ada informasi tentang menstruasi, bisa berupa buku-buku tentang menstruasi di perpustakaan atau poster yang dipasang di kelas-kelas. Observasi ini dilakukan untuk penulisan item kuesioner.

3. Kuesioner (*Questioner*).

Kuesioner adalah teknik pengumpulan data dengan cara mengirimkan suatu daftar pertanyaan kepada responden untuk diisi. Sedangkan jenis kuesioner tersebut adalah pertanyaan tertutup (*Closed End Items*). Pertanyaan tertutup adalah suatu kuesioner dimana pertanyaan-pertanyaan yang dituliskan telah disediakan jawaban pilihan, sehingga responden tinggal memilih salah satu jawaban yang telah disediakan. Pertanyaan dari kuesioner tersebut bisa berbentuk positif dan negative atau favorable dan unforable.

Dalam pilihan jawaban terdapat empat pilihan. Secara garis besar empat pilihan jawaban tersebut menunjukkan kepada sangat setuju, setuju, tidak setuju dan sangat tidak setuju. Alasan menggunakan empat tingkatan adalah seperti yang dikemukakan oleh Arikunto bahwa dengan menggunakan lima pilihan jawaban responden cenderung memilih alternative yang ada ditengah (karena dirasa aman dan paling gampang), dan Arikunto menyarankan untuk menggunakan empat pilihan jawaban karena lebih menunjukkan kepada gradasi yang menyangatkan.⁵¹

⁵¹ Arikunto. *Prosedur Penelitian*. Hal 241

Pertanyaan favorable untuk Variabel X menunjukkan pada indikasi bahwa subjek mendukung objek sikap dan mempunyai tingkat penilaian sebagai berikut:

- a. Nilai 4 untuk jawaban SS (Sangat Setuju).
- b. Nilai 3 untuk jawaban S (Setuju).
- c. Nilai 2 untuk jawaban TS (Tidak Setuju).
- d. Nilai 1 untuk jawaban STS (Sangat Tidak Setuju).

Sedangkan pertanyaan favorable untuk Variabel Y menunjukkan pada indikasi bahwa subjek mendukung objek sikap dan mempunyai tingkat penilaian sebagai berikut:

- a. Nilai 1 untuk jawaban SS (Sangat Setuju).
- b. Nilai 2 untuk jawaban S (Setuju).
- c. Nilai 3 untuk jawaban TS (Tidak Setuju).
- d. Nilai 4 untuk jawaban STS (Sangat Tidak Setuju)

Adapun pertanyaan dalam bentuk unfavorable Variabel X menunjukkan indikasi bahwa subjek tidak mendukung objek sikap dan mempunyai tingkat penilaian sebagai berikut:

- a. Nilai 1 untuk jawaban SS (Sangat Setuju).
- b. Nilai 2 untuk jawaban S (Setuju).
- c. Nilai 3 untuk jawaban TS (Tidak Setuju).
- d. Nilai 4 untuk jawaban STS (Sangat Tidak Setuju).

Sedangkan pertanyaan dalam bentuk unfavorable Variabel Y menunjukkan indikasi bahwa subjek tidak mendukung objek sikap dan mempunyai tingkat penilaian sebagai berikut:

- a. Nilai 4 untuk jawaban SS (Sangat Setuju).
- b. Nilai 3 untuk jawaban S (Setuju).
- c. Nilai 2 untuk jawaban TS (Tidak Setuju).
- d. Nilai 1 untuk jawaban STS (Sangat Tidak Setuju).

Adapun pedoman pemberian skor pada skala dapat dilihat pada table berikut:

Tabel 3.1
Skor Pengetahuan (V. X)

Jawaban	Nilai	
	Favorable	Unforable
Sangat Setuju (SS)	4	1
Setuju (S)	3	2
Tidak Setuju (TS)	2	3
Sangat Tidak Setuju (STS)	1	4

Adapun Blue print kuesioner ini adalah:

Tabel 3.2
Blue Print Pengetahuan (V.X)

Variabel	Indikator Perilaku	Nomer Item		
		F	UF	T
Pengetahuan	Tahu (<i>Know</i>)	1	7	2
	Memahami (<i>Comprehention</i>)	2	8	2
	Aplikasi (<i>Application</i>)	3	9	2
	Analisis (<i>Analysis</i>)	4	10	2
	Sintesis	5	11	2
	Evaluasi	6	12	2
Jumlah				12

Tabel 3.3
Skor Kecemasan (V Y)

Jawaban	Nilai	
	Favorable	Unforable
Sangat Setuju (SS)	1	4
Setuju (S)	2	3
Tidak Setuju (TS)	3	2
Sangat Tidak Setuju (STS)	4	1

Adapun Blue print kuesioner ini adalah:

Tabel 3.4
Blue Print Kecemasan (V Y)

Variabel	Indikator Perilaku	Nomer Item		
		F	UF	T
Kecemasan Menstruasi	Cemas	13	25	2
	Ketakutan	14	26	2
	Intelektual	15	27	2
	Keluhan Somatik Muscular	16	28	2
	Gejala Jantung	17	29	2
	Gejala Gastrointestinal	18	30	2
	Gejala Otonom	19	31	2
	Ketegangan	20	32	2
	Insomnia	21	33	2
	Mood Tertekan	22	34	2
	Keluhan Somatik sensory	23	35	2
	Gejala Pernafasan	24	36	2
Jumlah				24

4. Dokumenter.

Metode atau teknik dokumenter adalah teknik pengumpulan data dan informasi melalui pencarian dan penemuan bukti-bukti. Metode dokumenter ini merupakan metode pengumpulan data yang berasal dari sumber non-manusia.

G. Validitas dan Reliabilitas.

Validitas dan reliabilitas tidak bias lepas dari pembuatan skala. Karena validitas dan reliabilitas merupakan alat ukur yang sangat penting dalam suatu penelitian untuk menentukan apakah penelitian tersebut dapat dipercaya atau tidak.

1. Validitas.

Didefinisikan "sejauh mana instrument itu mengukur apa yang hendak diukur". Dan untuk menguji ke valid-an tes psikologi menggunakan validitas isi, validitas isi merupakan pengujian terhadap isi tes dengan analisis rasional. Dan untuk menguji ke-valid-an tes psikologi menggunakan product moment, dengan rumus:

$$R_{xy} = \frac{N \cdot \sum XY - \sum X \cdot \sum Y}{\sqrt{[(N \cdot \sum X^2) - (\sum X)^2][(N \sum Y^2) - (\sum Y)^2]}}$$

Koefisien validitas punya makna apabila mempunyai harga yang positif. Semakin tinggi mendekati angka 1,0 berarti suatu tes semakin valid hasil ukurnya. Akan tetapi koefisien validitas dianggap memuaskan atau tidak, penilaiannya dikembalikan kepada pihak pemakai skala atau yang berkepentingan dalam penggunaan hasil ukur skala yang bersangkutan⁵². Perhitungan validitas ini dengan menggunakan computer software SPSS (*statistical Product and Service Solition*) versi 15,0 for windows.

⁵² Saifuddin Azwar. Penyusunan skala psikologi. Yogyakarta: Pustaka Pelajar 2007, 103

2. Reliabilitas.

Merujuk kepada konsistensi hasil pengukuran, kalau instrument itu digunakan oleh orang dalam waktu yang berlainan atau digunakan oleh orang yang berbeda dalam waktu yang sama atau berlainan dan hasilnya konsisten maka instrument tersebut dapat dikatakan reliable (dipercaya). Dan untuk menguji ke-reliable-an tes psikologi menggunakan Alfa Cronbach, dengan rumus:

$$r_1 = \frac{k}{(k-1)} \left\{ 1 - \frac{\sum s_i^2}{s_t^2} \right\}$$

Keterangan:

K = mean kuadrat antara subjek

$\sum s_i^2$ = mean kuadrat kesalahan

S_t^2 = varians total

Rumus untuk varians total dan varians item:

$$s_t^2 = \frac{\sum x_t^2}{n} - \frac{(\sum x_t)^2}{n^2}$$

$$s_i^2 = \frac{JK_i}{n} - \frac{JK_s}{n^2}$$

Keterangan:

JK_i = jumlah kuadrat seluruh skor item

JK_s = jumlah kuadrat subjek

Untuk mempercepat proses analisis reliabilitas maka peneliti menggunakan jasa computer software SPSS (*Statistical Product and Service Solution*) versi 15 for windows.

H. Pengolahan dan Metode Analisa Data.

1. Pengolahan Data.

a. Pengeditan (*Editing*).

Editing dilakukan untuk meneliti kembali apakah isian dalam lembaran pada tes psikologi sudah lengkap sehingga apabila ada data yang kurang lengkap bias dilengkapi.

b. Kode (*Coding*).

Memberikan kode pada data, ini dimaksudkan untuk dapat memudahkan dalam mengklasifikasikan jawaban menurut macamnya dan juga untuk mempermudah dalam tahap pengolahan data.

c. Skoring.

Dalam pemberian skor pada hasil dari pengukuran dengan skala psikologi, erat kaitannya dengan masalah penskalaan. Proses penskalaan memusatkan perhatian pada karakteristik angka-angka yang merupakan nilai skala.

d. Tabulasi.

Dilakukan untuk memasukkan data hasil penelitian data hasil penelitian kedalam table berdasarkan kriteria yang telah ditentukan.

2. Analisa Data.

Analisa data pada penelitian ini dilakukan dengan uji statistic yaitu regresi. Dengan rumus:

$$Y = a + bX$$

Keterangan:

Y= Subjek dalam variable dependen yang diprediksi

a= Harga Y ketika X=0 (harga konstan)

b= Angka arah atau koefisien regresi, yang menunjukkan angka peningkatan ataupun penurunan variable dependen yang di dasarkan pada perubahan variable independen.

X= Subjek pada variable independen yang mempunyai nilai tertentu

Harga a dan b dapat di cari dengan rumus:

$$a = \frac{(\sum Y_i)(\sum X_i^2) - (\sum X_i)(\sum X_i Y_i)}{n \sum X_i^2 - (\sum X_i)^2}$$

$$b = \frac{n \sum X_i Y_i - (\sum X_i)(\sum Y_i)}{n \sum X_i^2 - (\sum X_i)^2}$$

Untuk menguji linearitas regresi dapat menggunakan rumus:

$$JK(T) = \sum Y^2$$

$$JK(A) = \frac{(\sum Y)^2}{n}$$

$$JK(b|a) = b \left\{ \sum XY - \frac{(\sum X)(\sum Y)}{n} \right\}$$
$$= \frac{[n \sum XY - (\sum X)(\sum Y)]^2}{n[\sum X^2 - (\sum X)^2]}$$

$$JK(S) = JK(T) - JK(a) - JK(b|a)$$

$$JK(TC) = \sum_{x_i} \left\{ \sum Y^2 - \frac{(\sum Y)^2}{n_i} \right\}$$

$$JK(G) = JK(S) - JK(TC)$$

Keterangan:

JK(T) = Jumlah Kuadrat Total

JK(A) = Jumlah Kuadrat koefisien a

JK(b|a) = Jumlah Kuadrat regresi (b|a)

JK(S) = Jumlah Kuadrat Sisa

JK(TC) = Jumlah Kuadrat Tuna Cocok

JK(G) = Jumlah Kuadrat Galat

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Sekilas Tentang Profil Sekolah

Sekolah Dasar Ardimulyo 3 terletak di Jl. A. Yani No 163 Kecamatan Singosari Kabupaten Malang. Berdiri dan mulai beroperasi pada tahun 1987 dengan nama SD Negeri Ardimulyo 03 sampai sekarang. Sekolah yang berada di areal tanah seluas 2700 m² di atas tanah milik negara/Divisi Kostrad ini sudah Terakreditasi dengan nilai 87 dengan kategori B. SDN Ardimulyo 3 terdapat 16 tenaga pendidik dan pegawai, yang terdiri dari 1 orang Kepala Sekolah, 13 Guru dan 2 orang pegawai.

SDN Ardimulyo 3 memiliki visi, misi, dan tujuan, sebagai berikut:

1. VISI.

Menciptakan insan yang bertaqwa, berbuah pekerti luhur, berprestasi, terampil, mandiri dan berwawasan kebangsaan.

2. Misi

Membentuk insan yang memiliki kepribadian dan berwawasan kebangsaan dengan:

- a. Meningkatkan ketaqwaan kepada Tuhan Yang Maha Esa.
- b. Menciptakan peserta didik yang berbudi pekerti luhur.
- c. Meningkatkan prestasi, keterampilan, dan kemandirian siswa
- d. Meningkatkan pemanfaatan lingkungan sekitar sebagai sumber belajar.
- e. Melaksanakan pembelajaran yang efektif, kreatif dan menyenangkan.

f. Meningkatkan partisipasi masyarakat dalam peningkatan kualitas pendidikan.

3. Tujuan.

Membentuk insan yang memiliki kepribadian dan berwawasan kebangsaan dengan:

- a. Melaksanakan dan mengamalkan ajaran Agama dalam kehidupan sehari-hari.
- b. Mengembangkan potensi siswa secara optimal melalui proses pembelajaran yang berkualitas.
- c. Menanamkan sikap disiplin sebagai kebiasaan hidup siswa, melalui penegakan tata tertib dan keteladanan.
- d. Menciptakan system pengelolaan sekolah yang kondusif dengan pembelajaran yang aktif, kreatif, efektif dan menyenangkan.
- e. Meningkatkan kualitas guru untuk, menghantar siswa memperoleh prestasi akademik dan non akademik.

B. Pelaksanaan penelitian

1. Persiapan penelitian

Persiapan yang dilakukan oleh peneliti adalah melakukan konsultasi ke dosen pembimbing, oleh dosen pembimbing di saran untuk melakukan studi pendahuluan dikarenakan saat itu peneliti rencananya melakukan penelitian kualitatif sehingga pada bulan Januari 2010 peneliti mendatangi pihak sekolah untuk membicarakan masalah penelitian dan

pihak sekolah menyetujuinya dan membantu melakukan penelitian tersebut.

Pada akhirnya bulan Maret 2010, dengan pertimbangan tertentu peneliti melakukan konsultasi ke dosen pembimbing supaya penelitian dilakukan dengan metode penelitian kuantitatif eksperimen dan dosen pembimbing menyetujuinya.

Akhir bulan Juli 2010, karena dirasa kuesioner telah siap. Peneliti melakukan uji coba terhadap kuesioner tersebut. Karena pihak sekolah meminta ada surat resmi dari fakultas untuk melakukan penelitian sehingga bulan Agustus peneliti mengurus surat penelitian ke fakultas yang ditujukan ke Sekolah Dasar Negeri Ardimulyo 03 Singosari.

2. Pelaksanaan penelitian.

Pada hari selasa tanggal 22 Desember 2009, peneliti mendatangi sekolah SDN Ardimulyo 3 Singosari, untuk membicarakan rencana penelitian dan pihak sekolah menyetujui jika di SD tersebut dilaksanakan penelitian. Dan peneliti bermaksud untuk melaksanakan studi pendahuluan supaya peneliti lebih mengetahui fenomena yang terjadi di SD tersebut. Pihak sekolah menyetujui diadakan studi pendahuluan pada hari sabtu tanggal 9 Januari 2010, di hari itu bisa dilaksanakan studi pendahuluan karena hari tersebut tidak mengganggu proses belajar mengajar.

Pada hari yang telah disepakati yaitu hari sabtu tanggal 9 Januari 2010, peneliti melakukan studi pendahuluan terhadap seluruh kelas V. Studi pendahuluan ini, melalui proses wawancara terhadap siswi kelas V

di ruangan kelas V. Wawancara tersebut dimaksudkan untuk mengetahui bagaimana pengetahuan siswi tentang menstruasi dan adakah kecemasan saat akan menstruasi.

Peneliti selain melakukan wawancara terhadap siswi, peneliti juga melakukan observasi, yang menjadi bahan observasi yaitu informasi tentang menstruasi, informasi tersebut bisa berupa buku-buku tentang menstruasi atau poster-poster tentang menstruasi yang biasanya ditempel di dinding-dinding ruang kelas.

Pada saat melakukan wawancara, peneliti telah memberikan beberapa informasi tentang menstruasi, informasi disini sebatas yang biasa terjadi disaat menstruasi. Tujuan memberikan informasi adalah supaya siswi sedikit paham dengan yang ditanyakan ke siswi pada saat wawancara.

Peneliti melakukan kontrol ke siswi yaitu mengenai pengetahuan menstruasi siswi dari Januari hingga Agustus. Peneliti melakukan kontrol tentang pengetahuannya. Karena yang dibutuhkan oleh siswa adalah pengetahuan tentang menstruasi. Siswi-siswi tersebut belum mengetahui tentang menstruasi dan siswi tersebut belum pernah diberikan informasi tentang menstruasi sebelumnya.

Pada hari sabtu tanggal 7 Agustus 2010, peneliti melakukan penelitian setelah adanya kontrol. Sebelum pengukuran, peneliti memberikan pengetahuan tentang menstruasi juga siswi diberi kesempatan untuk bertanya yang belum dimengerti tentang mestruasi. Setelah

memberikan pengetahuan, peneliti membagi kuesioner kepada siswi, dimana kuesioner tersebut terdiri dari 36 item pertanyaan, yang terbagi dalam 12 item tentang pengetahuan dan 24 item tentang kecemasan menstruasi.

C. Data hasil pengujian validitas dan reabilitas

1. Validitas

Sebuah variabel dinyatakan valid jika variabel tersebut memiliki koefisien korelasi yang signifikan (*nilai signifikan* kurang dari $\alpha = 0,05$). Dalam penelitian ini sampel yang diambil adalah sebanyak 49 responden, dan taraf signifikan yang digunakan adalah 5%. Dari output SPSS versi 15,0 maka dapat disusun dalam tabel berikut :

Tabel 4.1 Hasil Uji Validitas Kuesioner

Variabel	Item Pertanyaan	Koefisien Korelasi	<i>Nilai signifikan</i>	Keterangan
Pengetahuan (X)	X ₁	0,394	0,005	Valid
	X ₂	0,386	0,006	Valid
	X ₃	0,497	0,000	Valid
	X ₄	0,358	0,011	Valid
	X ₅	0,357	0,012	Valid
	X ₆	0,349	0,014	Valid
	X ₇	0,713	0,000	Valid
	X ₈	0,463	0,001	Valid
	X ₉	0,665	0,000	Valid
	X ₁₀	0,598	0,000	Valid

	X ₁₁	0,527	0,000	Valid
	X ₁₂	0,394	0,005	Valid
Kecemasan (Y)	Y ₁₃	0,487	0,000	Valid
	Y ₁₄	0,553	0,000	Valid
	Y ₁₅	0,547	0,000	Valid
	Y ₁₆	0,749	0,000	Valid
	Y ₁₇	0,399	0,004	Valid
	Y ₁₈	0,574	0,000	Valid
	Y ₁₉	0,491	0,000	Valid
	Y ₂₀	0,392	0,005	Valid
	Y ₂₁	0,421	0,003	Valid
	Y ₂₂	0,308	0,032	Valid
	Y ₂₃	0,630	0,000	Valid
	Y ₂₄	0,454	0,001	Valid
	Y ₂₅	0,687	0,000	Valid
	Y ₂₆	0,586	0,000	Valid
	Y ₂₇	0,591	0,000	Valid
	Y ₂₈	0,611	0,000	Valid
	Y ₂₉	0,618	0,000	Valid
	Y ₃₀	0,291	0,042	Valid
	Y ₃₁	0,541	0,000	Valid
	Y ₃₂	0,383	0,007	Valid
	Y ₃₃	0,532	0,000	Valid
	Y ₃₄	0,574	0,000	Valid
	Y ₃₅	0,571	0,000	Valid
	Y ₃₆	0,564	0,000	Valid

Sumber : Analisis SPSS versi 15

Dari tabel uji validitas di atas dapat dijelaskan bahwa nilai *nilai signifikan* pada tiap-tiap variabel lebih kecil daripada $\alpha = 0,05$. Sehingga dapat disimpulkan bahwa kuesioner yang digunakan dalam penelitian ini sudah valid. Namun kuesioner tersebut harus diuji terlebih dahulu kehandalan atau reliabilitasnya. Uji reliabilitas kuesioner dalam penelitian dengan menggunakan koefisien Alpha Cronbach.

2. Reabilitas

Dengan menggunakan bantuan *software* SPSS versi 15, didapatkan hasil perhitungan nilai Koefisien Alpha Cronbach sebagai berikut :

Tabel 4.2 Hasil Uji Reliabilitas Kuesioner

Variabel	Koefisien Alpha Cronbach	Keterangan
Pengetahuan (X)	0,685	Reliabel
Kecemasan (Y)	0,882	Reliabel

Sumber : Analisis SPSS versi 15

Dari tabel uji reliabilitas di atas, didapatkan koefisien Alpha Cronbach sebesar 0,685 untuk variabel Pengetahuan (X) dengan 12 buah item pertanyaan dan sebesar 0,882 untuk variabel Kecemasan (Y) dengan 24 buah item pertanyaan. Koefisien tersebut lebih besar daripada 0,6. Sehingga dapat disimpulkan bahwa kuesioner yang digunakan dalam penelitian ini dapat diandalkan dan reliabel.

D. Analisa Data

Analisis regresi linier sederhana digunakan untuk mengetahui pengaruh Tingkat pengetahuan terhadap kecemasan. Dalam pengolahan data dengan menggunakan analisis regresi linier sederhana, dilakukan beberapa tahapan untuk mencari hubungan antara variabel independen dan dependen. Berdasarkan hasil pengolahan data dengan menggunakan *software* SPSS versi 15,0 didapatkan ringkasan seperti pada Tabel 4.3.

Variabel dependen pada analisis regresi ini adalah Tingkat pengetahuan.

Tabel 4.3 Ringkasan Hasil Analisis Regresi

Variabel	Koefisien β	t_{hitung}	<i>nilai signifikan</i>	Keterangan
Constant	96,766			
(X)	-1,258	-5,348	0,000	Signifikan
α	= 0,05			
R	= 0,615			
Koefisien Determinasi (R^2)	= 0,378			
F-hitung	= 28,603			
F-tabel	= 4,407			
<i>nilai signifikan</i>	= 0,000			
t-tabel	= 2,012			

Sumber : Analisis SPSS versi 15,0

Model regresi yang didapatkan berdasarkan tabel 4.3 adalah sebagai berikut :

$$Y = 96,766 - 1,258 X$$

dimana :

Y : Kecemasan X : Tingkat pengetahuan

Berdasarkan pada tabel 4.3, terlihat bahwa variabel Tingkat pengetahuan (X) berpengaruh signifikan terhadap Kecemasan (Y). Interpretasi model regresi di atas adalah sebagai berikut :

a. $\beta_0 = 96,766$

Nilai konstan ini menunjukkan bahwa apabila tidak ada variabel Pengetahuan (X), maka Kecemasan (Y) adalah sebesar 96,766. Atau dengan kata lain, Kecemasan (Y) adalah sebesar 96,766 tanpa dipengaruhi oleh variabel Pengetahuan.

b. $\beta_1 = -1,258$

Koefisien regresi ini menunjukkan bahwa apabila terdapat kenaikan 1 kali pada variabel Pengetahuan (X), maka akan terjadi penurunan pada Kecemasan (Y) sebesar 1,258.

Berdasarkan pada tabel 4.3, model regresi tersebut memiliki koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,378. Hal ini berarti bahwa model regresi yang didapatkan mampu menjelaskan pengaruh antara Pengetahuan (X) terhadap Kecemasan (Y) sebesar 37,8 % dan sisanya sebesar 62,2 % dijelaskan oleh faktor lain yang tidak terdeteksi.

a. Uji Hipotesis Koefisien Model Regresi

Kemudian, model regresi yang telah didapatkan diuji terlebih dahulu baik secara simultan dan secara parsial. Pengujian model regresi secara simultan dilakukan dengan menggunakan uji F atau ANOVA dan pengujian model regresi secara parsial dilakukan dengan uji t.

1) Uji Model Regresi Secara Simultan

Pengujian secara simultan dilakukan untuk menunjukkan apakah semua variabel yang digunakan dalam model regresi memiliki pengaruh yang signifikan terhadap Kecemasan (Y). Semua variabel tersebut diuji secara serentak dengan menggunakan uji F atau ANOVA. Dengan menggunakan bantuan *software* SPSS versi 15, didapatkan hasil uji F sebagai berikut :

Tabel 4.4 Uji Model Regresi Secara Simultan

ANOVA^b

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	1788.001	1	1788.001	28.603	.000 ^a
	Residual	2937.999	47	62.511		
	Total	4726.000	48			

a. Predictors: (Constant), Tingkat Pengetahuan

b. Dependent Variable: Kecemasan

Sumber : Analisis SPSS versi 15,0

Hipotesis yang digunakan dalam pengujian koefisien model regresi secara simultan disajikan dalam tabel 4.5 berikut :

Tabel 4.5

Uji Hipotesis Model Regresi Secara Simultan

Hipotesis	Nilai	Keputusan
$H_0 : \beta_i = 0$ (tidak terdapat pengaruh yang signifikan antara Pengetahuan (X) terhadap Kecemasan (Y)) $H_a : \beta_i \neq 0$ (terdapat pengaruh yang signifikan antara Pengetahuan (X) terhadap Kecemasan (Y)) $\alpha = 0,05$	$F = 28,603$ <i>nilai signifikan</i> $= 0,000$ $F_{tabel} = 4,047$	Tolak H_0

Sumber : Analisis SPSS versi 15,0

Berdasarkan tabel 4.5, pengujian hipotesis model regresi secara simultan atau secara serentak menggunakan uji F. Di dalam tabel distribusi F, didapatkan nilai F_{tabel} dengan *degrees of freedom* (df) $n_1 = 1$ dan $n_2 = 47$ adalah sebesar 4,047. Jika nilai F hasil penghitungan pada tabel 4.5 dibandingkan dengan F_{tabel} , maka F_{hitung} hasil penghitungan lebih besar daripada F_{tabel} ($28,603 > 4,047$). Selain itu, pada tabel 4.5 juga didapatkan nilai *signifikan* sebesar 0,000. Jika nilai *signifikan* dibandingkan dengan $\alpha = 0,05$ maka nilai *signifikan* kurang dari $\alpha = 0,05$. Dari kedua perbandingan tersebut dapat diambil keputusan H_0 ditolak pada taraf $\alpha = 0,05$. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara Pengetahuan (X) terhadap Kecemasan (Y).

2) Uji Model Regresi Secara Parsial

Pengujian model regresi secara parsial digunakan untuk mengetahui apakah masing-masing variabel pembentuk model regresi secara individu memiliki pengaruh yang signifikan terhadap Kecemasan (Y) atau tidak. Untuk menguji hubungan tersebut, digunakan uji t, yakni dengan membandingkan nilai t_{hitung} dengan t_{tabel} . Variabel independen pembentuk model regresi dikatakan berpengaruh signifikan jika $t_{hitung} > t_{tabel}$ atau *nilai signifikan* $< \alpha = 0,05$. Pengujian model regresi secara parsial adalah sebagai berikut :

a) Konstanta (β_0)

Berdasarkan tabel 4.3, pengujian hipotesis koefisien regresi β_0 dapat dituliskan dalam tabel 4.6 :

Tabel 4.6 Uji Hipotesis Koefisien Regresi β_0

Hipotesis	Nilai	Keputusan
$H_0 : \beta_0 = 0$ (Konstanta tidak berpengaruh signifikan terhadap Kecemasan (Y))	$t = 11,529$	Tolak H_0
$H_a : \beta_0 \neq 0$ (Konstanta berpengaruh signifikan terhadap Kecemasan (Y)) $\alpha = 0,05$	<i>nilai signifikan</i> $= 0,000$ $t_{tabel} = 2,012$	

Sumber : Analisis SPSS versi 15,0

Konstanta (β_0) memiliki koefisien regresi sebesar 96,766.

Dengan menggunakan bantuan *software* SPSS versi 15,0,

didapatkan statistik uji t sebesar -11,529 dengan nilai *signifikan* sebesar 0,000. Nilai statistik uji $|t_{hitung}|$ tersebut lebih besar daripada t_{tabel} ($11,529 > 2,012$) dan juga nilai *signifikan* lebih kecil daripada $\alpha = 0,05$. Pengujian ini menunjukkan bahwa H_0 ditolak. Sehingga dapat disimpulkan bahwa Konstanta berpengaruh signifikan terhadap Kecemasan (Y).

b) Pengetahuan (β_1)

Berdasarkan tabel 4.3, pengujian hipotesis koefisien regresi β_1 dapat dituliskan dalam tabel 4.7 :

Tabel 4.7 Uji Hipotesis Koefisien Regresi β_1

Hipotesis	Nilai	Keputusan
$H_0 : \beta_1 = 0$ (variabel Pengetahuan (X) tidak berpengaruh signifikan terhadap Kecemasan (Y)) $H_a : \beta_1 \neq 0$ (variabel Pengetahuan (X) berpengaruh signifikan terhadap Kecemasan (Y)) $\alpha = 0,05$	$t = -5,348$ <i>nilai signifikan</i> $= 0,000$ $t_{tabel} = 2,012$	Tolak H_0

Sumber : Analisis SPSS versi 15

Variabel Pengetahuan (β_1) memiliki koefisien regresi sebesar -1,258. Dengan menggunakan bantuan *software* SPSS versi 15, didapatkan statistik uji t sebesar -5,348 dengan *nilai signifikan* sebesar 0,040. Nilai statistik uji $|t_{hitung}|$ tersebut lebih besar daripada t_{tabel} ($5,348 > 2,012$) dan juga *nilai signifikan* lebih kecil daripada $\alpha = 0,05$. Pengujian ini menunjukkan bahwa H_0 ditolak. Dapat disimpulkan bahwa variabel Pengetahuan (X)

berpengaruh signifikan terhadap Kecemasan (Y). Dimana jika Pengetahuan rendah maka Kecemasan tinggi, jika Pengetahuan sedang maka Kecemasan sedang dan jika Pengetahuan tinggi maka Kecemasan rendah.

E. Pembahasan.

1. Sebelum perlakuan.

Menstruasi merupakan tanda bahwa siklus masa subur telah dimulai yang terjadi saat lapisan di dalam dinding rahim meluruh dan keluar dalam bentuk darah menstruasi, walaupun menstruasi adalah hal yang wajar dan pasti dialami oleh setiap perempuan normal dan sebenarnya tidak perlu dikhawatirkan, ternyata dalam kenyataannya berdasarkan hasil penelitian ini dapat menunjukkan bahwa responden masih dapat dikatakan khawatir karena ketidaktahuan mengenai apa itu menstruasi, dimana kekhawatiran ini menyebabkan responden mengalami kecemasan ketika mau menghadapi peristiwa menstruasi. Ini dibuktikan dengan adanya wawancara terhadap kelas V putri pada Januari 2010, dari 26 siswi terdapat 24 siswi belum mengetahui menstruasi dan mereka merasa khawatir atau cemas untuk menghadapi menstruasi.

2. Setelah diberikan Perlakuan.

Dari hasil pengukuran terhadap 49 siswi didapati tingkat pengetahuan siswi yaitu 16 siswi (32,65%) yang memiliki pengetahuan mestruasi rendah, 16 siswi (32,65%) yang memiliki pengetahuan menstruasi sedang dan 17 siswi (34,69%) yang memiliki pengetahuan

mestruasi tinggi. Pengetahuan siswi tersebut didapati karena siswi-siswi telah mengetahui menstruasi meskipun hanya mengetahui belum paham tentang menstruasi, serta sebelumnya peneliti telah memberikan informasi mengenai menstruasi sehingga pengetahuan menstruasi siswi tinggi. Informasi yang siswi peroleh nantinya akan dipakai untuk mengantisipasi kemungkinan-kemungkinan yang akan terjadi, sehingga tidak akan menimbulkan kecemasan. Hal ini telah dijelaskan oleh Soewandi, yaitu informasi atau pengetahuan yang sedikit akan menimbulkan kecemasan

Sedangkan untuk kecemasan menstruasi dari 49 siswi didapati tingkat kecemasan menstruasi yaitu terdapat 15 siswi (30,61%) yang memiliki kecemasan rendah, 24 siswi (48,98%) yang memiliki kecemasan sedang dan 10 siswi (20,41%) yang memiliki kecemasan tinggi. Meskipun siswi telah memiliki pengetahuan tentang menstruasi tetapi siswi juga tanpa disadari mengalami kecemasan. Dan ini telah dijelaskan oleh Hurlock dan Kartono, dimana mereka menjelaskan meskipun remaja putri telah mengetahui menstruasi tetapi ini merupakan pengalaman baru maka akan merasa cemas terlebih lagi jika menstruasi disertai muntah dan kejang-kejang.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan mengenai pengaruh pengetahuan menstruasi terhadap kecemasan menghadapi menstruasi pada siswi kelas V dan VI SDN Ardimulyo 3 Singosari, dapat ditarik kesimpulan:

1. Dari 49 responden terdapat 16 siswi (32,65%) yang memiliki pengetahuan menstruasi rendah, 16 siswi (32,65%) yang memiliki pengetahuan menstruasi sedang dan 17 siswi (34,69%) yang memiliki pengetahuan menstruasi tinggi.
2. Kecemasan menstruasi dari 49 responden terdapat 15 siswi (30,61%) yang memiliki kecemasan rendah, 24 siswi (48,98%) yang memiliki kecemasan sedang dan 10 siswi (20,41%) yang memiliki kecemasan tinggi.
3. Terdapat pengaruh yang signifikan antara pengetahuan dengan kecemasan menstruasi, dengan taraf signifikan 5% sebesar 0,000 yang berarti H_0 ditolak dengan $t_{tabel} = 2,012$ dan $t_{hitung} = 5,348$ dimana jika Pengetahuan rendah maka Kecemasan tinggi, jika Pengetahuan sedang maka Kecemasan sedang dan jika Pengetahuan tinggi maka Kecemasan rendah.

B. Saran

Saran dari penelitian ini, yaitu:

1. Guru-guru atau sekolah

Dari penelitian ini dapat dilihat bahwa siswi kelas V dan VI sangat memerlukan pengetahuan menstruasi. Sehingga dapat mempunyai agenda

khusus untuk memberikan pengetahuan menstruasi dengan materi yang lain untuk mempersiapkan remaja dalam menghadapi masa tumbuh-kembangnya. Oleh karena itu sekolah juga perlu menyediakan fasilitas pendukung guna mempersiapkan perkembangan siswa-siswinya, karena mengingat siswa-siswi ini sebentar lagi memasuki masa remaja, dimana pada masa ini terjadi pertumbuhan dan perkembangan yang cepat dalam aspek fisik, emosi, kognitif, dan sosial.

2. Orang Tua siswi.

Orang tua siswi agar lebih memperhatikan putrinya ketika akan memasuki masa transisi dari masa kanak-kanak ke masa remaja, karena dalam masa ini putra-putrinya sangat berpengaruh dari lingkungan, dengan ini diharapkan putrinya tidak mendapatkan informasi yang kurang baik dari lingkungan sekitarnya.

3. Peneliti selanjutnya.

Perlu adanya penelitian lanjutan mengenai faktor-faktor yang dapat membuat atau mendukung individu menjadi lebih siap dan tidak takut ketika nantinya menghadapi masa menstruasi dan faktor mana yang paling dominan atau paling besar pengaruhnya yang dapat mendukung individu supaya siap dan tidak takut ketika menghadapi menstruasi.

REFERENSI

- Al Jaziri, Abdurrahman. *Fiqh Empat Madhhab*. 2002. Darul Ulum Press
- Aulia. *Kupas Tuntas Menstruasi Dari A Sampai Z*. 2009. Millestone
- Bakry, Oemar. Tafsir Rahmat. Mutiara
- Djabar, Abdul Lukman. *Remaja Hari Ini Adalah Pemimpin Masa Depan*. 2004.
Jakarta: BKKBN
- George, C. Boeree Dr. *Personality Theories Melacak Kepribadian Anda Bersama Psikolog Dunia*. 2005, Yogyakarta: Prismsophine
- Gusti, I Ayu Ratih Agustini. *Pengaruh Pendidikan kesehatan tentang menarche terhadap kecemasan menghadapi menarche pada siswi kelas V di SDN Giwangan Yogyakarta*.
<http://Skripsistikes.Wordpress.Com/2009/05/03/Ikpii105/>. posting tgl 8 aug 2009
- Hurlock, Elizabeth B. *Psikologi Perkembangan Suatu pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan Edisi Kelima*. Jakarta: Erlangga
- Ishaq, Ummu. *Haid dan Sholat*. Majalah Assyariah nomor 58/ 1431/2010
- Kartono, Kartini DR. *Psikologi Wanita 1 Mengenal Gadis Remaja dan Wanita Dewasa*, 2006, (Bandung: Mandar Maju)
- Kisanti. *Buku Pintar Wanita Kesehatan dan Kecantikan*. 2008. Araska
- Latipun. *Psikologi Eksperimen Edisi Kedua*. UMM Press
- Maslim, Rusdi Dr. *Diagnosis Gangguan Jiwa*. Rujukan Ringkas PPDGJ-III. 2001.
Jakarta: Nuh Jaya.

Notoatmodjo, S. *Pendidikan dan Perilaku Kesehatan*. (2003). Jakarta: Rineka Cipta.

Nurudin, Muhammad Marbu Banjar Al-Makky. *Fiqih Darah Perempuan Telaah Tuntas Darah Haid dan Nifas Serta Hubungannya Dengan Berbagai Hukum Ibadah*. Era Intermedia

Proverawati, Atikah, SKM. MPH Siti Maisaroh, Skep.Ns. *Menarche Menstruasi Pertama Penuh Makna*. Yogyakarta: Nuha Medika

Sugiyono, Prof. DR. *Statistika untuk Penelitian*. Alfabeta

Sukandarrumidi. *Metodologi Penelitian Petunjuk Praktis Untuk Peneliti Pemula*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press

----- . Al Qur'an dan Tafsirnya. Depag RI. jilid 1

----- . Al Qur'an Digital

<http://tedi-hendro.com/?pg=articles&article=2287>.

<http://www.anxietyhelp.org/information/hama.html>.

<http://wangmuba.com/2009/02/13/pengertian-kecemasan/>.

<http://www.canboyz.co.cc/2010/06/pengertian-definisi-dan-tingkat.html>.

<http://referensiassyariabdullah.blogspot.com/2008/04/definisi-dan-jenis-jenis-pengetahuan.html>

LAMPIRAN I

SKALA KECEMASAN MENSTRUASI

SKALA

Identitas diri;

Nama :

Usia :

Menstruasi : (sudah/belum)

Jawablah pertanyaan di bawah ini yang sesuai dengan keadaan anda ketika dan atau saat akan menstruasi dengan memberikan tanda silang (x):

SS : Sangat setuju

TS : Tidak Setuju

S : Setuju

STS : Sangat Tidak Setuju

SELAMAT MENGERJAKAN

No	Pertanyaan	SS	S	TS	STS
1.	Saya telah mengetahui apa itu menstruasi				
2.	Menstruasi adalah darah yang keluar dari rahim perempuan dan terjadi setiap bulan				
3.	Perempuan yang menstruasi akan terasa sakit tetapi itu tidak perlu dikhawatirkan,				
4.	Sakit menstruasi merupakan gejala yang wajar dan itu dibagi dalam empat tipe gejala.				
5.	Menstruasi terjadi tiap bulan dan ada sedikit rasa sakit tetapi itu adalah hal yang wajar terjadi.				
6.	Menstruasi yang dialami perempuan dan terjadi tiap bulan, terjadi pertama kali menstruasi pada usia sembilan tahun.				

7.	Menstruasi, saya belum mengetahui apa itu menstruasi				
8.	Menstruasi itu sesuatu yang keluar dari saluran kencing perempuan dan itu terasa sakit sekali				
9.	Perempuan yang menstruasi akan terasa sakit dan itu sangat mengkhawatirkan,				
10.	Saya tidak tahu sakit menstruasi dibagi dalam empat tipe				
11.	Meskipun menstruasi terjadi tiap bulan tapi saya tidak tahu rasa sakit itu wajar atau tidak.				
12.	Perempuan tiap bulan akan menstruasi, terjadi pertama kali menstruasi pada usia delapan tahun dan itu terasa sakit				

No	Pertanyaan	SS	S	TS	STS
13.	Saya merasa tenang dalam menghadapi menstruasi meskipun teman-teman menakut-nakuti				
14.	Saya merasakan tidak ada ketakutan dalam diri saya mengenai menstruasi karena itu hal yang wajar.				
15.	Dalam proses belajar saya rasakan seperti pada hari-hari biasa.				
16.	Ketika akan menstruasi saya tidak merasakan nyeri-nyeri				
17.	Tidak pernah saya rasakan pusing apalagi rasa mau pingsan.				
18.	Mual atau muntah tidak pernah saya alami				
19.	Ketika menstruasi saya tidak pernah mulut saya kering				
20.	Saat menstruasi saya tidak merasa gemetar juga gelisah				
21.	Ketika tidur saya selalu merasa pulas				
22.	Ketika menstruasi kegiatan apa saja saya ikuti				
23.	Penglihatan saya sama halnya ketika menstruasi ataupun tidak menstruasi.				
24.	Ketika menstruasi pernafasan saya lancar				
25.	Saya merasa cemas dan tidak tenang dalam menghadapi menstruasi.				

26.	Ketakutan sering saya rasakan dalam diri saya mengenai menstruasi, padahal saya tidak tahu apa yang saya takutkan.				
27	Kurang konsentrasi sering saya alami di dalam proses belajar				
28	Saya selalu merasakan nyeri-nyeri ketika akan menstruasi.				
29	Sering kali saya rasakan pusing dan rasa mau pingsan				
30	Saya pernah mengalami mual dan muntah.				
31	Mulut kering sering saya alami ketika menstruasi				
32	Saya selalu gemetar juga gelisah ketika mengalami menstruasi.				
33	Ketika tidur saya merasa tidak nyenyak.				
34	Saya malas melakukan kegiatan apapun ketika menstruasi.				
35	Penglihatan saya sedikit terganggu ketika menstruasi.				
36	Sesak sering saya alami ketika menstruasi				

TERIMA KASIH ATAS PARTISIPASINYA

Skala Hamilton Anxiety (Hama)

The Skala Hamilton Anxiety (Hama) adalah skala penilaian dikembangkan untuk mengukur tingkat keparahan sintomatologi kecemasan, sering digunakan dalam evaluasi obat psikotropika. Ini terdiri dari 14 item, masing-masing didefinisikan oleh serangkaian gejala. Setiap item adalah nilai pada skala 5-titik, mulai dari 0 (tidak ada) sampai 4 (parah). Versi online berikut ini disediakan untuk tujuan pendidikan saja.

Cemas Mood

0 (tidak hadir) ▼

- Kekhawatiran
- Mengantisipasi terburuk

Ketakutan

0 (tidak hadir) ▼

- Takut gelap
- Takut orang asing
- Takut sendirian
- Takut binatang

Intelektual

0 (tidak hadir) ▼

- Kurang konsentrasi
- Penurunan Memori

Kebutuhan somatik: Muscular

0 (tidak hadir) ▼

- Nyeri otot atau nyeri
- Bruksism

Gejala Jantung

0 (tidak hadir) ▼

- Takikardia
- Palpitasi
- Chest Pain
- Sensasi perasaan pingsan

Gejala gastrointestinal

0 (tidak hadir) ▼

- Disfagia
- Mual atau Muntah
- Sembelit
- Berat badan
- Perut kepenuhan

Gejala otonom

0 (tidak hadir) ▼

- Mulut Kering
- Pembilasan
- Muka pucat
- Sweating

Ketegangan

0 (not present) 0 (tidak hadir) ▼

- Mengejutkan
- Mudah menangis
- Gelisah
- Gemeteran

Insomnia

0 (tidak hadir) ▼

- Kesulitan jatuh tertidur atau tetap tertidur
- Kesulitan dengan Nightmares

Mood Tertekan

0 (tidak hadir) ▼

- Penurunan minat dalam kegiatan-kegiatan
- Anhedoni

- Insomnia

Kebutuhan somatik: Sensory

0 (tidak hadir) ▼

- Tinnitus
- Penglihatan kabur

Gejala Pernafasan

0 (tidak hadir) ▼

- Dada tekanan
- Tersedak sensasi
- Sesak Napas

Gentourinari gejala

0 (tidak hadir) ▼

- Kemih frekuensi atau urgensi
- Dismenore
- Ketidaktampuhan

Perilaku di Wawancara

0 (tidak hadir) ▼

- Gelisah
- Getaran
- Langkah

LAMPIRAN II

**HASIL UJI VALIDITAS DAN RELIABILITAS
FREKUENSI
PENGHITUNGAN KATEGORISASI
dan
HASIL ANALISIS REGRESI**

No	Subjek	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1	VFY	3	3	4	2	2	2	4	3	4
2	FMR	3	3	3	2	2	3	1	2	1
3	SF	4	3	4	2	4	1	4	4	4
4	YNT	4	3	4	3	4	2	4	2	4
5	FDW	4	4	4	4	4	3	4	2	4
6	AYU	3	4	4	3	3	3	4	3	3
7	RFS	4	4	4	4	4	4	4	1	3
8	SIR	4	4	3	4	3	4	4	2	3
9	ADYS	3	4	2	3	3	3	3	3	3
10	WSD	4	4	3	3	3	3	3	2	3
11	NDA	4	4	4	3	4	3	3	2	1
12	RA	3	4	3	3	4	3	3	3	4
13	MDP	3	4	3	3	3	3	3	3	3
14	MSB	3	4	3	3	3	3	3	3	3
15	FNS	3	4	3	3	4	3	3	3	3
16	FNE	3	4	3	2	3	2	2	3	3
17	YAS	4	4	3	3	3	3	3	3	3
18	HSW	3	4	4	3	4	3	3	4	4
19	APA	4	4	3	3	3	3	3	3	3
20	ROF	4	4	3	4	4	4	4	3	4
21	RI	4	4	4	4	4	4	4	2	3
22	IES	3	3	4	3	4	3	3	2	3
23	RIF	4	4	4	4	4	4	4	1	3
24	ACP	3	3	4	2	4	2	2	1	2
25	AV	3	4	3	3	3	3	3	3	3
26	ZNF	2	3	4	3	1	3	3	4	4
27	TP	4	4	3	3	4	1	3	2	4
28	MJZB	4	4	3	4	4	1	3	2	1
29	RA	2	3	2	2	3	1	1	2	2
30	AIB	2	3	4	1	3	2	2	4	4
31	HMF	3	3	3	2	3	2	2	2	2
32	NFA	3	4	2	3	4	3	3	2	2
33	SAS	3	3	2	2	3	1	4	1	3
34	EPF	3	3	3	2	3	2	2	2	2
35	YKSP	4	4	3	4	4	1	3	2	2
36	MA	2	3	3	4	3	2	1	2	3
37	ANW	3	4	3	3	4	1	3	3	3
38	EPS	4	4	3	4	4	3	3	1	3
39	WA	3	4	3	4	4	1	3	1	3
40	PLDS	3	4	3	4	4	3	3	1	3
41	WLK	3	3	2	3	3	1	3	2	2
42	YE	3	3	2	3	4	1	3	3	3
43	GLH	4	4	3	3	4	4	1	1	2
44	IM	3	4	4	4	4	3	3	4	4
45	AS	3	4	3	2	3	2	3	3	1
46	EFN	3	4	4	4	4	3	3	4	4
47	NLS	3	3	4	3	4	3	3	2	3
48	RAS	3	4	4	4	3	4	1	1	2
49	DCPW	3	4	4	4	3	4	1	1	1

10	11	12	Total
2	3	4	36
3	2	1	26
4	4	4	42
3	4	4	41
4	3	4	44
4	4	4	42
2	2	1	37
2	1	3	37
3	2	3	35
2	1	2	33
4	3	3	38
2	3	4	39
4	3	3	38
4	2	3	37
1	3	4	37
2	3	4	34
2	1	4	36
3	3	4	42
2	1	4	36
3	4	4	45
4	1	3	41
3	4	3	38
3	3	1	39
2	2	1	28
2	2	4	36
4	3	4	38
3	2	4	37
3	1	4	34
1	2	4	25
1	3	4	33
2	2	3	29
1	1	4	32
2	1	4	29
2	2	3	29
1	1	2	31
1	1	3	28
3	4	4	38
2	2	3	36
4	1	1	32
2	2	3	35
2	3	4	31
1	2	4	32
2	2	2	32
3	3	4	43
3	2	3	32
3	1	4	41
3	4	3	38
2	1	1	30
1	2	2	30

No	Subjek	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23
1	VFY	1	2	1	2	3	3	3	4	3	4	3
2	FMR	1	2	1	2	3	3	3	4	4	3	2
3	SF	1	1	1	1	4	4	4	4	4	4	1
4	YNT	2	1	2	3	4	2	2	1	1	2	1
5	FDW	2	1	1	3	2	2	1	2	2	3	2
6	AYU	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1
7	RFS	2	3	2	2	2	3	3	3	2	2	3
8	SIR	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2
9	ADYS	1	1	1	2	3	2	2	3	3	2	2
10	WSD	1	1	2	2	2	2	2	2	1	2	1
11	NDA	1	1	2	2	2	2	2	2	1	2	1
12	RA	1	1	3	1	2	1	2	2	1	2	1
13	MDP	1	1	2	3	3	3	3	3	2	3	2
14	MSB	1	1	2	3	2	2	3	2	2	3	2
15	FNS	1	1	3	2	2	2	2	2	2	2	2
16	FNE	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
17	YAS	2	2	3	2	1	2	3	1	2	3	1
18	HSW	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2
19	APA	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
20	ROF	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2
21	RI	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2
22	IES	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
23	RIF	3	1	3	3	2	2	1	3	1	2	2
24	ACP	3	2	4	3	3	3	4	3	3	3	4
25	AV	2	1	2	3	3	3	3	3	3	3	3
26	ZNF	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
27	TP	1	1	2	1	2	1	2	2	1	1	1
28	MJZB	3	2	1	2	1	1	2	1	2	1	2
29	RA	3	2	2	3	2	4	3	4	4	2	4
30	AIB	2	1	2	2	3	3	2	3	1	3	1
31	HMF	1	2	2	2	2	2	3	1	2	2	2
32	NFA	3	3	4	3	4	3	2	3	3	4	2
33	SAS	2	3	3	3	4	3	3	2	2	2	3
34	EPF	2	3	1	3	3	3	3	4	4	1	3
35	YKSP	1	1	2	2	2	3	1	1	4	2	1
36	MA	4	3	3	4	4	3	3	3	2	2	2
37	ANW	2	2	2	2	4	3	2	2	2	2	2
38	EPS	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
39	WA	2	1	1	2	2	2	2	2	3	1	1
40	PLDS	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
41	WLK	2	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2
42	YE	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2
43	GLH	1	1	1	1	1	2	2	2	1	2	1
44	IM	1	1	1	2	2	2	2	2	3	3	1
45	AS	1	1	3	3	2	2	3	2	2	3	2
46	EFN	1	1	1	2	2	2	2	2	3	3	2
47	NLS	3	2	2	3	1	2	2	1	3	4	1
48	RAS	2	1	2	2	2	2	3	2	2	1	2
49	DCPW	2	2	1	3	2	1	3	1	1	1	2

2	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	56
3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	1	52
2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	47
1	1	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	1	33
2	2	2	1	3	2	2	2	3	2	1	2	1	44
2	1	1	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	44
2	2	1	2	3	2	2	2	2	1	2	2	1	47
3	2	3	2	4	1	2	2	4	2	2	2	2	54
3	4	3	3	4	3	3	3	3	2	3	2	2	73
3	3	2	4	4	3	2	2	2	4	4	4	2	68
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	25
1	2	1	2	1	1	2	2	2	2	2	1	1	35
1	3	2	2	2	2	3	3	3	4	2	3	2	50
2	4	4	4	3	4	1	3	2	4	4	4	2	74
2	4	4	3	3	1	1	2	3	2	3	2	2	55
2	3	4	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	57
1	4	3	4	3	3	2	4	3	4	4	1	3	73
4	2	3	2	3	2	3	2	2	4	2	3	1	63
1	4	3	3	3	2	2	3	3	2	3	2	2	63
2	3	4	2	3	4	4	3	2	1	2	3	2	55
4	4	4	1	3	3	3	3	3	3	1	3	3	71
2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	1	47
2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	49
2	1	2	3	3	2	2	3	2	3	2	2	2	48
2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	50
2	3	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	3	57
2	3	2	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	65
1	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	1	41
2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	47
2	4	2	2	3	3	3	2	2	2	3	2	3	57
1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	1	44
2	2	1	3	2	3	3	3	3	4	2	3	4	59
1	3	3	3	3	2	3	3	4	2	3	3	4	58
2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	56

Lampiran Uji Validitas dan Reliabilitas Variabel Tingkat Pengetahuan Correlations

Correlations

	Total_X	x1.1	x1.2	x1.3	x1.4	x1.5	x1.6
Total_X	Pearson Correlation	1	.394**	.386**	.497**	.358*	.357*
	Sig. (2-tailed)		.005	.006	.000	.011	.012
	N	49	49	49	49	49	49
x1.1	Pearson Correlation	.394**	1	.454**	.131	.392**	.465**
	Sig. (2-tailed)	.005		.001	.369	.005	.001
	N	49	49	49	49	49	49
x1.2	Pearson Correlation	.386**	.454**	1	.016	.576**	.336*
	Sig. (2-tailed)	.006	.001		.913	.000	.018
	N	49	49	49	49	49	49
x1.3	Pearson Correlation	.497**	.131	.016	1	.156	.099
	Sig. (2-tailed)	.000	.369	.913		.285	.498
	N	49	49	49	49	49	49
x1.4	Pearson Correlation	.358*	.392**	.576**	.156	1	.398**
	Sig. (2-tailed)	.011	.005	.000	.285		.005
	N	49	49	49	49	49	49
x1.5	Pearson Correlation	.357*	.465**	.336*	.099	.398**	1
	Sig. (2-tailed)	.012	.001	.018	.498	.005	
	N	49	49	49	49	49	49
x1.6	Pearson Correlation	.349*	.226	.446**	.391**	.416**	-.018
	Sig. (2-tailed)	.014	.118	.001	.005	.003	.905
	N	49	49	49	49	49	49

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

* . Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Correlations

	Total_X	x1.7	x1.8	x1.9	x1.10	x1.11	x1.12
Total_X	Pearson Correlation	1	.713**	.463**	.665**	.598**	.527**
	Sig. (2-tailed)		.000	.001	.000	.000	.000
	N	49	49	49	49	49	49
x1.7	Pearson Correlation	.713**	1	.196	.508**	.444**	.264
	Sig. (2-tailed)	.000		.176	.000	.001	.066
	N	49	49	49	49	49	49
x1.8	Pearson Correlation	.463**	.196	1	.492**	.217	.348*
	Sig. (2-tailed)	.001	.176		.000	.135	.014
	N	49	49	49	49	49	49
x1.9	Pearson Correlation	.665**	.508**	.492**	1	.219	.358*
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000		.130	.012
	N	49	49	49	49	49	49
x1.10	Pearson Correlation	.598**	.444**	.217	.219	1	.357*
	Sig. (2-tailed)	.000	.001	.135	.130		.012
	N	49	49	49	49	49	49
x1.11	Pearson Correlation	.527**	.264	.348*	.358*	.357*	1
	Sig. (2-tailed)	.000	.066	.014	.012	.012	
	N	49	49	49	49	49	49
x1.12	Pearson Correlation	.394**	.314*	.656**	.448**	.012	.304*
	Sig. (2-tailed)	.005	.028	.000	.001	.934	.033
	N	49	49	49	49	49	49

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

* . Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Reliability

Scale: ALL VARIABLES

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	49	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	49	100.0

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

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.685	12

Lampiran Uji Validitas dan Reliabilitas Variabel Kecemasan Correlations

Correlations

		Total_Y	y1.13	y1.14	y1.15	y1.16	y1.17	y1.18
Total_Y	Pearson Correlation	1	.487**	.553**	.547**	.749**	.399**	.574**
	Sig. (2-tailed)		.000	.000	.000	.000	.004	.000
	N	49	49	49	49	49	49	49
y1.13	Pearson Correlation	.487**	1	.544**	.390**	.477**	.106	.141
	Sig. (2-tailed)	.000		.000	.006	.001	.471	.333
	N	49	49	49	49	49	49	49
y1.14	Pearson Correlation	.553**	.544**	1	.331*	.332*	.252	.341*
	Sig. (2-tailed)	.000	.000		.020	.020	.081	.016
	N	49	49	49	49	49	49	49
y1.15	Pearson Correlation	.547**	.390**	.331*	1	.378**	.259	.224
	Sig. (2-tailed)	.000	.006	.020		.007	.072	.122
	N	49	49	49	49	49	49	49
y1.16	Pearson Correlation	.749**	.477**	.332*	.378**	1	.408**	.365*
	Sig. (2-tailed)	.000	.001	.020	.007		.004	.010
	N	49	49	49	49	49	49	49
y1.17	Pearson Correlation	.399**	.106	.252	.259	.408**	1	.636**
	Sig. (2-tailed)	.004	.471	.081	.072	.004		.000
	N	49	49	49	49	49	49	49
y1.18	Pearson Correlation	.574**	.141	.341*	.224	.365*	.636**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	.333	.016	.122	.010	.000	
	N	49	49	49	49	49	49	49

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

* . Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Correlations

		Total_Y	y1.19	y1.20	y1.21	y1.22	y1.23	y1.24
Total_Y	Pearson Correlation	1	.491**	.392**	.421**	.308*	.630**	.454**
	Sig. (2-tailed)		.000	.005	.003	.032	.000	.001
	N	49	49	49	49	49	49	49
y1.19	Pearson Correlation	.491**	1	.490**	.379**	.293*	.503**	.278
	Sig. (2-tailed)	.000		.000	.007	.041	.000	.053
	N	49	49	49	49	49	49	49
y1.20	Pearson Correlation	.392**	.490**	1	.508**	.354*	.518**	.162
	Sig. (2-tailed)	.005	.000		.000	.013	.000	.265
	N	49	49	49	49	49	49	49
y1.21	Pearson Correlation	.421**	.379**	.508**	1	.393**	.418**	.031
	Sig. (2-tailed)	.003	.007	.000		.005	.003	.832
	N	49	49	49	49	49	49	49
y1.22	Pearson Correlation	.308*	.293*	.354*	.393**	1	.089	.205
	Sig. (2-tailed)	.032	.041	.013	.005		.542	.158
	N	49	49	49	49	49	49	49
y1.23	Pearson Correlation	.630**	.503**	.518**	.418**	.089	1	.334*
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.003	.542		.019
	N	49	49	49	49	49	49	49
y1.24	Pearson Correlation	.454**	.278	.162	.031	.205	.334*	1
	Sig. (2-tailed)	.001	.053	.265	.832	.158	.019	
	N	49	49	49	49	49	49	49

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

* . Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Correlations

		Total_Y	y1.25	y1.26	y1.27	y1.28	y1.29	y1.30
Total_Y	Pearson Correlation	1	.687**	.586**	.591**	.611**	.618**	.291*
	Sig. (2-tailed)		.000	.000	.000	.000	.000	.042
	N	49	49	49	49	49	49	49
y1.25	Pearson Correlation	.687**	1	.505**	.344*	.385**	.388**	.209
	Sig. (2-tailed)	.000		.000	.016	.006	.006	.149
	N	49	49	49	49	49	49	49
y1.26	Pearson Correlation	.586**	.505**	1	.364*	.524**	.287*	.319*
	Sig. (2-tailed)	.000	.000		.010	.000	.046	.025
	N	49	49	49	49	49	49	49
y1.27	Pearson Correlation	.591**	.344*	.364*	1	.460**	.296*	.048
	Sig. (2-tailed)	.000	.016	.010		.001	.039	.746
	N	49	49	49	49	49	49	49
y1.28	Pearson Correlation	.611**	.385**	.524**	.460**	1	.379**	.325*
	Sig. (2-tailed)	.000	.006	.000	.001		.007	.023
	N	49	49	49	49	49	49	49
y1.29	Pearson Correlation	.618**	.388**	.287*	.296*	.379**	1	.404**
	Sig. (2-tailed)	.000	.006	.046	.039	.007		.004
	N	49	49	49	49	49	49	49
y1.30	Pearson Correlation	.291*	.209	.319*	.048	.325*	.404**	1
	Sig. (2-tailed)	.042	.149	.025	.746	.023	.004	
	N	49	49	49	49	49	49	49

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

* . Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Correlations

		Total_Y	y1.31	y1.32	y1.33	y1.34	y1.35	y1.36
Total_Y	Pearson Correlation	1	.541**	.383**	.532**	.574**	.571**	.564**
	Sig. (2-tailed)		.000	.007	.000	.000	.000	.000
	N	49	49	49	49	49	49	49
y1.31	Pearson Correlation	.541**	1	.343*	.445**	.518**	.291*	.336*
	Sig. (2-tailed)	.000		.016	.001	.000	.042	.018
	N	49	49	49	49	49	49	49
y1.32	Pearson Correlation	.383**	.343*	1	.302*	.342*	.304*	.512**
	Sig. (2-tailed)	.007	.016		.035	.016	.034	.000
	N	49	49	49	49	49	49	49
y1.33	Pearson Correlation	.532**	.445**	.302*	1	.434**	.547**	.383**
	Sig. (2-tailed)	.000	.001	.035		.002	.000	.007
	N	49	49	49	49	49	49	49
y1.34	Pearson Correlation	.574**	.518**	.342*	.434**	1	.393**	.334*
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.016	.002		.005	.019
	N	49	49	49	49	49	49	49
y1.35	Pearson Correlation	.571**	.291*	.304*	.547**	.393**	1	.458**
	Sig. (2-tailed)	.000	.042	.034	.000	.005		.001
	N	49	49	49	49	49	49	49
y1.36	Pearson Correlation	.564**	.336*	.512**	.383**	.334*	.458**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	.018	.000	.007	.019	.001	
	N	49	49	49	49	49	49	49

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

* . Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Reliability

Scale: ALL VARIABLES

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	49	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	49	100.0

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

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.882	24

No	Subjek	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
1	VFY	3	3	4	2	2	2	4	3	4	2	3
2	FMR	3	3	3	2	2	3	1	2	1	3	2
3	SF	4	3	4	2	4	1	4	4	4	4	4
4	YNT	4	3	4	3	4	2	4	2	4	3	4
5	FDW	4	4	4	4	4	3	4	2	4	4	3
6	AYU	3	4	4	3	3	3	4	3	3	4	4
7	RFS	4	4	4	4	4	4	4	1	3	2	2
8	SIR	4	4	3	4	3	4	4	2	3	2	1
9	ADYS	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	2
10	WSD	4	4	3	3	3	3	3	2	3	2	1
11	NDA	4	4	4	3	4	3	3	2	1	4	3
12	RA	3	4	3	3	4	3	3	3	4	2	3
13	MDP	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3
14	MSB	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	2
15	FNS	3	4	3	3	4	3	3	3	3	1	3
16	FNE	3	4	3	2	3	2	2	3	3	2	3
17	YAS	4	4	3	3	3	3	3	3	3	2	1
18	HSW	3	4	4	3	4	3	3	4	4	3	3
19	APA	4	4	3	3	3	3	3	3	3	2	1
20	ROF	4	4	3	4	4	4	4	3	4	3	4
21	RI	4	4	4	4	4	4	4	2	3	4	1
22	IES	3	3	4	3	4	3	3	2	3	3	4
23	RIF	4	4	4	4	4	4	4	1	3	3	3
24	ACP	3	3	4	2	4	2	2	1	2	2	2
25	AV	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	2
26	ZNF	2	3	4	3	1	3	3	4	4	4	3
27	TP	4	4	3	3	4	1	3	2	4	3	2
28	MJZB	4	4	3	4	4	1	3	2	1	3	1
29	RA	2	3	2	2	3	1	1	2	2	1	2
30	AIB	2	3	4	1	3	2	2	4	4	1	3
31	HMF	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2
32	NFA	3	4	2	3	4	3	3	2	2	1	1
33	SAS	3	3	2	2	3	1	4	1	3	2	1
34	EPF	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2
35	YKSP	4	4	3	4	4	1	3	2	2	1	1
36	MA	2	3	3	4	3	2	1	2	3	1	1
37	ANW	3	4	3	3	4	1	3	3	3	3	4
38	EPS	4	4	3	4	4	3	3	1	3	2	2
39	WA	3	4	3	4	4	1	3	1	3	4	1
40	PLDS	3	4	3	4	4	3	3	1	3	2	2
41	WLK	3	3	2	3	3	1	3	2	2	2	3
42	YE	3	3	2	3	4	1	3	3	3	1	2
43	GLH	4	4	3	3	4	4	1	1	2	2	2
44	IM	3	4	4	4	4	3	3	4	4	3	3
45	AS	3	4	3	2	3	2	3	3	1	3	2
46	EFN	3	4	4	4	4	3	3	4	4	3	1
47	NLS	3	3	4	3	4	3	3	2	3	3	4
48	RAS	3	4	4	4	3	4	1	1	2	2	1
49	DCPW	3	4	4	4	3	4	1	1	1	1	2

12	Total	Ktgr	Prosentase (%)
4	36	S	
1	26	R	
4	42	T	
4	41	T	R = 16
4	44	T	S= 16
4	42	T	T= 17
1	37	S	32,65%
3	37	S	32,65%
3	35	S	34,69%
2	33	S	
3	38	T	
4	39	T	
3	38	T	
3	37	S	
4	37	S	
4	34	S	
4	36	S	
4	42	T	
4	36	S	
4	45	T	
3	41	T	
3	38	T	
1	39	T	
1	28	R	
4	36	S	
4	38	T	
4	37	S	
4	34	S	
4	25	R	
4	33	S	
3	29	R	
4	32	R	
4	29	R	
3	29	R	
2	31	R	
3	28	R	
4	38	T	
3	36	S	
1	32	R	
3	35	S	
4	31	R	
4	32	R	
2	32	R	
4	43	T	
3	32	R	
4	41	T	
3	38	T	
1	30	R	
2	30	R	

No	Subjek	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23
1	VFY	1	2	1	2	3	3	3	4	3	4	3
2	FMR	1	2	1	2	3	3	3	4	4	3	2
3	SF	1	1	1	1	4	4	4	4	4	4	1
4	YNT	2	1	2	3	4	2	2	1	1	2	1
5	FDW	2	1	1	3	2	2	1	2	2	3	2
6	AYU	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1
7	RFS	2	3	2	2	2	3	3	3	2	2	3
8	SIR	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2
9	ADYS	1	1	1	2	3	2	2	3	3	2	2
10	WSD	1	1	2	2	2	2	2	2	1	2	1
11	NDA	1	1	2	2	2	2	2	2	1	2	1
12	RA	1	1	3	1	2	1	2	2	1	2	1
13	MDP	1	1	2	3	3	3	3	3	2	3	2
14	MSB	1	1	2	3	2	2	3	2	2	3	2
15	FNS	1	1	3	2	2	2	2	2	2	2	2
16	FNE	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
17	YAS	2	2	3	2	1	2	3	1	2	3	1
18	HSW	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2
19	APA	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
20	ROF	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2
21	RI	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2
22	IES	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
23	RIF	3	1	3	3	2	2	1	3	1	2	2
24	ACP	3	2	4	3	3	3	4	3	3	3	4
25	AV	2	1	2	3	3	3	3	3	3	3	3
26	ZNF	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
27	TP	1	1	2	1	2	1	2	2	1	1	1
28	MJZB	3	2	1	2	1	1	2	1	2	1	2
29	RA	3	2	2	3	2	4	3	4	4	2	4
30	AIB	2	1	2	2	3	3	2	3	1	3	1
31	HMF	1	2	2	2	2	2	3	1	2	2	2
32	NFA	3	3	4	3	4	3	2	3	3	4	2
33	SAS	2	3	3	3	4	3	3	2	2	2	3
34	EPF	2	3	1	3	3	3	3	4	4	1	3
35	YKSP	1	1	2	2	2	3	1	1	4	2	1
36	MA	4	3	3	4	4	3	3	3	2	2	2
37	ANW	2	2	2	2	4	3	2	2	2	2	2
38	EPS	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
39	WA	2	1	1	2	2	2	2	2	3	1	1
40	PLDS	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
41	WLK	2	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2
42	YE	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2
43	GLH	1	1	1	1	1	2	2	2	1	2	1
44	IM	1	1	1	2	2	2	2	2	3	3	1
45	AS	1	1	3	3	2	2	3	2	2	3	2
46	EFN	1	1	1	2	2	2	2	2	3	3	2
47	NLS	3	2	2	3	1	2	2	1	3	4	1
48	RAS	2	1	2	2	2	2	3	2	2	1	2
49	DCPW	2	2	1	3	2	1	3	1	1	1	2

24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34
2	1	1	2	2	2	2	2	1	1	2
2	1	3	2	2	2	2	2	1	1	2
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
1	1	2	3	4	3	2	3	1	2	2
2	1	3	3	2	2	2	3	1	3	2
2	2	2	2	3	2	2	2	3	1	2
2	3	2	2	2	2	2	2	1	3	2
2	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3
3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2
2	2	4	3	4	2	4	4	2	2	4
2	2	3	2	2	2	3	3	2	3	3
2	2	2	1	2	3	3	3	2	2	1
3	1	2	2	3	3	2	2	2	2	2
3	4	2	2	3	2	2	2	1	1	2
2	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3
2	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3
3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2
2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2
1	1	1	2	2	1	2	2	2	2	2
2	2	2	1	3	2	2	2	3	2	1
2	1	1	2	2	2	2	2	3	2	2
2	2	1	2	3	2	2	2	2	1	2
3	2	3	2	4	1	2	2	4	2	2
3	4	3	3	4	3	3	3	3	2	3
3	3	2	4	4	3	2	2	2	4	4
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
1	2	1	2	1	1	2	2	2	2	2
1	3	2	2	2	2	3	3	3	4	2
2	4	4	4	3	4	1	3	2	4	4
2	4	4	3	3	1	1	2	3	2	3
2	3	4	3	3	2	2	3	3	3	3
1	4	3	4	3	3	2	4	3	4	4
4	2	3	2	3	2	3	2	2	4	2
1	4	3	3	3	2	2	3	3	2	3
2	3	4	2	3	4	4	3	2	1	2
4	4	4	1	3	3	3	3	3	3	1
2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1
2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2
2	1	2	3	3	2	2	3	2	3	2
2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3
2	3	2	3	2	2	2	2	3	2	2
2	3	2	3	3	3	3	3	4	4	4
1	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3
2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2
2	4	2	2	3	3	3	2	2	2	3
1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2
2	2	1	3	2	3	3	3	3	4	2
1	3	3	3	3	2	3	3	4	2	3
2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3

35	36	Total	Ktgr	Prosentase (%)
2	2	51	S	
2	2	52	S	
1	1	42	R	
1	1	47	R	R = 15
2	2	49	S	S= 24
1	1	45	R	T= 10
2	1	53	S	30,61%
2	2	53	S	48,98%
2	2	50	S	20,41%
2	1	54	S	
2	1	48	S	
2	1	43	R	
2	2	54	S	
2	2	51	S	
2	1	53	S	
3	3	56	S	
2	1	52	S	
2	2	47	R	
2	1	33	R	
2	1	44	R	
2	2	44	R	
2	1	47	R	
2	2	54	S	
2	2	73	T	
4	2	68	T	
1	1	25	R	
1	1	35	R	
3	2	50	S	
4	2	74	T	
2	2	55	S	
2	3	57	S	
1	3	73	T	
3	1	63	T	
2	2	63	T	
3	2	55	S	
3	3	71	T	
1	1	47	R	
2	2	49	S	
2	2	48	S	
2	2	50	S	
2	3	57	S	
3	3	65	T	
2	1	41	R	
2	2	47	R	
2	3	57	S	
2	1	44	R	
3	4	59	T	
3	4	58	T	
3	3	56	S	

Frequencies

Statistics

		Pengetahuan	Kecemasan
N	Valid	49	49
	Missing	0	0
Mean		35,3469	52,2857
Median		36,0000	52,0000
Std. Deviation		4,85005	9,92262
Minimum		25,00	25,00
Maximum		45,00	74,00

Pengetahuan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	25,00	1	2,0	2,0	2,0
	26,00	1	2,0	2,0	4,1
	28,00	2	4,1	4,1	8,2
	29,00	3	6,1	6,1	14,3
	30,00	2	4,1	4,1	18,4
	31,00	2	4,1	4,1	22,4
	32,00	5	10,2	10,2	32,7
	33,00	2	4,1	4,1	36,7
	34,00	2	4,1	4,1	40,8
	35,00	2	4,1	4,1	44,9
	36,00	5	10,2	10,2	55,1
	37,00	5	10,2	10,2	65,3
	38,00	6	12,2	12,2	77,6
	39,00	2	4,1	4,1	81,6
	41,00	3	6,1	6,1	87,8
	42,00	3	6,1	6,1	93,9
	43,00	1	2,0	2,0	95,9
	44,00	1	2,0	2,0	98,0
	45,00	1	2,0	2,0	100,0
Total		49	100,0	100,0	

Kecemasan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	25,00	1	2,0	2,0	2,0
	33,00	1	2,0	2,0	4,1
	35,00	1	2,0	2,0	6,1
	41,00	1	2,0	2,0	8,2
	42,00	1	2,0	2,0	10,2
	43,00	1	2,0	2,0	12,2
	44,00	3	6,1	6,1	18,4
	45,00	1	2,0	2,0	20,4
	47,00	5	10,2	10,2	30,6
	48,00	2	4,1	4,1	34,7
	49,00	2	4,1	4,1	38,8
	50,00	3	6,1	6,1	44,9
	51,00	2	4,1	4,1	49,0
	52,00	2	4,1	4,1	53,1
	53,00	3	6,1	6,1	59,2
	54,00	3	6,1	6,1	65,3
	55,00	2	4,1	4,1	69,4
	56,00	2	4,1	4,1	73,5
	57,00	3	6,1	6,1	79,6
	58,00	1	2,0	2,0	81,6
	59,00	1	2,0	2,0	83,7
	63,00	2	4,1	4,1	87,8
	65,00	1	2,0	2,0	89,8
	68,00	1	2,0	2,0	91,8
	71,00	1	2,0	2,0	93,9
	73,00	2	4,1	4,1	98,0
	74,00	1	2,0	2,0	100,0
	Total	49	100,0	100,0	

PERHITUNGAN DALAM MENENTUKAN KATEGORI RISASI

Norma Pengkategorian

Kategori	Kriteria
Rendah	$X < [\text{mean} - 0,5 (\text{SD})]$
Sedang	$[\text{mean} - 0,5 (\text{SD})] \geq X \leq [\text{mean} + 0,5 (\text{SD})]$
Tinggi	$[\text{mean} + 0,5 (\text{SD}) > X$

1. Skala Pengetahuan

Rendah: =	$X < [\text{mean} - 0,5 (\text{SD})]$
=	$X < [35,24 - 0,5 (4,85)]$
=	$X < [35,24 - 2,43]$
=	$X < 32,91$

$$\begin{aligned}
 \text{Sedang:} &= [\text{mean} - 0,5 (\text{SD})] \geq X \leq [\text{mean} + 0,5 (\text{SD})] \\
 &= [35,24 - 0,5 (4,85)] \geq X \leq [35,24 + 0,5 (\text{SD})] \\
 &= [35,24 - 2,43] \geq X \leq [35,24 + 2,43] \\
 &= 32,91 \geq X \leq 37,77 \\
 \text{Tinggi:} &= [\text{mean} + 0,5 (\text{SD})] > X \\
 &= [35,24 + 0,5 (2,43)] > X \\
 &= [35,24 + 2,43] > X \\
 &= 37,77 > X
 \end{aligned}$$

Jadi norma pengkategorian skala pengetahuan

Kategori	Kategori	Frekuensi	(%)
Rendah	$X < 32,91$	16	32,65%
Sedang	$32,91 \geq X \leq 37,77$	16	32,65%
Tinggi	$37,77 > X$	17	34,69%

2. Skala Kecemasan

$$\begin{aligned}
 \text{Rendah:} &= X < [\text{mean} - 0,5 (\text{SD})] \\
 &= X < [52,29 - 0,5 (9,92)] \\
 &= X < [52,29 - 4,96] \\
 &= X < 47,33 \\
 \text{Sedang:} &= [\text{mean} - 0,5 (\text{SD})] \geq X \leq [\text{mean} + 0,5 (\text{SD})] \\
 &= [52,29 - 0,5 (9,92)] \geq X \leq [52,29 + 0,5 (9,92)] \\
 &= [52,29 - 4,96] \geq X \leq [52,29 + 4,96] \\
 &= 47,33 \geq X \leq 57,25 \\
 \text{Tinggi:} &= [\text{mean} + 0,5 (\text{SD})] > X \\
 &= [52,29 + 0,5 (9,92)] > X \\
 &= [52,29 + 9,92] > X \\
 &= 57,25 > X
 \end{aligned}$$

Jadi norma pengkategorian skala kecemasan

Kategori	Kategori	Frekuensi	(%)
Rendah	$X < 47,33$	15	30,61%
Sedang	$47,33 \geq X \leq 57,25$	24	48,98%
Tinggi	$57,25 > X$	10	20,41%

Lampiran Analisis Regresi Regression

Variables Entered/Removed^a

Model	Variables Entered	Variables Removed	Method
1	Tingkat Pengetahuan	.	Enter

- a. All requested variables entered.
b. Dependent Variable: Kecemasan

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.615 ^a	.378	.365	7.90637

- a. Predictors: (Constant), Tingkat Pengetahuan

ANOVA^b

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	1788.001	1	1788.001	28.603	.000 ^a
	Residual	2937.999	47	62.511		
	Total	4726.000	48			

- a. Predictors: (Constant), Tingkat Pengetahuan
b. Dependent Variable: Kecemasan

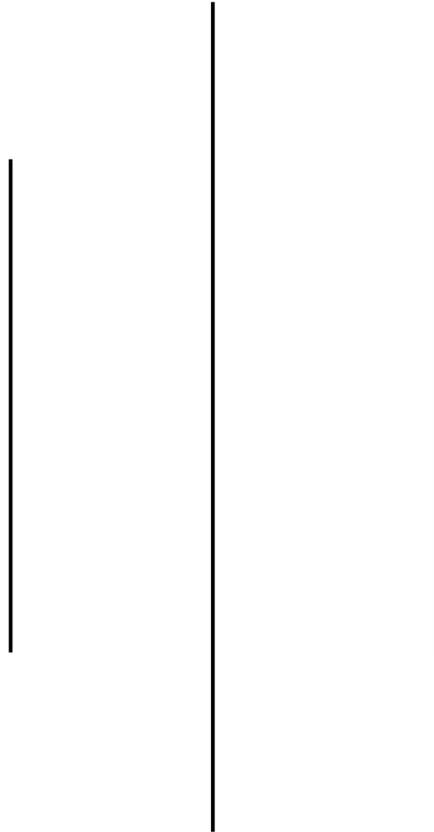
Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	96.766	8.393		11.529	.000
	Tingkat Pengetahuan	-1.258	.235	-.615	-5.348	.000

- a. Dependent Variable: Kecemasan

LAMPIRAN III
PROFIL SEKOLAH

PROFIL SEKOLAH
SEKOLAH DASAR NEGERI ARDIMULYO 3



JL. AHMAD YANI NO 163 TELP (0341) 453823
ARDIMULYO MALANG

KATA PENGANTAR

Puji syukur kami panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa atas segala Rahmat dan Hidayah serta Karunia-Nya, sehingga penyempurnaan profil SD Negeri Ardimulyo 03 Singosari dari Tahun yang lalu dapat terselesaikan.

Dalam kesempatan ini tak lupa kami sampaikan terima kasih dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada yang terhormat:

1. Bapak Drs. Abd Chosim, selaku Kepala UPTD TK/SD dan PLS Dinas Pendidikan dan Kebudayaan Kecamatan Singosari.
2. Bapak Drs. F.X Praminto Guritno, selaku Pengawas TK/SD d Kecamatan Singosari.
3. Ibu Siti Aisyah, S.Pd, selaku Kepala SD Negeri Ardimulyo 03 Singosari.
4. Bapak dan Ibu guru SD Negeri Ardimulyo 03 Singosari.
5. Pengurus Komite Sekolah dan seluruh Orang Tua/Wali Murid SD Negeri Ardimulyo 03 Singosari.

Pada dasarnya profil sekolah ini disusun sebagai hasil dari proses penyempurnaan Profil SD Negeri Ardimulyo 03 Singosari yang telah disusun pada tahun yang lalu. Disamping itu profil ini disusun dengan harapan agar keberadaan SD Negeri Ardimulyo 03 Singosari dapat diketahui dan dimengerti dengan jelas, mengenai gambaran sekolah, visi, misi, tujuan, dan rencana pendidikan yang berlangsung di SD Negeri Ardimulyo Singosari. Selain itu diharapkan bahwa semua pihak yang terkait dapat menyatukan langkah dan menyamakan persepsi tentang kebijakan dan metode sistem pembelajaran di SD Negeri Ardimulyo 03 Singosari, sehingga tujuan dapat tercapai.

Sebagai manusia biasa tentunya kami menyadari kekurangan dan keterbatasan yang selalu melekat pada diri kami. Oleh karena itu saran dan arahan dri semua pihak yang terkait sangat diharapkan.

Semoga Allah SWT selalu melimpahkan Rahmat dan Hidayah-Nya kepada kita sekalian. Amin Ya Robbal Alamin.

Singosari, Juni 2009

Penyusun.

DAFTAR ISI

Kata Pengantar.....	ii
Daftar Isi.....	iii
A. Identitas Sekolah.....	1
B. Selintas SD Negeri Ardimulyo 03 Kecamatan Singosari Kabupaten Malang.....	2
C. Visi, Misi dan Tujuan SD Negeri Ardimulyo 03 Singosari.....	3
D. Gambaran Obyektif SD Negeri Ardimulyo 03 Singosari.....	4
1. Status Tanah.....	4
2. Status dan Keadaan Gedung.....	4
3. Data Tenaga Pendidik dan Kepegawaian.....	5
4. Data Siswa.....	5
5. Data Ruang Kelas/Rombongan Belajar.....	5
6. Peta Pendidikan Kecamatan Singosari.....	6
7. Denah Lokasi SDN Ardimulyo 3 Singosari.....	7
8. Denah SDN Ardimulyo 3 Singosari.....	8
9. Strukut Organisasi.....	9
E. Prestasi yang pernah diraih.....	10
1. Mengikuti lomba Mapel di Tingkat Wilayah/Kecamatan/Kabupaten.....	10
2. Mengikuti lomba olahraga Tingkat Kecamatan/Kabupaten.....	10
3. Mengikuti lomba Seni.....	11
F. Kegiatan Penunjang di Luar Intra Sekolah (Kegiatan Ekstra Kulikuler).....	11
G. Penutup.....	12

A. IDENTITAS SEKOLAH.

NO	IDENTITAS SEKOLAH	
1	NAMA SEKOLAH	: SD NEGERI ARDIMULYO 03
2	NOMOR STATISTIK/NISN	: 101051805060/20554205
3	PROPINSI	: JAWA TIMUR
4	OTONOMI DAERAH	: KAB. MALANG
5	KECAMATAN	: SINGOSARI
6	DESA/KELURAHAN	: ARDIMULYO
7	JALAN DAN NOMOR	: JL. A. YANI NO 163
8	KODE POS	: 65153
9	TELEPON	: KODE WILAYAH: 0341 NOMOR: 453283
10	FAXCIMILI/FAX	: KODE WILAYAH: NOMOR:
11	DAERAH	: PERKOTAAN
12	STATUS SEKOLAH	: NEGERI
13	KELOMPOK SEKOLAH	: A-B-C-D
14	JENJANG AKREDITASI	: TERAKREDITASI (B) DENGAN NILAI 87
15	SURAT KEPUTUSAN/SK	: NOMOR: 06/BAS/429/TK-SD TAHUN: 2003
16	PENERBIT SK DITANDATANGANI OLEH	: Drs. SUWANDI, MM, MSc/ KEPALA BADAN AKREDITASI SEKOLAH KAB. MALANG
17	TAHUN BERDIRI	: TAHUN: 1987
18	TAHUN PENEGRIAN	: TAHUN: 1987
19	KEGIATAN BELAJAR MENGAJAR	: PAGI
20	BANGUNAN SEKOLAH	: MILIK SENDIRI
21	LOKASI SEKOLAH	: ARDIMULYO LINGKUNGAN TNI AD (KOSTRAD)
22	JARAK KE PUSAT KECAMATAN	: 2 KM
23	JARAK KE PUSAT OTODA	: 50 KM
24	TERLETAK PADA LINTAS	: DESA KECAMATAN KABUPATEN/KOD PROPINSI
25	PERJALANAN PERUBAHAN SEKOLAH	: THN 1987: BERDIRI BANGUNAN THN 2000: PEMBANGUNAN PAGAR THN 2004: SANGGAR PRAMUKA THN 2005: RUANG GURU
26	JUMLAH KEANGGOTAAN RAYON/GUGUS	: 56 SEKOLAH/GUSLAH 01
27	ORGANISASI PENYELENGGARA	: PEMERINTAH

B. SELINTAS SD NEGERI ARDIMULYO 03 KECAMATAN SINGOSARI KABUPATEN MALANG.

Pelaksanaan pendidikan di SD Negeri Ardimulyo 03 Singosari berada di Jl. A. Yani No. 163 Kecamatan Singosari Kabupaten Malang. Berdiri dan mulai beroperasi pada tahun 1987 dengan nama SD Negeri Ardimulyo 03 sampai sekarang. Sekolah yang berada di areal tanah seluas 2700 m² ini sudah Terakreditasi dengan nilai 87, kategori B.

Sejak beroperasinya SD Negeri Ardimulyo 03 Singosari pernah mengalami pasang surutnya perkembangan dan prestasi sekolah, tetapi dengan perencanaan yang baik maka SD Negeri Ardimulyo 03 Singosari mulai menunjukkan peningkatan yang cukup signifikan dalam hal kemajuan sekolah maupun prestasi yang diraih oleh siswa-siswi SD Negeri Ardimulyo 03 Singosari.

Sejak berdirinya SD Negeri Ardimulyo 03 Singosari pernah pergantian kepala sekolah, yaitu antara lain:

1. Agus Salim, BA yang menjabat Kepala SD Negeri Ardimulyo 03 antara tahun 1987-1994.
2. Dra, Suryatingsih yang menjabat Kepala Sekolah SD Negeri Ardimulyo 03 Singosari antara 1994-1999.
3. Wasitah, A. Ma. Pd yang menjabat Kepala SD Negeri SD Negeri Ardimulyo 03 Singosari tahun 1999-2007
4. Drs. K Hadisriono, SH yang menjabat Kepala SD Negeri SD Negeri Ardimulyo 03 Singosari tahun 2007-2009
5. Siti Aisyah, S.Pd yang menjabat Kepala SD Negeri Ardimulyo 03 Singosari mulai tahun 2009-sekarang.

Dewan Guru yang mengajar di SDN Ardimulyo 03 juga mengalami pergantian, baik mutasi pindah, mutasi pengangkatan Kepala Sekolah, maupun mutasi pension.

Sedangkan Dewan Guru dan staff di SD Negeri Ardimulyo 03 Singosari saat ini adalah:

NO	NAMA	L/P	PENDIDIKAN	JABATAN
1	SITI AISIYAH	P	SARJANA (S-1)	KEPALA SEKOLAH
2	SRI KUSMUHARTI, A.Ma.Pd	P	PGSD (D-2)	WALI KELAS II/A
3	SULISTYOWATI	P	PGSD (D-2)	WALI KELAS III
4	MOCH. JAINULLAH	L	SPG	WALI KELAS II/B
5	SUPINAH, S.Pd	P	SARJANA (S-1)	WALI KELAS IV/A
6	ANISATUS SOLEKHA, S.Pd	P	SARJANA (S-1)	WALI KELAS VI
7	SAMSUL HUDA	L	SARJANA (S-1)	GURU AGAMA
8	AGUSTIN P, S.Pd	P	SARJANA (S-1)	WALI KELAS V
9	SRI ENDANG D.A, S.Pd	P	SARJANA (S-1)	GURU KELAS I
10	ST. RUDI MURYANTO, S.Ag	L	SARJANA (S-1)	GURU AGAMA KATOLIK
11	WAHYUNI S, S.Pd	P	SARJANA (S-1)	WALI KELAS IV/B
12	DESY ARIYANI, S.Pd	P	SARJANA (S-1)	GURU BHS INGGRIS
13	HARADIAN	L	SLTA	TU
14	EKO ADI PRAYOGO	L	SLTA	GURU OLAMHRAGA
15	AHMAD ABDUL AZIS, SE	L	SARJANA (S-1)	GURU TI
16	SUNARSO	L	SLTA	PENJAGA SEKOLAH

C. VISI, MISI DAN TUJUAN.

1. VISI.

Menciptakan insan yang bertaqwa, berbuah pekerti luhur, berprestasi, terampil, mandiri dan berwawasan kebangsaan.

2. Misi

Membentuk insan yang memiliki kepribadian dan berwawasan kebangsaan dengan:

- a. Meningkatkan ketaqwaan kepada Tuhan Yang Maha Esa.
- b. Menciptakan peserta didik yang berbudi pekerti luhur.
- c. Meningkatkan prestasi, keterampilan, dan kemandirian siswa

- d. Meningkatkan pemanfaatan lingkungan sekitar sebagai sumber belajar.
- e. Melaksanakan pembelajaran yang efektif, kreatif dan menyenangkan.
- f. Meningkatkan partisipasi masyarakat dalam peningkatan kualitas pendidikan.

3. Tujuan.

Membentuk insan yang memiliki kepribadian dan berwawasan kebangsaan dengan:

- a. Melaksanakan dan mengamalkan ajaran Agama dalam kehidupan sehari-hari.
- b. Mengembangkan potensi siswa secara optimal melalui proses pembelajaran yang berkualitas.
- c. Menanamkan sikap disiplin sebagai kebiasaan hidup siswa, melalui penegakan tata tertib dan keteladanan.
- d. Menciptakan system pengelolaan sekolah yang kondusif dengan pembelajaran yang aktif, kreatif, efektif dan menyenangkan.
- e. Meningkatkan kualitas guru untuk, menghantar siswa memperoleh prestasi akademik dan non akademik.

D. Gambaran objektif SDN Ardimulyo 03.

1. Status Tanah

- a. Luas tanah : 2700 m²
- b. Tanah: Milik Negara/Divisi Kostrad
- c. Letak: Jl A. Yani No 163 Ardimulyo-Singosari.

2. Status dan Keadaan gedung.

No	Status dan Keadaan Gedung	Banyaknya	Keterangan
1	Gedung milik pemerintah	1	Ruang
2	Ruang kelas	7	Ruang
3	Kamar mandi	2	Ruang
4	Kamar kecil/urinior	3/1	Ruang
5	Perumahan penjaga	1	Ruang
6	Ruang kepala sekolah	1	Ruang
7	Ruang guru	1	Ruang
8	UKS dan Perpustakaan	1	Ruang (jadi satu)
9	Laboratotium, Komputer dan Tempat Ibadah	1	Ruang (jadi satu)

10	Gudang	1	Ruang
11	Kantin sekolah	1	Ruang
12	Ruang komite		

3. Data Tenaga Pendidik dan Kependidikan.

No	Tenaga Kependidikan	Banyaknya	Keterangan
1	Kepala Sekolah	1	
2	Guru Umum PNS	8	
3	Guru Agama PNS	2	Islam dan Katolik
4	Guru Penjaskes/GTT	1	
5	Guru B. Inggris/GTT	1	
6	Guru TI/GTT	1	
7	PTT	2	Penjaga dan TU

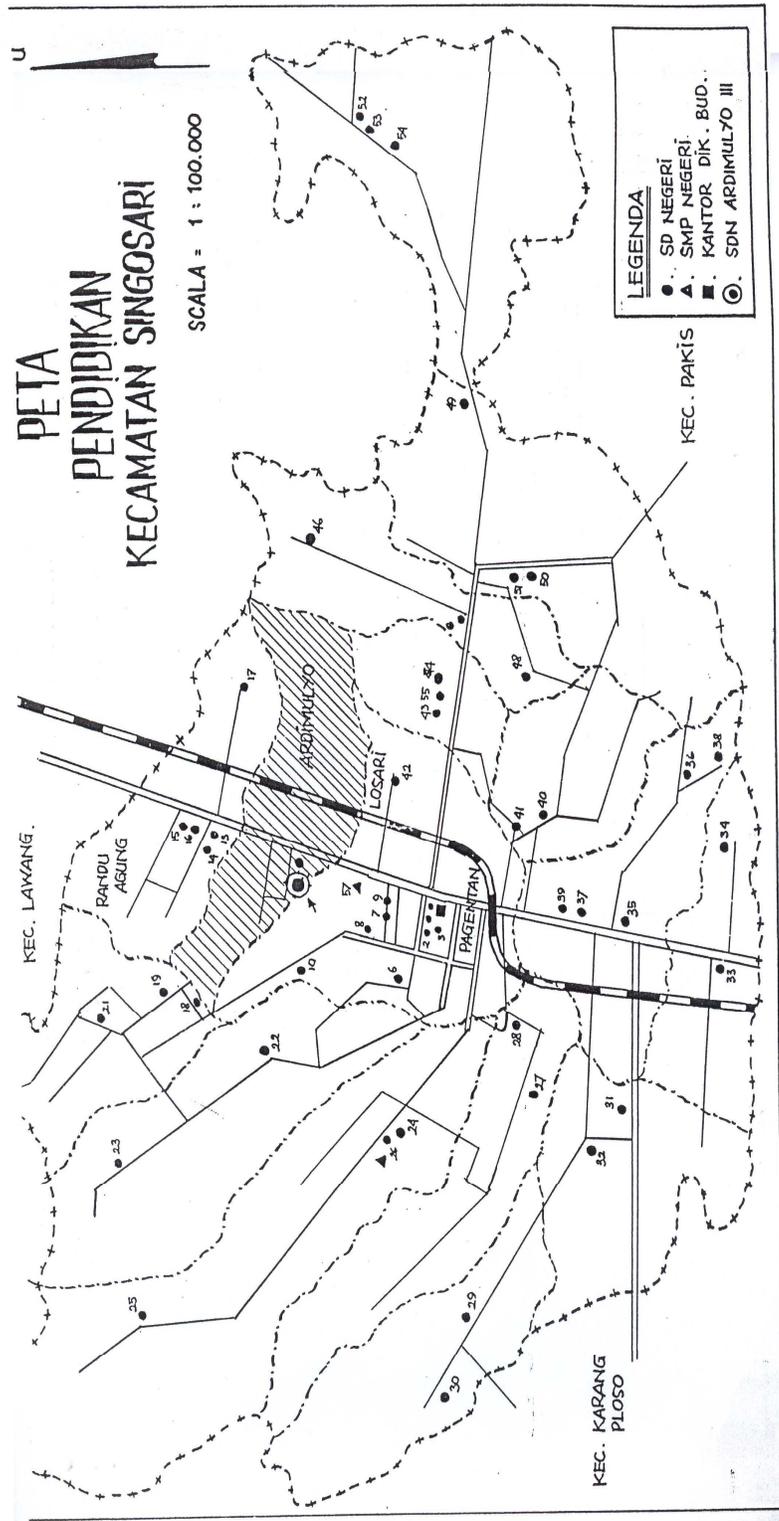
4. Data siswa 3 tahun terakhir.

No	Kelas	2008/2009			2009/2010			2010/2011		
		L	P	Jml	L	P	Jml	L	P	Jml
1	I	21	15	36	27	21	48			
2	II	33	17	50	17	17	34			
3	III	28	28	56	36	15	51			
4	IV	24	26	50	27	29	56			
5	V	17	15	32	23	24	47			
6	VI	15	22	37	16	14	30			
Jumlah		138	123	263	146	120	266			

5. Data Ruang kelas/Rombongan Belajar.

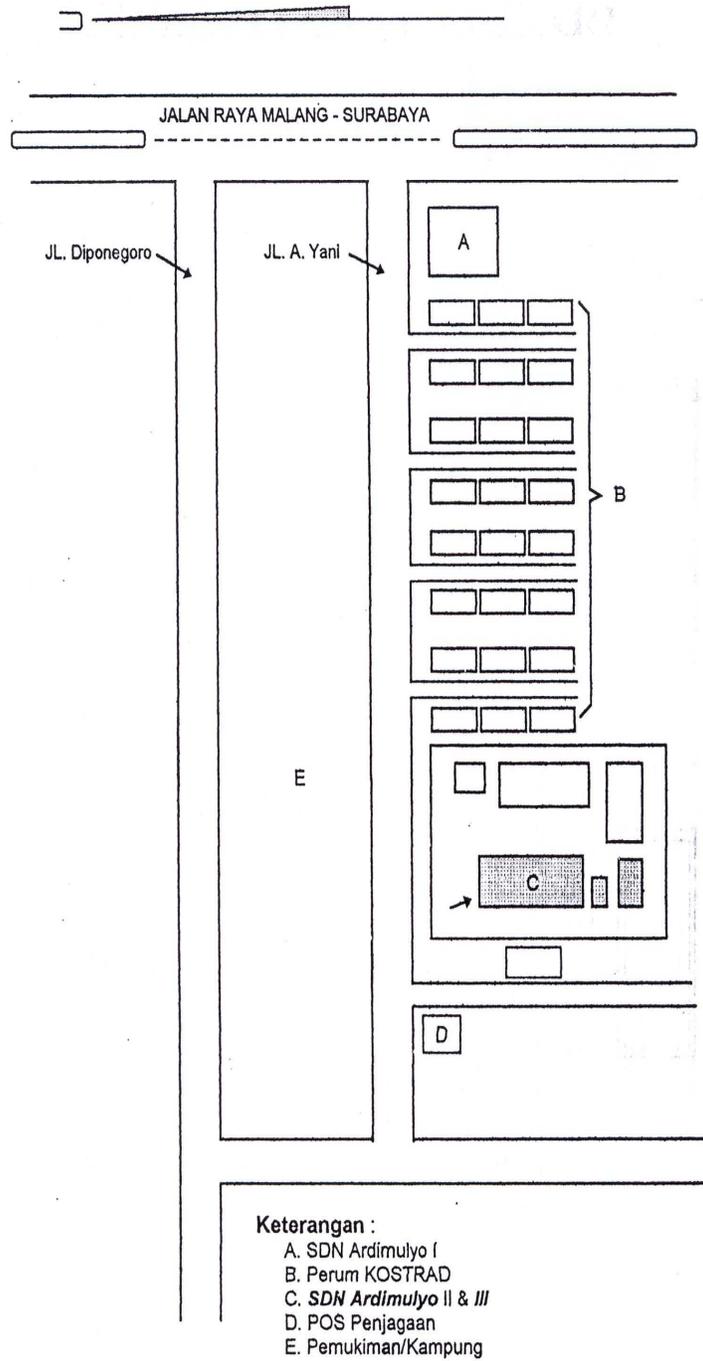
No	Kelas	Rombongan Belajar	Keterangan
1	I	2	
2	II	1	
3	III	2	
4	IV	2	
5	V	2	
6	VI	1	
Jumlah		10	

6. Peta Pendidikan Kecamatan Singosari

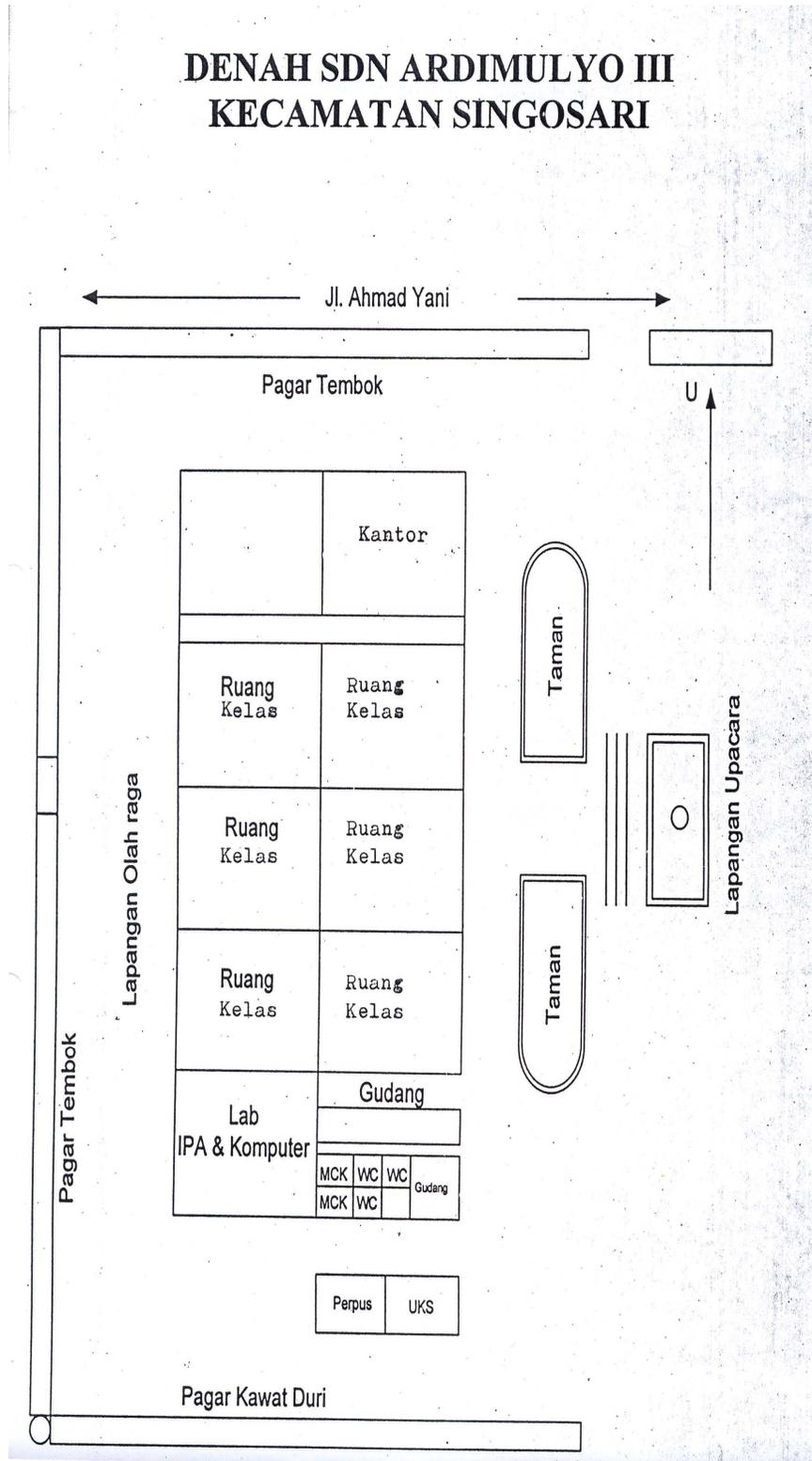


7. Denah Lokasi Sekolah SDN Ardimulyo 3 Singosari

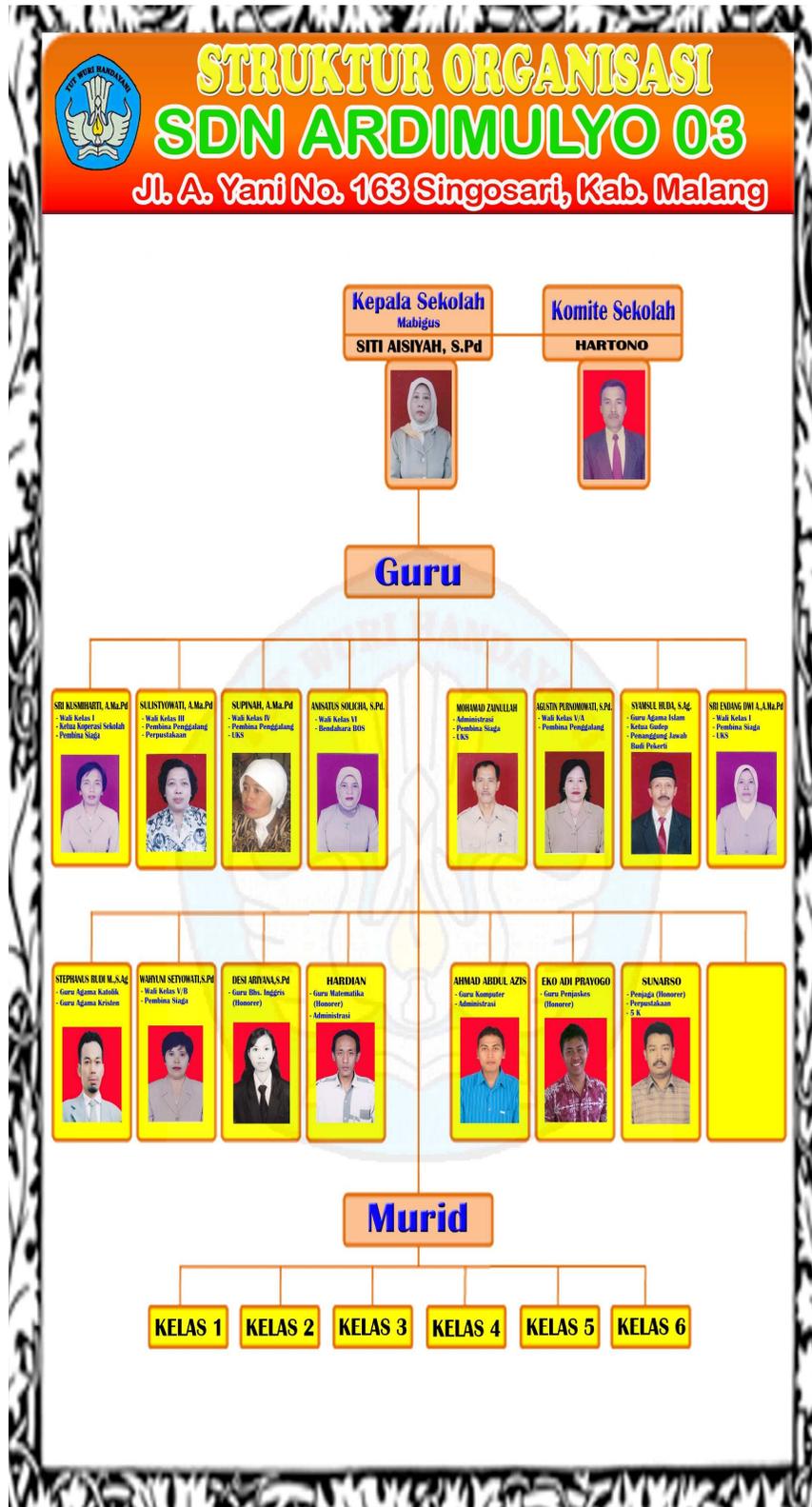
DENAH LOKASI SEKOLAH DASAR NEGERI ARDIMULYO III.



8. Denah SDN Ardimulyo 3 Singosari



9. Struktur Organisasi.



E. Prestasi Yang Pernah Diraih

SD Negeri Ardimulyo 03 tidak ubahnya seperti SD Negeri yang lain, selalu pasang surut mengenai prestasi siswa-siswinya baik di bidang akademis maupun di bidang non akademis, hal ini dipengaruhi situasi dan kondisi pada saat itu.

Sebagai gambaran riil, dapat kami informasikan sebagai berikut:

1. Mengikuti lomba Mapel di Tingkat Wilayah/Kecamatan/Kabupaten

Tahun Pelajaran	Mata Pelajaran					
	IPS/PKN	Ketramp. Bhs. Indo	Mengarang/ Sinopsis	Matematika	IPA	Bhs. Daerah
2004-2005	x	x	x	x	x	x
2005-2006	x	x	x	x	x	x
2006-2007	x	x	x	x	x	x
2007-2008	x	x	x	x	x	x
2008-2009	x	x	x	x	x	x
2009-2010				x	x	
2010-2011				x	x	

2. Mengikuti Lomba Olahraga Tingkat Kecamatan / Kabupaten.

Tahun Pelajaran	Mata Lomba							
	Volly	Sepak Bola	Tennis Meja	Tennis Lapanga	Catur	Bulu Tangkis	Renang	Atletik
2004-2005								
2005-2006								
2006-2007								
2007-2008	x	x	x			x	x	x
2008-2009	x		x				x	x
2009-2010	x			x			x	x

3. Mengikuti Lomba Seni.

Tahun Pelajaran	Mata Lomba			
	Seni Suara	Seni Tari	Puisi	Seni Lukis
2004-2005	x	x	x	x
2005-2006	x	x	x	x
2006-2007	x	x	x	x
2007-2008	x	x	x	x
2008-2009	x	x	x	x
2009-2010	x		x	x

F. Kegiatan Penunjang di Luar Intra Sekolah (Kegiatan Ekstra Kurikuler)

KEGIATAN	JENIS KEGIATAN	PESERTA	WAKTU
Pramuka	Siaga	Kelas I, II dan III	Latihan Pramuka Siaga setiap Sabtu jam 07.30 – 09.00 WIB
	Penggalang	Kelas IV, V dan VI	Latihan Pramuka Penggalang setiap Sabtu jam 15.00 WIB
Olah Raga	Sepakbola	Kelas III dan VI	Latihan setiap hari Senin dan Kamis jam 14.00 WIB
	Bola Volly	Kelas III dan VI	Latihan setiap hari Rabu jam 15.00 WIB.
	Renang	Kelas III dan VI	Latihan setiap hari Minggu jam 08.00 WIB
	Bulu Tangkis	Kelas III dan VI	Latihan setiap hari Kamis jam 15.00 WIB
Seni	Tari	Kelas IV – VI	Latihan setiap hari Kamis Jam 13.00 WIB
	Musik / Suara	Kelas I – III Kelas IV – VI	Latihan setiap hari Selasa jam 12.30 WIB Latihan setiap hari Rabu jam 12.30 WIB

IT	Komputer	Kelas IV-VI	Latihan setiap hari Senin – Rabu jam 12.30 WIB
Keagamaan	Agama	Kelas I – VI	Setiap hari Jum'at jam 07.00 – 0815 WIB

G. Penutup

Demikian keadaan obyektif SDN Ardimulyo 03 untuk diketahui bersama, mohon saran pendapat, pikiran dalam rangka pengembangan SD ke depannya, dan akhirnya kami ucapkan terima kasih.

LAMPIRAN IV

**BUKTI KONSULTASI
SURAT IZIN PENELITIAN**



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG
FAKULTAS PSIKOLOGI

Jalan. Gajayana 50 Telepon / Faksimile +62341 - 558916 Malang 65144
Website : www.uin-malang.ac.id / <http://psikologi.uin-malang.ac.id>

Nomor : Un.3.4/TL.03 / 894 /2010
Perihal : **IZIN PENELITIAN**

20 Agustus 2010

Kepada Yth : **Kepala Sekolah Dasar Negeri Ardimulyo 03**
Di
Singosari - Malang

Dengan hormat

Dalam rangka penulisan Skripsi Mahasiswa. dengan ini kami mohon dengan hormat kepada Bapak/Ibu untuk memberikan kesempatan melakukan penelitian skripsi kepada :

Nama : Hani Nur Fajria
NIM : 04410008
Tempat Penelitian : Sekolah Dasar Negeri Ardimulyo 03 Singosari.
Malang
Judul Skripsi : Pengaruh Pengetahuan Menstruasi Terhadap Kecemasan Menghadapi Menstruasi Pada Siswa Kelas V dan VI SDN Ardimulyo 03 Singosari
Dosen Pembimbing :

Demikian permohonan ini kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terima kasih.

a.n.Dekan,
Pembantu Dekan Bidang Akademik



Dr. Rahmat Aziz, M. Si
NIP. 19700813 200012 1 001

Tembusan :

1. Dekan sebagai laporan
2. Arsip



Certificate No. ID08/1219



DEPARTEMEN AGAMA RI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MALANG
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG
FAKULTAS PSIKOLOGI

Jl. Gajayana No. 50 Dinoyo Malang 65114
Telp. (0341) 551354, 572533 fax 572535

BUKTI KONSULTASI

Nama : Hani Nur Fajria
NIM : 04410008
Jurusan : Psikologi
Fakultas : Psikologi
Dosen Pembimbing : Drs. Zainul Arifin, M.Ag
Judul Skripsi : Pengaruh Pengetahuan Menstruasi Terhadap Kecemasan Menghadapi Menstruasi Pada Siswi Kelas V Dan VI SDN Ardumulyo 3 Singosari

No	Tanggal	Materi Konsultasi	Tanda Tangan
1	23 Januari 2010	Pendaftaran seminar Proposal skripsi	1.
2	8 Februari 2010	Seminar Proposal skripsi	2.
3	10 Maret 2010	BAB I, II dan III	3.
4	12 April 2010	Revisi BAB I, II dan III	4.
5	12 Mei 2010	Revisi BAB I, II dan III	5.
6	9 Juni 2010	Revisi BAB I, II, dan III	6.
7	6 Juli 2010	Revisi BAB I, II, dan III	7.
8	11 Agustus 2010	Revisi BAB I, II, III, IV dan V	8.
9	02 Oktober 2010	ACC Skripsi	9.

Dosen Pembimbing

Drs. Zainul Arifin, M.Ag
NIP. 1965060619940310003

Malang, 02 Oktober 2010
Dekan Fakultas Psikologi

Dr. H. Muhyadi, M. Pd.I
NIP. 195807171982031005



LAMPIRAN V

PAKET BIMBINGAN
MATERI YANG DISAMPAIKAN
(MODUL)

PAKET BIMBINGAN

- A. Judul : Menstruasi
 B. Bidang : Pribadi dan Sosial
 C. Fungsi Layanan : Informasi
 D. Tujuan Umum : Siswa dapat memahami Pengetahuan Menstruasi
 E. Tujuan Khusus : Siswa dapat menjelaskan Pengertian Menstruasi. Proses Menstruasi. Fase-fase menstruasi. PMS dan Tipe-tipenya. Gangguan Proses Menstruasi. Proses Pencegahan dan mengobati PMS dan Gangguan Proses Menstruasi
 F. Sasaran : Kelas V dan VI
 G. Waktu : 1x45'
 H. Tempat : Kelas
 I. Penyelenggara : Peneliti
 J. Alat : Papan Tulis, kapur/spidol dan lembaran materi
 K. Uraian Kegiatan/Materi :

WAKTU	Pokok-Pokok Materi Pelajaran dan Rencana Papan Tulis	Uraian
1	2	3
	I. PENDAHULUAN	
	1. Perkenalan	Peneliti memperkenalkan dirinya
	2. Apersepsi	Cerita singkat menuju judul
	3. Judul: Menstruasi	Ditulis di papan tulis
	4. TU: Siswa dapat memahami Menstruasi	Disampaikan sekilas
	5. Ruling: a. Pengertian Menstruasi. b. Proses Menstruasi. c. Fase-fase menstruasi. d. PMS dan Tipe-tipenya. e. Gangguan Proses Menstruasi. f. Proses Pencegahan dan mengobati PMS dan Gangguan Proses Menstruasi	Disampaikan untuk diketahui
	6. Referensi ...	Disampaikan
	II. INTI	
	A. Langkah ke 1	
	1. Pokok bahasan pengertian:	Disampaikan
	2. TK: a. Siswa dapat	Disampaikan

	menjelaskan Pengertian Menstruasi. Proses Menstruasi. Fase-fase menstruasi. PMS dan Tipe-tipenya. Gangguan Proses Menstruasi. Proses Pencegahan dan mengobati PMS dan Gangguan Proses Menstruasi	
	3. Uraian	a. Terlampir di materi
	4. Kesempatan Bertanya	Siswa diberi kesempatan bertanya
	5. Pemeriksaan	Tidak disampaikan
	III. AKHIR	
	1. Kesempatan bertanya	Siswa diberi kesempatan bertanya
	2. Pemeriksaan	Tidak disampaikan
	3. Ringkasan	Mengulangi pelajaran
	4. Penekanan keseluruhan	Penekanan hal penting.

Malang, 24 Agustus 2010
Peneliti

HANI NUR FAJRIA
NIM 04410008



**PENGARUH PENGETAHUAN
MENSTRUASI TERHADAP
KECEMASAN MENGHADAPI
MENSTRUASI PADA SISWI
KELAS V DAN VI SDN
ARDIMULYO 3 SINGOSARI”**

OLEH: HANI NUR FAIRIA

TGL. 24 AGUSTUS 2010

**MENSTRUASI DALAM PANDANGAN
AGAMA ISLAM**

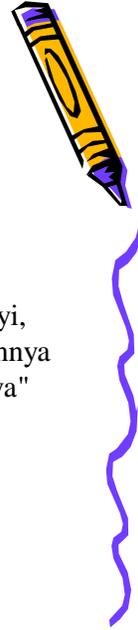


- Menstruasi dalam bahasa arab dikenal dengan sebutan haid. Secara bahasa haid berarti aliran, sedangkan menurut agama/syariat Islam berarti darah kotor yang keluar dari pangkal rahim perempuan setelah masa baligh pada waktu sehat dan tanpa sebab, pada saat-saat tertentu.
- Menurut istilah almahid/haid adalah darah yang keluar dari pangkal rahim wanita setelah mencapai umur balig dan memproduksi sel telur. Jika sel telur tidak dibuahi oleh sperma lelaki maka sel telur tersebut akan membusuk dan rusak akhirnya keluar dalam bentuk darah haid



MENSTRUASI DALAM PANDANGAN AGAMA YAHUDI DAN KRISTEN

Menurut Agama Yahudi dan Kristen darah haid (didefinisikan sebagai lapisan rahim) dianggap najis. Sumber hukum ini Imamat 18:19, yang berbunyi, "Anda tidak akan mendekati seorang wanita di zamannya pemisahan najis, untuk mengungkap ketelanjangannya"



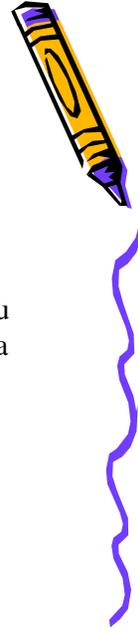
MENSTRUASI DALAM PANDANGAN AGAMA HINDU

- Wanita yang sedang menstruasi harus diperlakukan khusus karena di saat itu ia memerlukan ketenangan fisik dan mental. Namun perkembangan tradisi beragama Hindu di Bali menjadi berbeda, seperti yang disebutkan dalam Lontar Catur Cuntaka, bahwa wanita yang sedang haid tergolong "cuntaka" atau "sebel" atau dalam bahasa sehari-hari disebut "kotor", sehingga ia dilarang sembahyang atau masuk ke Pura.

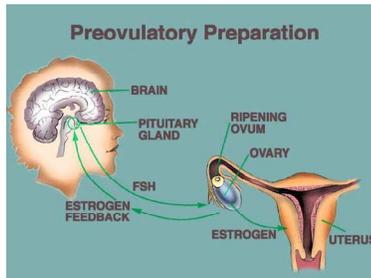


MENSTRUASI DALAM PANDANGAN AGAMA BUDDHA

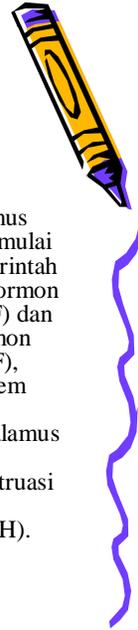
- Agama Buddha memandang menstruasi sebagai suatu proses jasmaniah yang bersifat alamiah--sebagaimana yang diakui dalam ilmu pengetahuan modern.



Proses Menstruasi.

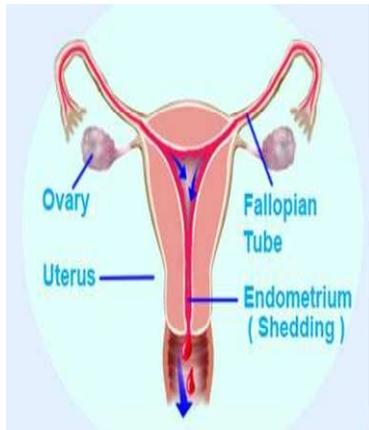
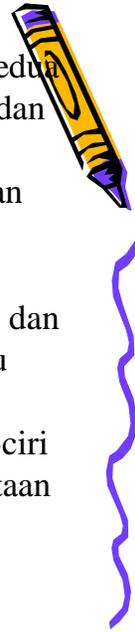


- Ketika beranjak ke masa pubertas, maka hipotalamus dan hipofise di otak kita mulai bekerja mengeluarkan perintah produksi Luteinizing Hormon Releasing Factor (LH RF) dan Folikel Stimulating Hormon Releasing Factor (FSHRF), dengan penghubung system endrokin yaitu pituitary. Hormon yang dari hipotalamus yang berguna untuk merangsang proses menstruasi adalah Gonadotrophine Releasing Hormon (GnRH).





- Selama 28 hari, kedua hormone ini (LH dan FSH) akan berinteraksi dengan ovarium dan akan mengeluarkan hormone estrogen dan progesterone yaitu hormone yang mengekalkan ciri-ciri serta sifat kewanitaan



- Sehingga dari hormone-hormone itu akan ada sel telur yang matang dan penebalan dinding endometrium. Sel telur yang matang akan masuk ke dalam tuba fallopi. Bila sel telur yang telah matang tersebut tidak dibuahi dalam perjalanan melalui tuba fallopi ke uterus maka sel telur akan hancur dan mati dan tidak tertanam dalam endometrium, sebagai akibatnya dinding endometrium menjadi hancur dan sel-selnya mati, rahim/uterus berkontraksi dan melepaskan lapisan atas endometrium ke dalam serviks dan selanjutnya dikeluarkan melalui vagina sebagai cairan merah bercampur selaput tipis yang disebut menstruasi atau haid.

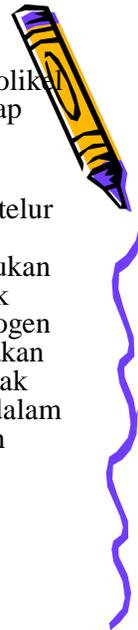


Fase-fase dalam Menstruasi.

1. Fase Follicular. Pada hari pertama menstruasi hormone GnRH dirembes oleh hipotalamus serta merangsang hormone FSH untuk keluar. Apabila hormone FSH sampai ke tahap tertentu ia merangsang beberapa indung telur di ovarium. Dinamakan fase follicular karena pada saat ini terjadi pertumbuhan folikel di dalam ovarium. Dalam fase ini kadar FSH sedikit meningkat sehingga merangsang pertumbuhan sekitar tiga sampai 30 folikel yang masing-masing mengandung satu telur, tetapi hanya satu folikel yang terus tumbuh yang lainnya hancur.

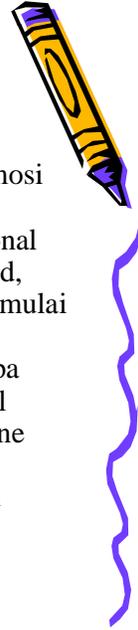


2. Fase Ovulation. Fase ini dimulai ketika kadar LH meningkat dan pada fase ini dilepaskan sel telur. Folikel yang matang dan menetas akan keluar dan ditangkap oleh fimbria yaitu tangan pada rahim
3. Fase Luteal. Kantong telur yang tertinggal selepas telur menetas disebut corpus luteum. Ia mengeluarkan progesterone yang sangat berperan untuk pembentukan dinding rahim sesuai untuk keadaan yang pas untuk kehamilan. Bentuk hormone progesterone dan estrogen yang tinggi menyebabkan hormone LH dan FSH akan ditekan dan akhirnya terus naik. Jika kehamilan tidak terjadi, maka hormone progesterone dan estrogen dalam darah menurun dan corpus luteum itu mengecil dan hilang.



Pre Menstruasi syndrome (PMS).

PMS adalah kumpulan gejala fisik, psikologis dan emosi yang terkait dengan siklus menstruasi wanita. PMS merupakan kumpulan gejala akibat perubahan hormonal yang berhubungan dengan siklus saat ovulasi dan haid, sindrom itu akan menghilang pada saat menstruasi dimulai sampai beberapa hari setelah selesai haid. Penyebab munculnya sindrom ini memang belum jelas, beberapa teori menyebutkan antara lain karena faktor hormonal yakni ketidakseimbangan antara hormon progesteron dan estrogen, teori lain mengatakan karena hormon estrogen yang berlebihan. Sindrom ini biasanya lebih mudah terjadi pada wanita yang lebih peka terhadap perubahan hormonal dalam siklus haid.



TIPE-TIPE PMS

1. Tipe A (*Anxiety*).

Ditandai dengan gejala seperti rasa cemas, sensitive, saraf tegang, perasaan labil. Bahkan beberapa perempuan mengalami depresi ringan sampai sedang saat sebelum mendapatkan haid. Gejala ini timbul akibat ketidakseimbangan hormon estrogen dan progesteron. Hormon estrogen terlalu tinggi dibandingkan dengan hormon progesteron.

2. Tipe H (*Hyperhydration*).

Memiliki gejala edema (pembengkakan), perut kembung, nyeri pada buah dada, pembengkakan tangan dan kaki, peningkatan berat badan sebelum menstruasi. Pembengkakan ini terjadi akibat berkumpulnya air pada jaringan diluar sel karena tingginya asupan garam/gula pada diet penderita.

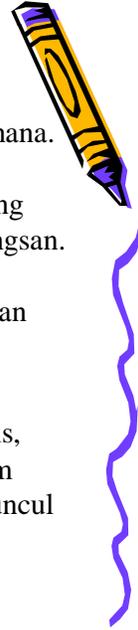


3. Tipe C (*Craving*).

Ditandai dengan rasa lapar ingin mengonsumsi makanan yang manis-manis dan karbohidrat sederhana. Pada umumnya sekitar beberapa menit setelah itu timbul gejala hipogukemia seperti kelelahan, jantung berdebar, pusing kepala yang terkadang sampai pingsan. Hipogukemia timbul karena pengeluaran hormone insulin dalam tubuh meningkat. Rasa ingin memakan makanan manis dapat disebabkan stress.

4. Tipe D (*Depression*).

Ditandai dengan gejala rasa depresi, ingin menangis, lemah, gangguan tidur, pelupa, bingung, sulit dalam mengucapkan kata-kata bahkan kadang-kadang muncul rasa ingin atau mencoba untuk bunuh diri.



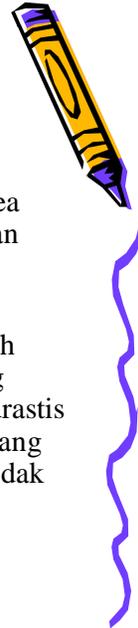
Gangguan Proses Menstruasi.

1. Nyeri menstruasi (*Dismenorea*).

Dismenore berasal dari bahasa “Greek” yaitu dys (gangguan atau nyeri hebat), meno (bulan) dan rhea yang artinya aliran. Jadi dismenore adalah gangguan aliran darah menstruasi atau nyeri menstruasi

2. Menstruasi tidak teratur

Menstruasi yang tidak teratur dapat disebabkan oleh perubahan kadar hormone akibat stress atau sedang dalam keadaan emosi. Di samping itu, perubahan drastis dalam porsi olahraga atau perubahan berat badan yang drastic juga dapat menyebabkan menstruasi yang tidak teratur.



3. Hipermenorea (*Menoragia*)

Menstruasi yang lebih banyak atau lebih lama dari normal. Ini disebabkan oleh adanya mioma uteri/daging tumbuh pada rahim, polip endometrium, gangguan pelepasan endometrium saat menstruasi. Dengan adanya menstruasi yang berlebihan dapat menyebabkan anemia.

4. Hipomenorea.

Hipomenorea kebalikan dari hipermenorea. Hipomenorea ialah menstruasi yang lebih sedikit dari biasanya. Ini disebabkan karena konstitusi penderita pada uterus dan gangguan endokrin



5. Polimenorea

Siklus menstruasinya lebih pendek dari biasanya, ini disebabkan oleh gangguan hormonal yang mengakibatkan gangguan ovulasi, kongesti ovarium karena peradangan, endometriosis.

6. Amenorea

Semua perempuan yang telah dewasa pasti telah melewati proses menstruasi, karena ini menandakan bahwa organ reproduksi serta hormone yang dihasilkan berfungsi, tetapi ada beberapa perempuan yang tidak mengalami menstruasi atau amenorea



7. Metroragia

Yaitu, keluarnya darah yang terjadi dalam masa antara dua menstruasi dan dapat dibedakan dari menstruasi. Penyebabnya adalah kelainan organik pada alat genital atau oleh kelainan fungsional.



PMS ATAU GANGGUAN PROSES MENSTRUASI DAPAT DICEGAH DENGAN MELAKUKAN

- Batasi konsumsi makanan tinggi gula, tinggi garam, daging merah (sapi dan kambing), alcohol, kopi, the, coklat, serta minuman bersoda.
- Kurangi atau berhenti merokok.
- Meningkatkan konsumsi ikan, ayam, kacang-kacangan dan biji-bijian.
- Batasi konsumsi makanan produk susu dan olahannya dan gunakan kedelai sebagai penggantinya.
- Batasi konsumsi lemak dari bahan hewani dan lemak dari makanan yang digoreng.
- Meningkatkan konsumsi sayuran hijau.
- Melakukan olahraga dan aktivitas fisik secara teratur.
- Menghindari dan mengatasi stress.



PMS ATAU GANGGUAN PROSES MENSTRUASI DAPAT DICEGAH DENGAN MELAKUKAN

- Batasi konsumsi makanan tinggi gula, tinggi garam, daging merah (sapi dan kambing), alcohol, kopi, the, coklat, serta minuman bersoda.
- Kurangi atau berhenti merokok.
- Meningkatkan konsumsi ikan, ayam, kacang-kacangan dan biji-bijian.
- Batasi konsumsi makanan produk susu dan olahannya dan gunakan kedelai sebagai penggantinya.
- Batasi konsumsi lemak dari bahan hewani dan lemak dari makanan yang digoreng.
- Meningkatkan konsumsi sayuran hijau.
- Melakukan olahraga dan aktivitas fisik secara teratur.
- Menghindari dan mengatasi stress.

