



SKRIPSI

**HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN TENTANG MENSTRUASI
DENGAN KESIAPAN MENGHADAPI *MENARCHE* PADA REMAJA
DI SMPN 8 PALANGKA RAYA**

Disusun Oleh :
MAWADDAH RAUDHATUL JANNAH
PO.62.20.1.19.418

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES PALANGKA RAYA
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN KEPERAWATAN
2023**



**HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN TENTANG
MENSTRUASI DENGAN KESIAPAN MENGHADAPI *MENARCHE*
PADA REMAJA DI SMPN 8 PALANGKA RAYA**



SKRIPSI

Disusun untuk memenuhi persyaratan menempuh mata kuliah Skripsi

Disusun Oleh :
Mawaddah Raudhatul Jannah
PO.62.20.1.19.418

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES PALANGKA RAYA
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN KEPERAWATAN
2023**

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi ini diajukan oleh :

Nama : Mawaddah Raudhatul Jannah
NIM : PO.62.20.1.19.418
Program Studi : Sarjana Terapan Keperawatan Reguler V
Judul Skripsi : Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Menstruasi
Dengan Kesiapan Menghadapi *Menarche* Pada
Remaja Di SMPN 8 Palangka Raya

Telah diperiksa dan disetujui untuk diuji

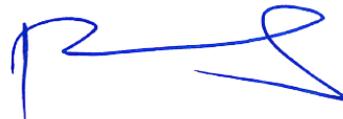
Palangka Raya, 20 Juni 2023

Pembimbing 1



Ns. Gad Datak, M.Kep., Sp.MB.
NIP. 197009271993031003

Pembimbing 2



Ns. Reny Sulistyowati, S.Kep., M.Kep.
NIP. 197609072001122002

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi ini diajukan oleh :

Nama : Mawaddah Raudhatul Jannah
NIM : PO.62.20.1.19.418
Program Studi : Sarjana Terapan Keperawatan Reguler V
Judul Skripsi : Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Menstruasi Dengan Kesiapan Menghadapi *Menarche* Pada Remaja Di SMPN 8 Palangka Raya

Telah dipertahankan di hadapan Dewan Penguji Pada Seminar Hasil Skripsi
Hari Jumat Tanggal, 23 Juni 2023

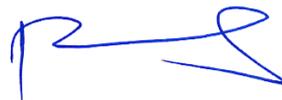
Ketua Penguji	Ns. Agnes D. A., M.Kep., Sp.Kep.Kom. NIP. 198006162001122001	 (.....)
Penguji I	Ns. Gad Datak, M.Kep., Sp.MB. NIP. 197009271993031003	 (.....)
Penguji II	Ns. Reny Sulistyowati, S.Kep., M.Kep. NIP. 197609072001122002	 (.....)

Mengetahui
Ketua Program Studi
Sarjana Terapan Keperawatan



Ns. Ester Inung Sylvia, M.Kep., Sp.MB.
NIP. 197102082001122001

Mengesahkan
Ketua Jurusan Keperawatan
Poltekkes Kemenkes Palangka Raya



Ns. Reny Sulistyowati, S.Kep., M.Kep.
NIP. 197609072001122002

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Mawaddah Raudhatul Jannah
NIM : PO.62.20.1.19.418
Program Studi : Sarjana Terapan Keperawatan
Judul Skripsi : Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Menstruasi
Dengan Kesiapan Menghadapi *Menarche* Pada
Remaja Di SMPN 8 Palangka Raya

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa **Skripsi** yang saya tulis ini benar-benar tulisan saya, dan bukan merupakan plagiasi, baik sebagian atau seluruhnya. Apabila di kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan bahwa **Skripsi** ini hasil plagiasi, baik sebagian atau seluruhnya, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Palangka Raya, 20 Juni 2023
Yang Membuat Pernyataan



Mawaddah Raudhatul Jannah
NIM. PO.62.20.1.19.418

ABSTRAK

HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN TENTANG MENSTRUASI DENGAN KESIAPAN MENGHADAPI *MENARCHE* PADA REMAJA DI SMPN 8 PALANGKA RAYA

Mawaddah Raudhatul Jannah¹, Gad Datak², Reny Sulistyowati³

Jurusan Keperawatan, Poltekkes Kemenkes Palangka Raya

Email : mawaddahrj01@gmail.com

Latar Belakang : Ketika seorang gadis mencapai usia tertentu, organ seksualnya telah mencapai tahap pematangan biologis, yang dikenal sebagai *menarche*, yang dilambangkan dengan menstruasi pertamanya. *Menarche* terjadi antara usia 11 - 13, dan populasi pemuda dunia diperkirakan sekitar 1,2 miliar orang (18%) dari total populasi. Di Indonesia, 70% remaja putri kurang memahami pendidikan kesehatan pra pubertas dan mengalami masalah *menarche*. Kurangnya pengetahuan tentang *menarche* dapat menyebabkan remaja putri mengalami pengalaman yang menyakitkan. Akibatnya remaja putri memerlukan nasehat bagaimana melindungi diri secara fisik, psikis, dan mental saat menghadapi *menarche*.

Tujuan Penelitian : Untuk mengetahui hubungan tingkat pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan menghadapi *menarche* di SMPN 8 Palangka Raya.

Metode Penelitian : Penelitian ini menggunakan desain korelasional, yaitu metode penelitian kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Penelitian dilaksanakan 6 Maret 2023. Populasi dalam penelitian adalah siswi kelas VII dari 11 kelas di SMPN 8 Palangka Raya. Jumlah sampel penelitian ialah 42 responden dengan teknik *total sampling*. Pengumpulan data menggunakan kuesioner dengan analisis *uji chi square* ($\alpha \leq 0,005$).

Hasil Penelitian : Usia 12-13 tahun 39 orang (92,9%), berat badan/IMT normal (17.00-22.99) BB (35-47 kg) 32 orang (76,2%), tingkat pengetahuan tentang menstruasi kategori sedang 15 orang (35,7%), kesiapan menghadapi *menarche* kategori tidak siap 29 orang (69,0 %). Ada hubungan antara tingkat pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan menghadapi *menarche* pada remaja di SMPN 8 Palangka Raya ($p\text{-value}=0,004$).

Kesimpulan : Ada hubungan antara tingkat pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan menghadapi *menarche* pada remaja di SMPN 8 Palangka Raya.

Kata Kunci : Pengetahuan, menstruasi, kesiapan, *menarche*, remaja

ABSTRACT

THE RELATIONSHIP LEVEL OF KNOWLEDGE ABOUT MENSTRUATION AND READINESS FOR MENARCHE IN ADOLESCENTS AT SMPN 8 PALANGKA RAYA

Mawaddah Raudhatul Jannah¹, Gad Datak², Reny Sulistyowati³

Nursing Major, Poltekkes Kemenkes Palangka Raya

Email : mawaddahrj01@gmail.com

Background : When a girl reaches a certain age, her sexual organs have reached the stage of biological maturation, known as menarche, which is symbolized by her first menstruation. Menarche occurs between the ages of 11 - 13, and the world's youth population is estimated to be around 1.2 billion people (18%) of the total population. In Indonesia, 70% of young women do not understand prepubertal health education and experience menarche problems. Lack of knowledge about menarche can cause young women to experience painful experiences. As a result, young women need advice on how to protect themselves physically, psychologically and mentally when facing menarche.

Research Objectives : To determine the relationship between the level of knowledge about menstruation and readiness to face menarche at SMPN 8 Palangka Raya.

Research Methods : This study used a correlational design, namely a quantitative research method with a cross-sectional approach. The research was carried out on March 6, 2023. The population in the study was class VII students from 11 classes at SMPN 8 Palangka Raya. The number of research samples is 42 respondents with total sampling technique. Data collection used a questionnaire with chi square test analysis ($\alpha \leq 0.005$).

Results : Age 12-13 years 39 people (92.9%), normal weight/BMI (17.00-22.99) BB (35-47 kg) 32 people (76.2%), the level of knowledge about menstruation is moderate category 15 people (35.7%), readiness to face menarche in the category of not ready 29 people (69.0%). There is a relationship between the level of knowledge about menstruation and readiness to face menarche in adolescents at SMPN 8 Palangka Raya (p -value = 0.004).

Conclusion : There is a relationship between the level of knowledge about menstruation and readiness to face menarche in adolescents at SMPN 8 Palangka Raya.

Keywords : Knowledge, menstruation, readiness, menarche, youth

KATA PENGANTAR

Dengan mengucapkan puji dan syukur ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa atas segala limpahan rahmat dan karunia-Nya, peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini tepat pada waktunya. Skripsi yang berjudul “Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Menstruasi Dengan Kesiapan Menghadapi *Menarche* Pada Remaja Di SMPN 8 Palangka Raya”.

Adapun penyusunan skripsi ini untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam menyelesaikan pendidikan di Poltekkes Kemenkes Palangka Raya Jurusan Keperawatan Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan. Peneliti menyadari bahwa, tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak dalam penyusunan skripsi ini, maka peneliti tidak dapat menyelesaikan skripsi ini dengan sempurna. Keberhasilan dalam penulisan skripsi ini tentunya didukung oleh berbagai pihak, peneliti mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Mars Khendra Kusfriyadi., STP. MPH selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Palangka Raya yang telah memberikan kesempatan kepada peneliti untuk belajar di Poltekkes Kemenkes Palangka Raya.
2. Ibu Ns. Reny Sulistyowati., S.Kep, M.Kep selaku Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Palangka Raya serta selaku Dosen Pembimbing 2 yang telah sangat banyak membantu peneliti dalam memberikan masukan, arahan, dan bimbingan dalam skripsi.
3. Ibu Ns. Ester Inung Sylvia, M.Kep, Sp.MB selaku Ketua Prodi Sarjana Terapan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Palangka Raya.
4. Bapak Ns. Gad Datak, M.Kep., Sp.MB selaku Dosen Pembimbing 1 yang telah sangat banyak membantu peneliti dalam memberikan masukan, arahan, dan bimbingan dalam skripsi.
5. Ibu Ns. Agnes D. A., M.Kep., Sp.Kep.Kom selaku Ketua Penguji yang telah sangat banyak membantu peneliti dalam memberikan masukan, arahan, dan bimbingan dalam skripsi.
6. Bapak Ns. Alfeus Manuntung, S.Kep., M.Kep selaku Pembimbing Akademik yang telah memberikan bimbingan selama masa perkuliahan peneliti di Poltekkes Kemenkes Palangka Raya.

7. Semua Dosen Bapak dan Ibu ataupun para pegawai Poltekkes Kemenkes Palangka Raya yang sudah meluangkan waktu untuk membimbing serta memberikan semua ilmu kepada peneliti.
8. Terkhusus kepada kedua Orang Tua saya dengan Ayahanda (Juhaidir), Ibunda (Mariyana), Adik/Saudara (Muhammad Haekal Habibi dan Muhammad Fadhlun Nururrahim), Nenek (Nursehan) maupun seluruh keluarga besar yang selalu memberikan dukungan berupa doa, kasih sayang, motivasi, semangat, moral, dan materi.
9. Teman-teman seperjuangan mahasiswa/i pada program Sarjana Terapan Keperawatan angkatan 2019 Poltekkes Kemenkes Palangka Raya yang telah bersama-sama menempuh proses pendidikan serta saling mendukung demi terciptanya pembuatan skripsi ini dengan baik.
10. Terima kasih juga untuk diri sendiri karena sudah mau bertahan sampai sekarang dan mau berproses menjadi diri yang lebih baik.

Peneliti sangat menyadari sepenuhnya bahwa skripsi peneliti ini masih banyak kekurangan dan masih jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, peneliti membutuhkan kritik dan saran yang membangun demi perbaikan skripsi ini menjadi lebih baik di masa mendatang.

Palangka Raya, 20 Juni 2023



Mawaddah Raudhatul Jannah
NIM. PO.62.20.1.19.418

DAFTAR ISI

HALAMAN Sampul	i
LEMBAR LOGO.....	ii
HALAMAN JUDUL	iii
HALAMAN PERSETUJUAN	iv
HALAMAN PENGESAHAN	v
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN.....	vi
ABSTRAK	vii
ABSTRACT	viii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan Penelitian	5
D. Manfaat Penelitian	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	7
A. Konsep Pengetahuan	7
B. Konsep Menstruasi	12
C. Konsep <i>Menarche</i>	16
D. Konsep Kesiapan.....	20
E. Konsep Remaja	24
F. Hasil Riset Terkait.....	26
G. Kerangka Teori.....	27
BAB III METODE PENELITIAN	28
A. Desain Penelitian	28
B. Kerangka Konsep	28

C. Hipotesis Penelitian	29
D. Definisi Operasional.....	30
E. Lokasi dan Waktu Penelitian	32
F. Populasi dan Sampel (Jumlah dan Teknik Sampling)	32
G. Instrumen Penelitian	33
H. Tahapan Pengumpulan Data	36
I. Analisis Data	38
J. Etika Penelitian	41
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	42
A. Hasil Penelitian	42
B. Pembahasan	45
C. Keterbatasan Penelitian	52
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	53
A. Kesimpulan.....	53
B. Saran	54
DAFTAR PUSTAKA	55
LAMPIRAN.....	59

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Hasil Penelitian Terkait.....	26
Tabel 3.1 Definisi Operasional.....	30
Tabel 3.2 Kisi-Kisi Pertanyaan Kuesioner Tingkat Pengetahuan Menstruasi	34
Tabel 3.3 Kisi-Kisi Pertanyaan Kuesioner Kesiapan Menghadapi <i>Menarche</i>	34
Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Usia, Berat Badan/IMT, Pengetahuan, Kesiapan.....	43
Tabel 4.2 Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Menstruasi Dengan Kesiapan Menghadapi <i>Menarche</i>	44

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Teori Penelitian	27
Gambar 3.1 Kerangka Konsep Penelitian	29

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Permohonan Untuk Pengisian Kuesioner	59
Lampiran 2 Lembar Persetujuan Menjadi Responden	60
Lampiran 3 Lembar Kuesioner	61
Lampiran 4 Uji Statistik SPSS	67
Lampiran 5 Dokumentasi Pelaksanaan Penelitian	70
Lampiran 6 Permohonan Izin Pengambilan Data Pendahuluan	71
Lampiran 7 Surat Rekomendasi	73
Lampiran 8 Surat Tanggapan Pengambilan Data Pendahuluan	74
Lampiran 9 Permohonan Izin Melaksanakan Penelitian.....	75
Lampiran 10 Surat Izin Penelitian	78
Lampiran 11 Surat Selesai Mengadakan Penelitian	79
Lampiran 12 Surat Keterangan Layak Etik.....	80
Lampiran 13 Lembar Bimbingan.....	81
Lampiran 14 Daftar Riwayat Hidup.....	86

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Manusia dianggap berada dalam tahap remaja ketika mereka berusia antara 10 sampai 18 tahun, masa ketika mereka mengalami perubahan signifikan pada susunan mental mereka saat mereka beranjak dari masa kanak-kanak hingga dewasa. Perubahan hormonal, fisik, psikologis, dan sosial terjadi secara berurutan saat seseorang berkembang dari anak-anak menjadi dewasa. Remaja dibedakan oleh rasa ingin tahu yang kuat dan kecenderungan untuk mengambil risiko tanpa terlebih dahulu memberi mereka pemikiran yang berarti. Hal ini memungkinkan remaja membuat keputusan yang buruk, yang membuat mereka terlibat dalam aktivitas berbahaya yang berkaitan dengan kesehatan reproduksi mereka (Nurmawati and Erawantini, 2019).

Ketika seorang gadis mencapai usia tertentu, organ seksualnya telah mencapai tahap pematangan biologis, yang dikenal sebagai *menarche*, yang dilambangkan dengan menstruasi pertamanya. Pergeseran fisiologis dan psikologis dimulai sekitar waktu siklus menstruasi pertama, sering dikenal sebagai *menarche*. Permulaan *menarche* adalah peristiwa ajaib dan tak terduga yang memberi sebagian besar wanita pengalaman yang mengubah hidup (Sofiyati, 2022).

Menarche terjadi antara usia 11 sampai 13, dan populasi pemuda dunia diperkirakan sekitar 1,2 miliar orang (18%) dari total populasi (WHO, 2020). Rikesdas Kementerian Kesehatan (2018) mengatakan di Indonesia, anak perempuan biasanya mencapai *menarche* antara usia awal 9 dan akhir 17 tahun, dengan usia rata-rata adalah 13 tahun. Jumlah pemuda Indonesia (10-24 tahun)

adalah 67 juta orang, atau 24 persen dari seluruh penduduk, dan menjadikan pemuda sebagai fokus utama pembangunan nasional (Badan Pusat Statistik, 2020 dalam (Manase, Nurbaya and Sumi, 2022).

Di Indonesia, hingga 75% remaja putri yang mengalami *menarche* mengatakan bahwa mereka takut dan tidak siap karena ini pertama kali dalam hidup mereka, dan hanya 45% dari mereka yang mengalami *menarche* yang mengatakan bahwa mereka siap untuk melewati pubertas. Di Indonesia, 70% remaja putri kurang memahami pendidikan kesehatan pra pubertas dan mengalami masalah *menarche*. Kurangnya pengetahuan tentang *menarche* dapat menyebabkan remaja putri mengalami pengalaman yang menyakitkan. Memberikan informasi yang akurat tentang *menarche* adalah cara terbaik untuk memastikan bahwa remaja putri memiliki citra positif tentangnya. Akibatnya remaja putri memerlukan nasehat bagaimana melindungi diri secara fisik, psikis, dan mental saat menghadapi *menarche* (Kemenkes RI, 2017 dalam (Mati, Ernita and Nugrahmi, 2022).

Ketika seorang wanita mencapai *menarche*, banyak dari mereka merasa takut dan malu. Ini adalah akibat dari ketidakmampuan fisik dan mental mereka untuk menerima perubahan yang terjadi. Karena kurangnya kesiapan, mereka tidak mampu mengatur menstruasi mereka selama *menarche* dengan cara yang menjaga kesehatan organ seksual mereka. Karakteristik penting yang harus dimiliki remaja putri untuk mengembangkan kualitas diri remaja yang positif adalah kesiapan dalam menghadapi *menarche* (Utami, Wahyuni and Aulia Rachma Wardani, 2022).

Menarche sering dipandang sebagai awal dari suatu penyakit, yang menimbulkan kekhawatiran yang membuat remaja sulit mempersiapkan diri menghadapi haid pertama dan berdampak pada prestasi akademiknya. *Menarche*,

sering dikenal sebagai permulaan menstruasi, adalah suatu kondisi yang menandakan datangnya tonggak fisik yang signifikan bagi wanita (*menarche*). Ketika seorang gadis memiliki pemahaman yang kuat tentang siklus menstruasi, dia dapat mengharapkan menstruasi pertama (*menarche*) terjadi sesuai jadwal (Novitasari, Wardani and Ariwinanti, 2018).

Tidak sulit mencari sumber informasi. Idealnya, anak perempuan belajar tentang kebersihan menstruasi yang benar di sekolah dasar, tetapi tidak selalu demikian. Selain itu, anak perempuan mungkin tidak memiliki akses yang mudah terhadap pengetahuan tentang kesehatan reproduksi di lingkungan terdekatnya, seperti di rumah. Namun, banyak orang dewasa masih percaya bahwa yang terbaik adalah menghindari membicarakan masalah menstruasi dengan anak-anak mereka. Siswa akibatnya memiliki sedikit kesadaran tentang menstruasi. Remaja putri kurang siap menghadapi *menarche* karena remaja yang kurang pengetahuan tentang menstruasi menganggap bahwa *menarche* merupakan tanda suatu penyakit yang menimbulkan kepanikan. Beberapa remaja juga percaya bahwa menstruasi pertama membuat mereka merasa sangat kotor, yang membuat mereka merasa malu (Novitasari, Wardani and Ariwinanti 2018). Hal tersebut juga diperkuat dari penelitian yang dilakukan di kelas V dan VI di SD Budi Mulia Dua Yogyakarta, efek akibat dari tidak siap menghadapi *menarche* didapatkan saat wawancara yaitu pada siswi tersebut merasa panik, malu, khawatir serta bingung saat menstruasi datang (Hidayah and Palila, 2018).

Temuan penelitian berjudul Pengetahuan Tentang *Menarche* dan Sikap Remaja dalam Menghadapi *Menarche* mengungkapkan adanya korelasi yang kuat antara pengetahuan *menarche* dengan sikap remaja tentang *menarche* (Fitriana,

Wulandari and Parmilah, 2019). Dalam penelitian yang berjudul Hubungan Pengetahuan Dengan Kesiapan Menghadapi *Menarche* Pada Siswa Kelas V SD Negeri 82 Kota Bengkulu Siswa kelas 5 SD Negeri 82 Kota Bengkulu ditemukan adanya hubungan yang kuat antara tingkat pemahaman dengan kesiapan dalam menghadapi *Menarche* (Supriyanto, Sari and Rosyladita, 2022). Siswa SD Islam Guppi di Kota Sorong memiliki hubungan antara tingkat pendidikan dengan sikap mereka terhadap *menarche*, menurut penelitian berjudul Hubungan antara Pengetahuan dan Sikap dengan Kesiapan Siswa dalam Menghadapi *Menarche* (Simon and Hutomo, 2021).

Dari data Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi tahun 2022/2023 SMPN 8 Palangka Raya memiliki peserta didik terbanyak yaitu berjumlah 1,052 siswa dan siswi dengan rincian laki-laki 538 dan perempuan 514. Lima siswa dari SMPN 8 Palangka Raya diwawancarai untuk studi percontohan, yang mengungkapkan bahwa satu menyatakan dia tidak siap menghadapi *menarche* (menstruasi pertama), dua mengatakan mereka takut hamil dan dicibir, dan dua mengatakan mereka tidak percaya diri karena mengalami *menarche*.

Berdasarkan konteks yang ada, perlu dikaji hubungan tingkat pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan *menarche* pada remaja di SMPN 8 Palangka Raya.

B. Rumusan Masalah

Informasi di atas menjadi dasar perumusan masalah penelitian yaitu apakah ada hubungan tingkat pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan menghadapi *menarche* pada remaja di SMPN 8 Palangka Raya?

C. Tujuan

1. Tujuan umum

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan tingkat pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan *menarche* di SMPN 8 Palangka Raya.

2. Tujuan khusus

- a. Mengidentifikasi data demografi remaja di SMPN 8 Palangka Raya meliputi usia dan berat badan/IMT.
- b. Mengetahui tingkat pengetahuan pada remaja di SMPN 8 Palangka Raya tentang menstruasi.
- c. Mengetahui tingkat kesiapan pada remaja di SMPN 8 Palangka Raya dalam menghadapi *menarche*.
- d. Menganalisis hubungan tingkat pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan menghadapi *menarche* pada remaja di SMPN 8 Palangka Raya.

D. Manfaat Penelitian

1. Teoritis

Dapat memajukan pemahaman dan memberikan data dalam ilmu kesehatan, khususnya di bidang kesehatan reproduksi, tentang tingkat pengetahuan menstruasi dan kesiapan *menarche*, serta dapat menjadi referensi dalam penelitian selanjutnya.

2. Praktis

a. Bagi peneliti

Selain sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Terapan Keperawatan, juga dapat dijadikan sebagai sumber dan pendidikan untuk studi selanjutnya.

b. Bagi siswa

Sebagai informasi dan pengetahuan tentang menstruasi dan *menarche* bagi remaja agar remaja dapat menghadapi menstruasi tanpa merasa takut atau siap.

c. Bagi tenaga kesehatan

Dapat memberikan saran tentang bagaimana melaksanakan tanggung jawab mereka untuk memberikan layanan kepada remaja, yang meliputi evaluasi kebutuhan dan status remaja, mengidentifikasi diagnosis dan kebutuhan layanan, dan mengambil tindakan yang tepat untuk menanggapi kebutuhan mendesak, terutama yang berkaitan dengan kesiapan menstruasi.

d. Bagi institusi pendidikan

Penambahan perpustakaan akan menambah pengetahuan di bidang kesehatan reproduksi remaja, khususnya yang berkaitan dengan menstruasi, dan menjadi sumber materi kursus-kursus tentang menstruasi sehingga remaja lebih mengenal menstruasi dan lebih siap dalam menangani *menarche*.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Konsep Pengetahuan

1. Definisi Pengetahuan

Pengetahuan adalah hasil dari mengetahui, yang terjadi ketika individu mempersepsikan item tertentu. Memanfaatkan pancaindra manusia seperti penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa, dan sentuhan. Kita menerima informasi melalui indra penglihatan dan pendengaran kita. Informasi yang diketahui atau diketahui seseorang disebut pengetahuan. Gejala berbeda yang dialami dan dipelajari orang melalui indera mereka adalah pengetahuan dalam arti lain (Haruna dan Rahim, 2020).

Elemen positif dan negatif keduanya hadir dalam pengetahuan seseorang tentang suatu objek. Kedua karakteristik ini akan mengungkapkan cara pandang seseorang terhadap suatu barang tertentu. Sikap positif tentang objek tertentu akan meningkat ketika lebih banyak atribut positif dari objek tersebut dipahami dan dipegang. Pemahaman yang didapat dari pengalaman pribadi seseorang dapat digunakan untuk menjelaskan pengertian objek kesehatan dari *World Health Organization (WHO)* (Notoatmodjo, 2003 dalam Wawan dan Dewi, 2018).

2. Tingkat Pengetahuan

Enam derajat pengetahuan dalam domain kognitif adalah sebagai berikut:

a. Tahu (*know*)

Mengetahui didefinisikan sebagai mengingat konten yang dipelajari sebelumnya. Ini termasuk mengingat rangsangan yang disajikan sebelumnya. Tahu merupakan tingkat pengetahuan yang paling rendah.

kata kerja untuk mengukur bahwa orang tahu tentang apa yang dipelajari antara lain menyebutkan, menyatakan, dan sebagainya.

b. Memahami (*comprehension*)

Pemahaman adalah kemampuan untuk menjelaskan dan memahami objek yang ditemui sebelumnya dengan benar. Orang dituntut untuk mampu menjelaskan, mengutip contoh, menarik kesimpulan, dan melakukan hal-hal lain yang berkaitan dengan materi atau konten yang dipelajarinya.

c. Aplikasi (*application*)

Aplikasi adalah kapasitas untuk mempraktikkan pengetahuan dalam keadaan dunia nyata.

d. Analisis (*analysis*)

Analisis adalah kapasitas untuk menguraikan suatu substansi atau item menjadi bagian-bagian komponennya sambil mempertahankan kerangka kerja organisasi dan hubungan di antara mereka. Penggunaan kata kerja seperti memisahkan, mengklasifikasikan, dan membedakan menunjukkan keterampilan analitis.

e. Sintesis (*synthesis*)

Meletakkan atau menyambungkan komponen-komponen dalam satu kesatuan baru inilah yang dimaksud dengan sintesis dalam konteks ini. Kemampuan untuk membuat formulasi baru dari formulasi lama adalah cara lain untuk mendefinisikan sintesis. Sintesis adalah kata kerja yang dapat digunakan untuk mengatur, merencanakan, meringkas, dan lainnya.

f. Evaluasi (*evaluation*)

Kemampuan mengevaluasi suatu produk atau objek berkaitan dengan evaluasi. Penilaian ini didasarkan pada norma-norma yang telah ditetapkan sebelumnya (Ahmad Kholid, 2014).

3. Faktor-Faktor yang Memengaruhi Pengetahuan

Berikut 7 elemen menurut Anwar dan Febrianty (2017) yang memengaruhi tingkat pengetahuan seseorang:

a. Pendidikan

Pendidikan adalah pemberian arahan kepada orang lain agar mereka memahami sesuatu. Tidak dapat dipungkiri bahwa semakin tinggi pendidikan yang dimiliki seseorang maka akan semakin mudah bagi mereka untuk mempelajari hal-hal baru, dan pada akhirnya akan semakin banyak pula pengetahuan yang dimilikinya.

b. Pekerjaan

Tempat kerja adalah tempat yang tepat untuk belajar dan berkembang dalam banyak hal.

c. Usia

Baik ciri fisik maupun psikis (mental) seseorang akan berubah seiring bertambahnya usia. Perkembangan fisik secara luas dapat dibagi menjadi empat jenis perubahan: ukuran, bentuk, proporsi, karakteristik yang hilang, dan yang baru diperoleh adalah contoh perubahan. Pergeseran ini muncul sebagai konsekuensi alami dari berkembangnya fungsi beberapa organ. Tingkat pemikiran seseorang berkembang dan matang seiring bertambahnya usia, secara psikologis atau mental.

d. Minat

Kebutuhan atau keinginan yang kuat akan sesuatu adalah yang kita maksud ketika kita berbicara tentang minat. Pengejaran minat individu mengarah pada perolehan informasi yang lebih dalam..

e. Pengalaman

Pengalaman merupakan hasil interaksi individu dengan lingkungannya. Orang sering berusaha melupakan peristiwa negatif. Idealnya, peristiwa positif dapat meninggalkan kesan yang bertahan lama secara psikologis jika menyenangkan.

f. Informasi

Kecepatan perolehan informasi dapat membantu seseorang mempelajari hal-hal baru dengan lebih cepat (Yamani, 2017).

4. Cara Memperoleh Pengetahuan

Menurut Notoatmodjo (2003) dan Wawan dan Dewi (2018), ada beberapa cara belajar.

a. Cara Tradisional

Sebelum menemukan cara penemuan dengan cara yang sistematis dan logis, individu menggunakan metode tradisional ini untuk memastikan kebenaran pengetahuan. Metode penemuan pengetahuan selama ini antara lain:

1) Cara coba salah (*trial and error*)

Trial and error adalah metode tertua yang pernah digunakan manusia untuk mempelajari hal-hal baru.

2) Cara kekuasaan atau otoritas

Apakah itu tradisi, otoritas pemerintah, otoritas pemuka agama, atau otoritas pakar ilmiah, pengetahuan diperoleh berdasarkan otoritas atau kekuasaan.

3) Berdasarkan pengalaman pribadi

Minum air kunyit asam membuat gadis yang mengalami dismenore saat menstruasi merasa lebih nyaman, sehingga gadis itu akan mengulangi prosedur ini setiap kali mengalami dismenore.

4) Melalui jalan pikiran

Evolusi peradaban manusia bertepatan dengan kemajuan pemikiran manusia. Manusia memanfaatkan penalaran untuk mempelajari hal-hal baru.

b. Cara Modern

Pendekatan ini disebut sebagai teknik penelitian atau metode penelitian ilmiah. Metode pembelajaran baru atau modern saat ini lebih terorganisir, logis, dan ilmiah.

5. Pengukuran Pengetahuan

Pengetahuan dapat diuji melalui wawancara atau kuesioner yang menanyakan peserta atau responden tentang topik yang sedang dibahas (Masturoh, 2018). Pengukuran pengetahuan menggunakan pengkategorian (Arikunto, 2006 dalam Agnes Dwiana Widi Astuti, 2010) yaitu:

- a. Baik : apabila presentase jawaban benar 76%-100%
- b. Sedang : apabila presentase jawaban benar 56%-75%
- c. Buruk : apabila presentase jawaban benar 0%-55%

B. Konsep Menstruasi

1. Definisi Menstruasi

Perdarahan uterus periodik dan siklis yang dikenal sebagai menstruasi disertai dengan pelepasan endometrium (deskuamasi). Wanita mengalami proses normal yang disebut menstruasi. Panjang rata-rata siklus menstruasi wanita adalah 28 hari, tetapi dapat berkisar antara 21 hingga 35 hari pada orang dewasa dan dari 21 hingga 45 hari pada wanita muda. Ketika organ rahim sehat, mereka mengeluarkan darah secara berkala dalam proses yang dikenal sebagai menstruasi. Menstruasi wanita bisa berlangsung antara dua sampai tujuh hari (Eny, 2014).

Sekitar 14 hari setelah ovulasi, seorang wanita akan mengalami menstruasi yang sering disebut sebagai perdarahan menstruasi. Menstruasi mengacu pada peluruhan lapisan endometrium rahim setiap bulan, yang menyebabkan pendarahan vagina. Karena ovarium tampaknya mengatur variasi siklus siklus menstruasi dan durasinya, mereka memainkan peran penting di sini. Hipotalamus, hipofisis, dan ovarium semuanya berperan dalam menstruasi, dan interaksinya menyebabkan perubahan pada jaringan target saluran reproduksi normal, yang bertanggung jawab untuk menstruasi (Sukarni K, 2013).

2. Siklus Menstruasi

Perdarahan uterus periodik dan siklis yang dikenal sebagai menstruasi disertai dengan pelepasan endometrium (deskuamasi). Periode proliferasi, periode ovulasi, periode sekresi, dan periode menstruasi adalah empat tahap yang membentuk siklus menstruasi. Hubungan antara hipotalamus, hipofisis, dan ovarium (juga dikenal sebagai sumbu hipotalamus-hipofisis-ovarium)

sangat penting untuk proses ovulasi. Menurut teori neurohumoral, hipotalamus mengeluarkan neurohormon yang kemudian dikirim melalui sirkulasi portal yang unik ke sel-sel adenohipofisis di mana mereka mengatur pelepasan hormon gonadotropin oleh adenohipofisis. Karena dapat mendorong pelepasan hormon luteinizing (LH) dan hormon perangsang folikel (FSH) dari hipofisis, hipotalamus menghasilkan zat yang dikenal sebagai gonadotropin-releasing hormone (GnRH) (Sinaga, 2017).

Kadar estrogen turun tak lama setelah kadar LH naik, dan inilah yang menyebabkan LH mengikutinya. Perubahan struktural pada folikel inilah yang menyebabkan penurunan estrogen. Selain itu, penurunan LH disebabkan umpan balik negatif dari LH ke hipotalamus, yang bekerja dalam jangka waktu yang relatif singkat. Dalam kebanyakan kasus, lonjakan LH hanya menyebabkan satu folikel yang tumbuh meledak antara 16 dan 24 jam kemudian. Perubahan degeneratif pada kolagen dinding folikel menurunkan folikel, yang memicu ovulasi. Korpus luteum berkembang dari folikel setelah ovulasi, ketika sel granulosa membesar, membentuk vakuola, dan menyimpan pigmen kuning (lutein) di dalam folikel. kejadian pada fase luteal yang dipengaruhi oleh prostaglandin F₂ (Sinaga, 2017).

Delapan hingga sembilan hari setelah ovulasi, lapisan granulosa mengalami peningkatan vaskularisasi. Tingkat estrogen tubuh dinaikkan oleh sel granulosa luteinized, menghasilkan peningkatan kadar kedua hormon selama fase luteal. Korpus luteum secara bertahap mengalami regresi mulai 10-12 hari setelah ovulasi, disertai dengan kapiler yang lebih kecil dan

kemudian penurunan pelepasan progesteron dan estrogen. Menstruasi dimulai empat belas hari setelah ovulasi (Sukarni K, 2013).

3. Fase-Fase Menstruasi

Menurut Sinaga (2017), fase menstruasi terdiri dari menstruasi fisiologis dan variabel yang mempengaruhi, seperti:

a. Fisiologis Menstruasi

1) Stadium menstruasi

Anda harus mengharapkan tahap ini berlangsung dari tiga hari hingga seminggu. Saat itulah lapisan rahim (endometrium) Anda mulai luruh, yang pada gilirannya memicu menstruasi Anda. Tingkat hormon dalam ovarium paling rendah.

2) Stadium proliferasi

Selama 7-9 hari, fase ini berlangsung. mulai hari setelah darah haid berhenti sampai hari keempat belas. Fase proliferaatif, yang dimulai setelah menstruasi selesai, terlihat pembentukan fungsionalis desidua, mempersiapkan rahim untuk pelekatan bayi. Selama tahap ini, endometrium beregenerasi. Telur dapat dilepaskan dari ovarium antara hari ke 12 dan 14 perkembangan (disebut ovulasi).

3) Stadium sekresi

Ada 11 hari dalam tahap sekretori. Waktu setelah ovulasi dikenal sebagai periode sekretori. Untuk mempersiapkan rahim untuk implantasi, hormon progesteron dilepaskan dan mempengaruhi pertumbuhan endometrium (pelekatan janin ke rahim).

4) Stadium premenstruasi

tahap yang berlangsung tiga hari. Sel darah putih, yang mungkin berbentuk sel bulat, sedang menyerang. Saat cairan dan sekresi hilang, stroma hancur, menyebabkan kolapsnya kelenjar dan arteri. Vasokonstriksi terjadi pada saat ini, diikuti dengan periode relaksasi pembuluh darah dan akhirnya pecah.

b. Faktor yang mempengaruhi menstruasi

1) Faktor *hormone*

Hormon seperti *luteinizing hormone* (LH) yang diproduksi di kelenjar hipofisis, dan progesteron yang diproduksi di ovarium semuanya memiliki peran dalam mengatur siklus menstruasi wanita.

2) Faktor *enzim*

Enzim hidrolitik endometrium menghasilkan gangguan metabolisme, regresi endometrium, dan perdarahan dengan menghancurkan sel-sel yang terlibat dalam sintesis protein.

3) Faktor *vascular*

Di lapisan fungsional endometrium, sistem vaskular berkembang selama periode proliferasi. Arteri, vena, dan koneksi di antara mereka berkembang bersama dengan endometrium. Stasis terbentuk di vena dan saluran yang menghubungkannya ke arteri dengan regresi endometrium, perdarahan arteri atau vena dan pembentukan hematoma.

4) Faktor *prostaglandin*

Prostaglandin E2 dan F2 ditemukan di endometrium. Prostaglandin dilepaskan dengan disintegrasi endometrium dan menghasilkan kontraksi miometrium, yang membantu mengurangi perdarahan saat menstruasi (Kusmiran Eny, 2014).

C. Konsep *Menarche*

1. Definisi *Menarche*

Menstruasi pertama, atau *menarche*, terjadi ketika anak perempuan dan wanita muda mencapai pubertas. Antara usia 10 hingga 16, ini adalah kejadian umum. Menstruasi pertama yang dikenal dengan *menarche* biasanya dimulai pada masa remaja awal atau antara usia 10 sampai 16 tahun (Ferry Efendi, 2007 dalam Reni Andayani, 2015).

Menarche, atau datangnya haid, terjadi pada masa remaja, sebelum seorang wanita memasuki masa reproduksinya. Ketika seorang gadis mencapai *menarche*, itu pertanda baik bahwa hipotalamus, ovarium, dan rahimnya menghasilkan hormon dengan benar. Selama periode ini, ciri-ciri seks sekunder seperti perkembangan payudara, perubahan kulit, perubahan siklus, pertumbuhan rambut ketiak, pertumbuhan rambut kemaluan, dan bentuk tubuh yang optimal didorong oleh hormon-hormon ini. *Menarche* sering dimulai setelah masa pematangan hingga dua tahun (Aulia, 2009 dalam Reni Andayani, 2015).

2. Faktor-Faktor yang Memengaruhi *Menarche*

Kematangan fisik dan seksual biasanya terjadi antara usia 9 dan 18 tahun. Namun, ada juga yang lebih cepat atau lebih lambat dari 11 sampai 18 tahun,

tanpa penjelasan yang jelas untuk percepatan atau keterlambatannya (Kartono, 2006).

Dampak *menarche* diduga berkaitan dengan perbaikan gizi anak. Karena diet mempengaruhi pilihan hormon gonadotropin, nutrisi memiliki dampak yang signifikan terhadap perkembangan seksual baik pada hewan maupun manusia (Jones, 2002).

3. Faktor-Faktor yang Memengaruhi Kesiapan *Menarche*

a. Usia

Umur adalah ukuran berapa lama sesuatu telah ada, mulai dari saat ia lahir. Usia siswa dan kesiapan untuk *menarche* berkorelasi terbalik. *Menarche* merupakan gangguan yang mengejutkan, terutama bagi siswa yang lebih muda yang belum sempat mempersiapkan terjadinya menstruasi. Selain itu, *menarche* terjadi terutama sejak dini karena murid masih sangat muda, dan disiplin diri tentang kebersihan tubuh, seperti mencuci, masih belum ada dan harus dipaksakan oleh orang lain, padahal menjaga kebersihan selama menstruasi itu penting. Konsekuensinya, pubertas dilihat oleh banyak praremaja sebagai stres tambahan (Suryani dan Widyasih, 2008).

b. Sumber informasi

Di sini, sumber informasi mengacu pada sumber-sumber yang dapat mencerahkan mahasiswi tentang *menarche*. Menurut Yusuf (2010), berikut adalah beberapa sumber informasi yang digunakan oleh siswa:

1) Keluarga

Istilah keluarga digunakan secara luas untuk merujuk pada semua individu yang terhubung satu sama lain melalui darah atau keturunan. Keluarga didefinisikan hanya sebagai orang tua dan anak-anak. Berbagai masalah akan timbul jika kejadian *menarche* tidak disertai dengan informasi yang akurat, seperti mual, pusing, dan haid tidak teratur (Suryani dan Widyasih, 2008).

2) Kelompok Teman Sebaya

Teman sebaya memiliki pengaruh yang signifikan dalam perkembangan kepribadian remaja (siswa) sebagai lingkungan sosial. Terutama mengingat perubahan baru-baru ini dalam struktur sosial masyarakat, pekerjaan ini menjadi semakin penting. Pengaruh teman sebaya remaja sebenarnya dipengaruhi oleh lingkungan rumah tangga remaja itu sendiri. Sederhananya, remaja yang memiliki ikatan positif dengan orang tuanya lebih mampu menahan pengaruh teman sebayanya. Remaja lebih mungkin untuk dapat menahan efek negatif dari tekanan teman sebaya jika ikatan orang tua-anak kuat. Kesan siswa tentang *menarche* dapat dipengaruhi oleh informasi yang mereka dengar dari teman sebayanya jika informasi ini tidak akurat, siswa mungkin tidak siap menghadapi perubahan emosi dan perilaku yang menyertai *menarche* dan bahkan mungkin merasa malu pada diri sendiri. Pusing, mual, dan ketidakteraturan menstruasi adalah contoh gangguan.

3) Lingkungan sekolah

Untuk membantu peserta didik mencapai potensinya secara utuh dalam aspek moral, spiritual, intelektual, emosional, dan sosial, sekolah merupakan lembaga pendidikan formal yang secara sistematis menyelenggarakan program bimbingan, pengajaran, dan pelatihan. Guru di sekolah sebaiknya mengajarkan anak tentang *menarche* dan aspek kesehatan reproduksi lainnya jauh sebelum mereka memulai menstruasi. Hal ini terkait dengan fungsi sekolah sebagai komunikator dan pendidik. Karena pengetahuan tentang *menarche* sangat penting untuk mempersiapkan siswa menghadapi *menarche* (Anggraini, 2008).

c. IMT/Berat Badan

Menarche akan terjadi kemudian pada pasien dengan kelainan nutrisi (seperti malnutrisi, defisiensi vitamin dan avitaminosis, anemia, dll). (Soetjiningsih, 2007). Masalah *menarche* dan pertumbuhan fisik secara signifikan dipengaruhi oleh malnutrisi remaja (Budiarto, 2003 dalam Reni Andayani, 2015). Masalah gizi menjadi penting karena tidak hanya meningkatkan kemungkinan terkena penyakit tertentu tetapi juga berdampak pada produktivitas di tempat kerja. Akibatnya, pengawasan terus-menerus dari skenario ini diperlukan. Mempertahankan berat badan yang sehat atau optimal adalah salah satu strateginya.

Rumus perhitungan IMT:

$$IMT = \frac{\text{Berat badan (kg)}}{\text{Tinggi badan (m)} \times \text{Tinggi badan (m)}}$$

Batas keseimbangan BMI ditetapkan dengan menggunakan pedoman FAO/WHO, yang memiliki ambang batas untuk pria dan wanita.

Untuk alasan pemantauan dan tingkat kekurangan energi atau obesitas, ambang biasa untuk pria adalah 20,1–25, dan untuk wanita adalah 18,7–23,8. Gadis remaja berusia 13 tahun pada umumnya memiliki tinggi 142,5 cm dan berat antara 34 dan 60 kg. Indeks BB/TB digunakan untuk mengukur status gizi pada remaja menggunakan IMT karena merupakan indikator yang dapat diandalkan untuk status gizi saat ini. Pubertas akan mengakibatkan peningkatan indeks massa tubuh (IMT). Terdapat hubungan yang signifikan antara IMT dengan pubertas, artinya anak dengan rata-rata skor IMT lebih tinggi mencapai pubertas lebih awal (Soetjiningsih, 2004 dalam Reni Andayani, 2015).

4. Tanda & Perubahan Fisik yang terjadi pada saat *Menarche*

Suhu tubuh naik (seperti demam), sakit pinggang, pusing, payudara bengkak, kondisi kulit, rasa lapar yang meningkat, dan pertumbuhan rambut kemaluan dan ketiak.

Saat kelebihan lemak disimpan, tubuh mengambil bentuk yang lebih mirip buah pir, payudara membengkak, puting menonjol, panggul membesar, tumbuh rambut di bawah payudara dan di sekitar kemaluan, dan segelintir lagi menutupi anggota badan, keluarnya cairan dari vagina menjadi lebih terlihat, dan menstruasi atau awal haid terjadi.

D. Konsep Kesiapan

1. Definisi Kesiapan

Kata siap dengan awalan ke- dan akhiran -an merupakan sumber dari istilah kesiapan. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (2003), kesiapan yaitu kondisi bersiap-siap untuk mempersiapkan sesuatu. Kamus psikologis

mendefinisikan kesiapan sebagai keadaan kedewasaan di mana seseorang bersedia menerima dan terlibat dalam aktivitas tertentu. Kesiapan adalah kapasitas untuk bertindak atau merespon. Kapasitas untuk merespon atau bertindak disebut sebagai kesiapan (Jamies Drever dan Slameto, 2003 dalam Reza Fajar Sari, 2022). Seluruh keadaan kesiapan seseorang menentukan bagaimana dia siap untuk bereaksi terhadap suatu skenario.

Beberapa teori yang disebutkan di atas berpendapat bahwa ketika seorang gadis mencapai usia sepuluh hingga enam belas tahun, dia akan mengalami menstruasi pertama (*menarche*), yang terjadi secara berkala dan dalam siklus. (berulang-ulang). Untuk dapat menerima dan mengalami haid pertama (*menarche*) secara teratur, hal ini ditandai dengan pemahaman yang menyeluruh tentang siklus haid (Siregar, 2018).

Keadaan siap *menarche*, atau datangnya haid pertama sebagai proses alamiah, menandakan bahwa seseorang telah mencapai kematangan fisik. Memahami, menghargai, dan rela adalah beberapa ciri dari menstruasi pertama (*menarche*) (Hidayah dan Palila, 2018).

2. Prinsip-Prinsip Kesiapan

Prinsip-prinsip kesiapan, Slameto (2010) yaitu :

- a. Semua faktor yang berhubungan dengan perkembangan berinteraksi (saling memengaruhi).
- b. Untuk mendapatkan pengalaman, seseorang harus matang secara jasmani dan rohani.
- c. Dampak pengalaman terhadap kesiapan adalah menguntungkan.

- d. Selama waktu tertentu dari fase pembentukan dan periode pengembangan, kesiapan fundamental untuk tindakan tertentu terbentuk.

3. Macam-Macam Kesiapan

Berikut macam-macam kesiapan (Kuswahyuni, 2009):

- a. Kesiapan Mental

Kepribadian seseorang secara keseluruhan, bukan hanya jiwanya, harus dalam keadaan siap mental. Kesiapsiagaan mental adalah keadaan yang berkembang selama hidup seseorang dan didukung oleh pengalaman yang dimiliki orang tersebut setiap hari.

- b. Kesiapan Diri

Anak-anak dengan akal sehat mengembangkan kesiapan diri ketika mereka mengerahkan kekuatan batin dan keberanian fisik untuk menghadapi setiap tantangan yang menghadang mereka.

- c. Kesiapan Belajar

Dengan berbagai aktivitas, seperti membaca, mengamati, mendengarkan, dan meniru, seseorang dapat mengubah perilaku atau penampilan seseorang dan menunjukkan kesiapannya untuk belajar.

- d. Kesiapan Kecerdasan

Kesiapsiagaan intelijen adalah kapasitas untuk mengambil tindakan dan dapat berkembang dari berbagai atribut. Siswa dengan kecerdasan, otak, dan pikiran yang tajam lebih terlibat daripada mereka yang tidak. Hal ini meningkatkan kemampuan siswa untuk menyesuaikan diri dengan lingkungannya; semakin cepat mereka melakukannya, semakin cepat mereka dapat mengendalikan keadaan.

4. Aspek-Aspek Kesiapan Menghadapi *Menarche*

Tiga kategori yang membentuk aspek kesiapan (Yusuf, 2002 dalam Koyyimatus Solehah, 2018):

a. Aspek pemahaman

Memahami apa yang sedang terjadi adalah penting karena menunjukkan bahwa orang tersebut siap untuk menghadapi setiap perubahan yang mungkin timbul. Memahami timbulnya *menarche* membutuhkan pengetahuan tentang faktor-faktor seperti usia, perubahan fisik, dan gejala (Sulistioningsih, 2014).

b. Aspek penghayatan

Kondisi psikologis bahwa orang secara alami siap untuk segala sesuatu yang terjadi pada mereka dan tidak perlu khawatir ditunjukkan oleh komponen sifat manusia yang menghargai. Hal ini dimungkinkan untuk memahami emosi seseorang saat menghadapi *menarche* (Sulistioningsih, 2014).

c. Aspek kesediaan

Masyarakat harus mau memperoleh pengetahuan tentang *menarche* yang dapat dipahaminya agar mampu menghadapinya, serta menerima perubahan-perubahan yang terjadi selama menstruasi (Sulistioningsih, 2014).

E. Konsep Remaja

1. Definisi Remaja

Adolescent, yang dapat diartikan sebagai remaja, berarti tumbuh menjadi dewasa dalam bahasa Latin. Peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa, sering disebut dengan pubertas atau remaja. Selama pubertas, perkembangan fisik, psikologis, dan seksual anak semuanya bertemu. Sekitar usia 8 hingga 10 tahun, kita memasuki masa pubertas, yang biasanya berlangsung hingga kita berusia 15 sampai 16 tahun. Ini adalah momen perkembangan dan perluasan yang pesat. Awal menstruasi (*menarche*), bersamaan dengan perubahan fisik lainnya seperti pinggul yang lebih lebar, payudara yang lebih penuh, dan puting yang lebih menonjol, menandakan bahwa organ reproduksi wanita muda sudah berkembang sempurna. Otot tumbuh lebih besar dan kuat, terutama pada pertengahan dan menjelang akhir pubertas, memberi bentuk pada bahu, lengan, dan kaki, kelenjar susu berkembang, payudara tumbuh lebih besar dan bulat, kulit menjadi lebih kasar, lebih tebal, sedikit lebih pucat, bukaan pori-pori membesar, kelenjar lemak dan kelenjar keringat menjadi lebih aktif, serta suara menjadi lebih berisik dan merdu (Ali Imron 2012).

2. Tingkatan Remaja

a. Pra Remaja (11 - 14 Tahun)

Hanya sekitar satu tahun berlalu antara saat seorang anak berusia 12 tahun dan saat dia menjadi remaja. Karena tingkah lakunya cenderung negatif, fase ini terkadang disebut sebagai fase negatif. Waktu yang menantang bagi orang tua dan anak-anak untuk berkomunikasi.

Pergeseran hormonal dan perubahan tubuh lainnya dapat menyebabkan perubahan tak terduga dalam temperamen seseorang, juga mengganggu perkembangan proses tubuh. Remaja menunjukkan lebih banyak refleksi diri, yang berkembang dan tumbuh sebagai respons terhadap apa yang orang lain pikirkan tentang mereka. Mirip dengan bertanya: Apa pendapat orang tentang saya? Mereka menatapku, kenapa? Apa warna rambut saya nantinya? Apakah saya termasuk anak muda yang keren? ditambah yang lain.

b. Remaja Awal (15 - 17 Tahun)

Perubahan terjadi dengan cepat dan mencapai klimaknya selama fase ini. Usia ini ditandai dengan berbagai ketidakseimbangan dan ketidakstabilan emosi. Dia mencari identifikasi diri karena situasinya tidak pasti saat ini. Pola interaksi sosial mulai bergeser. Remaja sering kali merasa memiliki hak untuk membuat keputusan sendiri, sama seperti orang dewasa muda. Pada titik perkembangan ini, sangat penting untuk menyerang diri sendiri dan membangun identitasnya sendiri, berpikir menjadi lebih rasional, abstrak, dan idealis, dan waktu yang dihabiskan jauh dari keluarga tumbuh.

c. Remaja Akhir (17 - 21 Tahun)

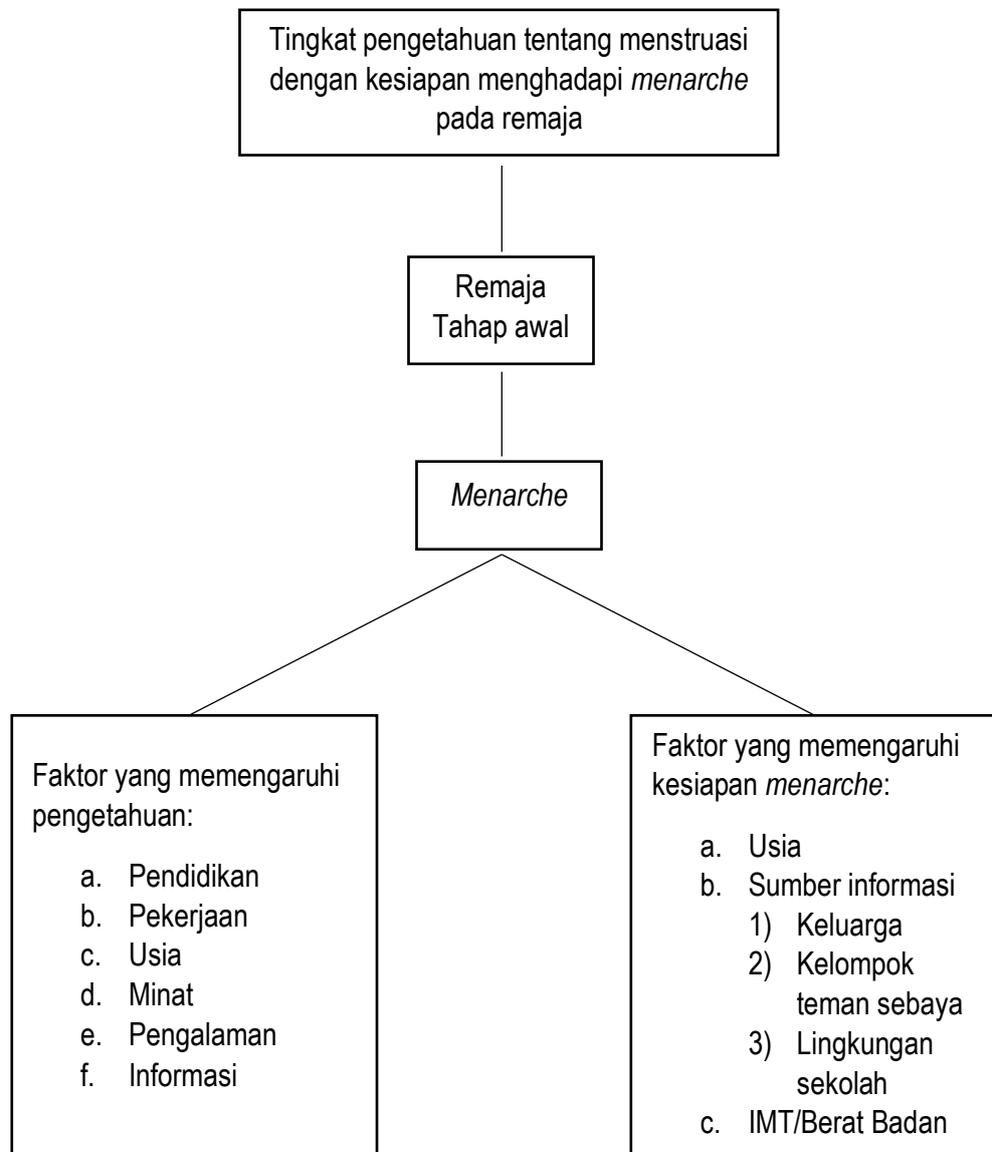
Ia ingin menjadi pusat perhatian pada tahap ini dan menonjol, yang merupakan ciri khas remaja awal. Ia idealis, mempunyai cita-cita tinggi, bersemangat dan mempunyai energi yang besar. Ia berusaha memantapkan identitas diri, dan ingin mencapai ketidaktergantungan emosional (Diananda, 2019 dalam Dora Meizela, 2020).

F. Hasil Riset Terkait

Tabel 2.1 Hasil Penelitian Terkait

No	Nama Peneliti	Judul Penelitian	Hasil Penelitian
1.	Nur Gilang Fitriana, Tri Suraning Wulandari, Parmilah (2019)	Pengetahuan Tentang Menarche Dengan Sikap Remaja Dalam Menghadapi Menarche	Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara pengetahuan tentang <i>menarche</i> dengan sikap remaja dalam menghadapi <i>menarche</i> .
2.	Gatot Supriyanto, Ruri Maisepitya Sari, Indriarny Rosyladita (2022)	Hubungan Pengetahuan Dengan Kesiapan Dalam Menghadapi Menarche Pada Siswi Kelas V di SD Negeri 82 Kota Bengkulu	Hasil penelitian ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan kesiapan dalam menghadapi menarche pada siswi kelas V di SD Negeri 82 kota Bengkulu.
3.	Merlis Simon, Wahyuni Maria Prasetyo Hutomo (2021)	Hubungan Pengetahuan dan Sikap dengan Kesiapan Siswi dalam Menghadapi Menarche di SD Islam Guppi Kota Sorong	Hasil penelitian terdapat hubungan antara pengetahuan dan sikap dengan kesiapan siswi menghadapi <i>menarche</i> di SD Islam Guppi Kota Sorong.

G. Kerangka Teori



Gambar 2.1 Kerangka Teori Penelitian

Sumber:(Modifikasi Sholeha 2016 dalam Reza Fajar Sari, 2022)

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

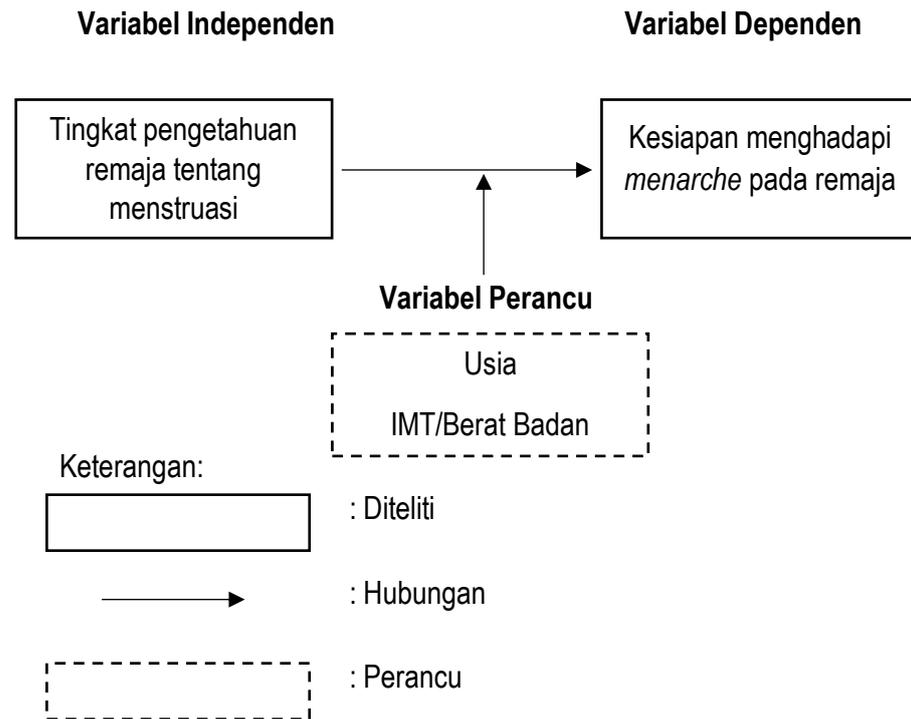
Dua variabel atau lebih yang berkorelasi dalam penelitian ini menggunakan desain korelasional, yaitu metode penelitian kuantitatif (Nursalam, 2013). Penelitian ini menggunakan pendekatan *cross sectional*. Menggunakan desain *cross sectional*, semua variabel dependen dan independen penelitian dikumpulkan sekaligus untuk dianalisis (Nursalam, 2013).

Peneliti menganalisis hubungan tingkat pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan menghadapi *menarche* pada remaja di SMPN 8 Palangka Raya. Variabel tingkat pengetahuan tentang menstruasi dan kesiapan menghadapi *menarche* diukur pada satu kali pengambilan data secara bersamaan.

B. Kerangka Konsep

Variabel adalah segala sesuatu yang nilainya dapat bervariasi. Variabel penelitian adalah kualitas, sifat, atau nilai seseorang, benda, atau kegiatan yang telah ditentukan oleh peneliti dan akan digunakan untuk mempelajari dan mengambil kesimpulan darinya (Sugiyono, 2012).

Ada dua jenis variabel yang digunakan dalam penelitian yaitu variabel dependen dan variabel independen. Variabel dependen yaitu variabel yang tergantung pada variabel lainnya, sedangkan variabel independen variabel yang tidak bergantung dengan variabel lainnya. Berdasarkan penjelasan yang telah diberikan di atas, berikut ini diuraikan kerangka konseptual penelitian ini:



Gambar 3.1 Kerangka Konsep Penelitian

C. Hipotesis Penelitian

Sugiyono (2017) berpendapat bahwa hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian, dimana rumusan masalah penelitian telah dinyatakan dalam bentuk kalimat pertanyaan, dikatakan sementara karena jawaban yang diberikan hanya didasarkan pada teori relevan, belum didasarkan pada fakta-fakta empiris yang diperoleh melalui pengumpulan data. Adapun langkah-langkah dalam menguji hipotesis ini dimulai dengan menetapkan hipotesis nol (H_0) dan hipotesis alternative (H_a), pemilihan tes statistik dan perhitungannya, menetapkan tingkat signifikansi, dan penetapan kriteria pengujian .

H_a : Ada hubungan tingkat pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan menghadapi *menarche* pada remaja di SMPN 8 Palangka Raya

H_0 : Tidak ada hubungan tingkat pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan menghadapi *menarche* pada remaja di SMPN 8 Palangka Raya.

D. Definisi Operasional

Variabel penelitian dijelaskan oleh Sugiyono (2015) sebagai atribut, sifat, atau nilai suatu objek atau kegiatan yang dipilih oleh peneliti untuk diteliti guna menarik kesimpulan. Variabel penelitian perlu didefinisikan agar kesalahan dapat dihindari selama pengumpulan data. Definisi operasional penelitian untuk variabel adalah sebagai berikut:

Tabel 3.1 Definisi Operasional

Variabel	Definisi operasional	Cara ukur	Hasil ukur	Skala
Usia	Usia adalah umur individu yang terhitung mulai saat dilahirkan sampai saat berulang tahun	Responden mengisi kuesioner	<11 tahun 12-13 tahun >14 tahun	Ordinal
Indeks Massa Tubuh/Berat Badan	Indeks Massa Tubuh didefinisikan sebagai berat badan seseorang dalam kilogram dibagi tinggi badan dalam meter (kg/m ²)	Responden mengisi kuesioner	<i>Underweight</i> (<17) BB (<34 kg) Normal (17.00-22.99) BB (35-47 kg) <i>Overweight</i> (23.00-26.99) BB (48-55 kg)	Ordinal
Tingkat Pengetahuan tentang Menstruasi	Pengetahuan tentang Menstruasi adalah segala sesuatu yang diketahui oleh remaja tentang Menstruasi 1. Pengertian menstruasi 2. Perubahan yang terjadi	Responden mengisi kuesioner	Menggunakan kuesioner yang terdiri dari 24 pertanyaan dengan kategori jawaban. - Benar dan salah (Arikunto, 2006) : Kriteria hasil : a. Baik : apabila presentase	Ordinal

	saat menstruasi				jawaban benar 76%-100%
	3. Perawatan saat menstruasi				b. Sedang : apabila presentase jawaban benar 56%-75%
	4. <i>Menarche</i> sebagai bagian dari menstruasi				c. Buruk : apabila presentase jawaban benar 0%-55%
Kesiapan menghadapi <i>Menarche</i>	Kesiapan atau respon terhadap stimulus sosial yang telah terkondisikan, dalam menghadapi <i>menarche</i> atau permulaan fungsi menstruasi	Responden mengisi kuesioner	Menggunakan kuesioner yang terdiri dari 22 pertanyaan dengan kategori jawaban. - Benar dan tidak benar - Iya dan tidak	Ordinal	(Arikunto, 2006) : Kriteria hasil : 1. Siap : apabila presentase jawaban siap 61-100% 2. Tidak Siap : apabila presentase jawaban tidak siap 0%-60%

E. Lokasi dan Waktu Penelitian

1. Lokasi Penelitian

Untuk siswa kelas VII, penelitian ini dilakukan di SMPN 8 Palangka Raya. Karena letak lokasi penelitian yang strategis, yang memudahkan peneliti untuk melakukan penelitian dan studi pendahuluan di sana, maka menjadi preferensi peneliti untuk melakukan penelitian di sana.

2. Waktu Penelitian

Waktu penelitian ini digunakan peneliti untuk mendapatkan data penelitian pada 10 November 2022 dan penelitian dilaksanakan pada 6 Maret 2023.

F. Populasi dan Sampel (Jumlah dan Teknik Sampling)

1. Populasi

Populasi adalah kategori luas yang terdiri dari item atau subjek dengan atribut dan karakteristik tertentu yang digunakan peneliti untuk meneliti, dari mana kemudian dibuat kesimpulan (Sugiyono, 2012). Populasi penelitian ini adalah 42 siswa dari 11 kelas di kelas VII SMPN 8 Palangka Raya yang belum *menarche* atau menstruasi.

2. Sampel

Sampel mewakili representasi dari ukuran dan susunan populasi. Jika populasi sangat besar dan peneliti tidak dapat menyelidiki seluruh populasi karena, misalnya, kekurangan sumber daya, orang, atau waktu, peneliti dapat menggunakan sampel dari populasi tersebut (Sugiyono, 2012).

3. Teknik Pengambilan Sampel

Pada penelitian ini pengambilan sampel dilakukan dengan cara *total sampling* (Sugiyono, 2012). *Total sampling* yang berarti semua siswi kelas VII di SMPN 8 Palangka Raya yang belum mengalami *menarche*/menstruasi yang berjumlah 42 siswi. Adapun pertimbangannya dilakukan dengan cara memilih kriteria inklusi yang sudah peneliti tentukan.

a. Kriteria Inklusi :

- 1) Siswi kelas VII dari 11 kelas di SMPN 8 Palangka Raya
- 2) Siswi bersedia jadi responden
- 3) Siswi belum mengalami *menarche*/menstruasi
- 4) Siswi yang hadir saat penelitian

b. Kriteria Eksklusi

- 1) Siswi yang tidak hadir pada saat penelitian
- 2) Siswi yang ada kegiatan lain
- 3) Siswi yang sedang sakit

G. Instrumen Penelitian

Kuesioner digunakan untuk mendapatkan data primer untuk penelitian. Untuk mengumpulkan informasi, kuesioner meminta responden untuk mengisi serangkaian pertanyaan yang ekstensif atau menulis jawaban yang panjang. Jika akan ada banyak orang yang menjawab dari area yang luas, kuesioner dapat digunakan (Sugiyono, 2010).

Peneliti menggunakan kuesioner sebagai alat penelitian utama mereka. Dua komponen alat penelitian berupa kuesioner adalah kesiapan remaja untuk *menarche* dan tingkat pengetahuan tentang menstruasi. Kuesioner penelitian yang

digunakan yaitu dari penelitian yang diambil dan dimodifikasi dari penelitian sebelumnya, untuk kuesioner tingkat pengetahuan tentang menstruasi menggunakan kuesioner milik (Agnes Dwiana Widi Astuti, 2010) dan untuk kuesioner kesiapan menghadapi *menarche* menggunakan kuesioner milik (Koyyimatus Solehah, 2018), tiap pertanyaan disusun terstruktur.

Kuesioner 24 pernyataan untuk tingkat pengetahuan tentang menstruasi kunci jawabannya sebagai berikut:

Tabel 3.2 Kisi-Kisi Pertanyaan Kuesioner Tingkat Pengetahuan Menstruasi

No	Pertanyaan	No. Soal		Jumlah Soal
		<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>	
1	Terjadinya menstruasi	1,2,3,4	5,6,17,18, 23,24	10
2	Perubahan yang terjadi saat menstruasi	7,8,9,20, 21	22	6
3	Perawatan saat menstruasi	10,12,13	11,19	5
4	Menarche sebagai bagian dari menstruasi	14,16	15	3
	Total	14	10	24

Kuesioner 22 pernyataan untuk kuesioner kesiapan menghadapi *menarche* kunci jawabannya sebagai berikut:

Tabel 3.3 Kisi-Kisi Pertanyaan Kuesioner Kesiapan Menghadapi *Menarche*

No	Pertanyaan	No. Soal		Jumlah Soal
		<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>	
1	Pemahaman	1,2,5,6,8	3,4,7,14	9
2	Penghayatan	9,10,11,13,18	12,15,16,17	9
3	Kesediaan	19,20	21,22	4
	Total	12	10	22

Cara skoring yang akan dilakukan oleh peneliti meliputi, jika dari 24 pernyataan untuk tingkat pengetahuan tentang menstruasi yaitu baik 76%-100%, sedang 56%-75%, buruk 0%-55% sedangkan dari 22 pernyataan untuk kuesioner kesiapan menghadapi *menarche* yaitu siap=61%-100%, tidak siap 0%-60%. Rumus untuk menilai hasil jawaban dari responden yang menjawab kuesioner untuk tingkat pengetahuan tentang menstruasi dan kuesioner untuk kesiapan menghadapi *menarche* berikut ini:

Rumus menilai hasil jawaban responden

$$\frac{\text{Jumlah benar/iya}}{\text{Jumlah soal}} \div =$$

$$\frac{\text{Hasil dari jumlah soal yang benar/iya}}{100} \times =$$

1. Uji Validitas

Pengukuran dan observasi didasarkan pada prinsip validitas, yang juga mensyaratkan instrumen harus dapat diandalkan saat mengumpulkan data. Apa yang harus diukur harus dapat diukur oleh instrumennya (Nursalam, 2013).

Berdasarkan uji validitas yang dilakukan, diperoleh 24 pernyataan untuk tingkat pengetahuan, sedangkan untuk kesiapan menghadapi *menarche* diperoleh 22 pernyataan (Agnes Dwiana Widi Astuti, 2010 dan Koyyimatus Solehah, 2018).

2. Uji Realibilitas

Ketika fakta atau kenyataan hidup diukur atau diamati secara berulang-ulang pada berbagai waktu, reliabilitas adalah kesamaan hasil pengukuran atau pengamatan. Pada saat yang sama, instrumen dan metode untuk mengukur atau mengamati memainkan peran penting (Nursalam, 2013).

Uji realibilitas diperoleh nilai $r = 0,856$ untuk pernyataan tingkat pengetahuan dan nilai $r = 0,936$ untuk pernyataan kesiapan menghadapi *menarche* sehingga alat memenuhi asumsi yang baik digunakan sebagai alat instrumen (Agnes Dwiana Widi Astuti, 2010 dan Koyyimatius Solehah, 2018).

H. Tahapan Pengumpulan Data

1. Jenis data

a. Data primer

Dalam melakukan pengumpulan data, peneliti mengandalkan data primer, atau informasi yang diperoleh langsung dari sumbernya oleh peneliti. Sumber data seperti wawancara, survei individu atau kelompok, dan pengamatan langsung terhadap suatu item, peristiwa, atau hasil tes adalah contoh dari jenis penelitian ini. Artinya, peneliti harus menggunakan metode seperti survei dan analisis mendalam terhadap objek dunia nyata (teknik observasi) (Sugiyono, 2017). Dalam penelitian ini dikumpulkan data demografi berupa usia dan berat badan/IMT, serta pertanyaan tentang pemahaman remaja tentang menstruasi dan kesiapan *menarche* sebagai data utama.

b. Data sekunder

Data sekunder yang didapat dari SMPN 8 Palangka Raya yaitu jumlah seluruh remaja siswi perempuan kelas VII.

2. Teknik Pengumpulan data

- 1) Peneliti membuat surat untuk pengambilan data pendahuluan dibagian admin Sarjana Terapan Keperawatan.
- 2) Setelah surat sudah keluar peneliti mengirim surat izin data pendahuluan ke pihak Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu dan Dinas Pendidikan untuk diserahkan ke lokasi tujuan penelitian dalam hal ini penulis menuju ke SMPN 8 Palangka Raya.
- 3) Melakukan kepengurusan surat izin kelayakan etika penelitian (*Ethical Clearance*) di Komisi Etik Penelitian Poltekkes Kemenkes Palangka Raya.
- 4) Memohon izin untuk melakukan penelitian ke Badan Penelitian dan Pengembangan Kota Palangka Raya.
- 5) Mengajukan permohonan izin melakukan penelitian disertai surat dari Dinas Pendidikan Kalteng dan Poltekkes Kemenkes Palangka Raya kepada Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu dan Kepala Sekolah SMPN 8 Palangka Raya.
- 6) Setelah mendapat izin di SMPN 8 Palangka raya dengan dibantu fasilitator dari pihak sekolah serta dibantu melalui ketua/wakil kelas dari masing-masing kelas untuk mengkoordinasikan saat dilaksanakannya penelitian, peneliti lalu mengidentifikasi siswi yang sesuai dengan kriteria inklusi yang sudah ditentukan peneliti serta menggunakan teknik penentuan besar

sampel/responden dan didapatkan jumlah 42 responden dari 11 kelas dengan *total sampling*.

- 7) Setelah memperkenalkan diri, peneliti selanjutnya menjelaskan tujuan penelitian dan metode serta cara mengisi kuesioner yang dibagikan kepada seluruh siswi yang menjadi sampel dan responden penelitian.
- 8) Melakukan informed consent dan solicit consent dari anggota sampel terpilih untuk berpartisipasi sebagai responden.
- 9) Bagikan semua kuesioner (untuk semua variabel) secara bersamaan.
- 10) Setelah responden mengisi kuesioner, dilakukan review terhadap pekerjaan responden untuk memastikan bahwa kuesioner telah diisi seluruhnya.
- 11) Pemrosesan data dilakukan setelah pengumpulan data.

I. Analisis Data

Untuk menghasilkan penyajian data yang berkualitas tinggi, pengolahan data merupakan tahapan kritis dalam perolehan data mentah penelitian. Berikut beberapa proses dalam proses pengolahan data untuk penelitian (Notoatmodjo, 2018):

1. *Editing* (Penyuntingan Data)

Pengeditan harus dilakukan terlebih dahulu untuk data observasi yang terkumpul atau diambil menggunakan lembar observasi. Editing secara umum adalah proses meninjau dan merevisi isi formulir atau lembar observasi untuk menentukan apakah sudah akurat dan lengkap dalam arti semua proses sudah selesai (Notoatmodjo, 2018).

2. Coding

Setelah dilakukan penyuntingan atau penyuntingan seluruh lembar observasi, data tersebut dikodekan, atau dikonversi dari informasi tekstual atau abjad menjadi informasi numerik (Notoatmodjo, 2018). Saat memasukkan data, pengkodean atau pemberian kode ini sangat membantu (entri data). pengelompokan data dan pemberian kode atau angka terhadap tindakan yang dilakukan untuk mempermudah pemasukan data dan analisis data.

a. Karakteristik/Data Demografi

1) Usia

- a) <11 tahun = 0
- b) 12-13 tahun = 1
- c) >14 tahun = 2

2) IMT/berat badan

- a) *Underweight* (<17) BB (<34 kg) = 0
- b) Normal (17.00-22.99) BB (35-47 kg) = 1
- c) *Overweight* (23.00-26.99) BB (48-55 kg) = 2

b. Tingkat pengetahuan menstruasi

- 1) Baik 76%-100% = 0
- 2) Sedang 56%-75% = 1
- 3) Buruk 0%-55% = 2

c. Kesiapan menghadapi *menarche*

- 1) Siap 61-100% = 0
- 2) Tidak Siap 0%-60% = 1

3. Memasukkan Data (*Data Entry*) atau *Processing Data*

Secara khusus, setiap tindakan responden diwakili oleh kode (serangkaian angka atau huruf) yang dimasukkan ke perangkat lunak komputer. Ada banyak jenis perangkat lunak komputer, dan masing-masing memiliki kelebihan dan kekurangan (Notoatmodjo, 2018).

4. Pembersihan Data (*Cleaning*)

Jika terjadi kesalahan pemasukan data, maka dilakukan proses pengecekan ulang terhadap data yang telah dimasukkan, khususnya dengan memeriksa distribusi frekuensi dari variabel yang diteliti (Notoatmodjo, 2018).

5. *Tabulating*

Membuat tabel data berdasarkan tujuan penelitian atau apa yang peneliti butuhkan, atau tabulasi. Untuk mengkarakterisasi, menghubungkan, dan memahami data penelitian, dilakukan analisis data (Notoatmodjo, 2018).

Biasanya dilakukan secara bertahap, analisis data melibatkan:

a. Analisis Univariat

Analisis univariat dalam pada penelitian ini meliputi variabel yaitu usia, berat badan/IMT, tingkat pengetahuan tentang menstruasi, dan kesiapan menghadapi *menarche*.

b. Analisis Bivariat

Pada penelitian ini akan digunakan analisis bivariat untuk melihat hubungan tingkat pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan menghadapi *menarche* pada remaja di SMPN 8 Palangka Raya. Uji *chi-square* digunakan untuk menganalisis data penelitian untuk mengetahui hubungan antara variabel independen dan variabel dependen. Pada tingkat

signifikansi 5%, kita dapat mengatakan bahwa variabel independen dan dependen berhubungan satu sama lain.

J. Etika Penelitian

Manusia digunakan sebagai subjek penelitian, oleh karena itu dilarang jika melanggar prinsip etika. Sugiyono (2017) memberikan pedoman penerapan etika dalam penelitian sebagai berikut:

1. Sukarela

Agar responden potensial dan sampel penelitian menghormati keputusan mereka, tidak ada unsur paksaan atau tekanan yang digunakan untuk mereka selama melakukan penelitian sukarela.

2. *Informed Consent*

Berikan gambaran singkat tentang maksud dan tujuan penelitian sebelum memulai penelitian yang sebenarnya. Responden kemudian akan diberikan formulir persetujuan untuk ditandatangani jika mereka setuju.

3. *Confidentially* (kerahasiaan)

Peneliti memastikan kerahasiaan informasi yang dia kumpulkan dari responden. Mengenai situasi unik, seperti forum ilmiah atau pembuatan informasi baru, data yang diperoleh akan diungkapkan tanpa mengungkapkan identitas sebenarnya dari subjek penelitian.

4. Uji Etik Penelitian

Peneliti akan melakukan uji etik penelitian pada komisi etik di Poltekkes Kemenkes Palangka Raya untuk menjamin bahwa penelitian yang akan dilakukan tidak membahayakan responden.

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di SMPN 8 Palangka Raya yang berlokasi di jalan Temanggung Tilung No. 58, Menteng, Kecamatan Jekan Raya, Kota Palangka Raya, Kalimantan Tengah 73112. Penelitian ini dilaksanakan pada 6 Maret 2023. Subjek penelitian ini adalah siswi kelas VII SMPN 8 Palangka Raya, dari populasi yang berjumlah 1,052 siswa dan siswi, dengan rincian laki-laki 538 orang dan perempuan 514. Jumlah responden yang diambil dalam penelitian ini adalah 42 orang sebagai responden merupakan siswi kelas VII.

2. Analisis Univariat

Pada penelitian ini hasil analisis univariat menggambarkan karakteristik responden yang terdiri dari usia, berat badan/IMT, tingkat pengetahuan tentang menstruasi, dan kesiapan menghadapi *menarche*. Berikut hasil analisis univariat:

Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Usia, Berat Badan/IMT, Pengetahuan, Kesiapan (6 Maret 2023)

Variabel	Frekuensi	Persentase
Usia	<11 tahun	1 2,4 %
	12-13 tahun	39 92,9 %
	>14 tahun	2 4,8 %
Berat Badan/IMT	<i>Underweight</i> (<17) BB (<34 kg)	3 7,1 %
	Normal (17.00-22.99) BB (35-47 kg)	32 76,2 %
	<i>Overweight</i> (23.00-26.99) BB (48-55 kg)	7 16,7 %
	Pengetahuan	Baik
	Sedang	15 35,7 %
	Buruk	13 31,0 %
Kesiapan	Siap	13 31,0 %
	Tidak Siap	29 69,0 %
Jumlah	Responden	42 100,0 %

Sumber: Data Primer 2023

Berdasarkan tabel 4.1 menunjukkan hasil karakteristik usia didapatkan responden sebagian besar berusia 12-13 tahun sebanyak 39 orang dengan persentase 92,9%, berusia >14 tahun sebanyak 2 orang dengan persentase 4,8%, dan berusia <11 tahun sebanyak 1 orang dengan persentase 2,4%. Kemudian untuk karakteristik berat badan/IMT hasil didapatkan responden sebagian besar memiliki berat badan/IMT normal (17.00-22.99) BB (35-47 kg) sebanyak 32 orang dengan persentase 76,2%, berat badan/IMT *overweight* (23.00-26.99) BB (48-55 kg) sebanyak 7 orang dengan persentase 16,7%, dan berat badan/IMT *underweight* (<17) BB (<34 kg) sebanyak 3 orang dengan persentase 7,1%. Kemudian untuk karakteristik

pengetahuan hasil didapatkan responden sebagian besar tingkat pengetahuan tentang menstruasi sedang sebanyak 15 orang dengan persentase 35,7%, baik sebanyak 14 orang dengan persentase 33,3%, dan buruk sebanyak 13 orang dengan persentase 31,0%. Kemudian untuk karakteristik kesiapan hasil didapatkan responden sebagian besar kesiapan menghadapi *menarche* tidak siap sebanyak 29 orang dengan persentase 69,0 %, sedangkan siap sebanyak 13 orang dengan persentase 31,0%.

3. Analisis Bivariat

Pada penelitian ini hasil analisis bivariat menggambarkan hubungan tingkat pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan menghadapi *menarche*. Berikut hasil analisis bivariat:

Tabel 4.2 Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Menstruasi Dengan Kesiapan Menghadapi *Menarche* (6 Maret 2023)

Tingkat Pengetahuan	Kesiapan		Total	P-Value
	Siap	Tidak Siap		
Baik	9 21,4%	5 11,9%	14 33,3%	0,004
Sedang	2 4,8%	13 31,0%	15 35,7%	
Buruk	2 4,8%	11 26,2%	13 31,0%	
Total	13 31,0%	29 69,0%	42 100,0%	

Sumber: Data Primer 2023

Berdasarkan tabel 4.2 berdasarkan hasil uji dalam penelitian ini, didapatkan bahwa responden dengan tingkat pengetahuan baik dengan kesiapan menghadapi *menarche* kategori siap berjumlah 9 responden (21,4%) dan kesiapan menghadapi *menarche* kategori tidak siap berjumlah 5 (11,9%). Responden dengan tingkat pengetahuan sedang dengan

kesiapan menghadapi *menarche* kategori siap berjumlah 2 responden (4,8%) dan kesiapan menghadapi *menarche* kategori tidak siap berjumlah 13 (31,0%). Responden dengan tingkat pengetahuan buruk dengan kesiapan menghadapi *menarche* kategori siap berjumlah 2 responden (4,8%) dan kesiapan menghadapi *menarche* kategori tidak siap berjumlah 11 (26,2%).

Berdasarkan data tersebut dianalisis menggunakan uji *chi square*, diketahui bahwa nilai *p-value* sebesar 0,004 dan lebih kecil dibandingkan dengan nilai α 0,005. Maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis nol (H_0) ditolak dan hipotesis *alternative* (H_a) diterima yang artinya bahwa ada hubungan antara tingkat pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan menghadapi *menarche* pada remaja di SMPN 8 Palangka Raya.

B. Pembahasan

1. Usia

Hasil penelitian yang didapatkan sebagian besar berusia 12-13 tahun sebanyak 39 orang (92,9%), berusia >14 tahun sebanyak 2 orang (4,8%), dan berusia <11 tahun sebanyak 1 orang (2,4%). Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Kusnaningsih (2023) didapatkan hasil rata-rata usia *menarche* siswa Madrasah Aliyah Darul Ulum dan Miftahul Jannah kota Palangka Raya adalah 12,89 tahun dengan standar deviasi 1,24. Usia *menarche* terendah adalah 9 tahun dan tertinggi adalah usia 17 tahun (Kusnaningsih A, 2023).

Usia berhubungan sekali pada kapasitas reproduksi atau kesuburan. Selain itu, usia dapat menandakan bahwa orang tersebut mendapat suatu yang berbeda dari dirinya. Salah satunya adalah masa transisi ketika ia harus

memasuki masa pubertas. Masa remaja adalah masa yang unik dan istimewa yang ditandai dengan perubahan perkembangan tertentu yang tidak ditemukan pada tahap lain dalam siklus kehidupan. Rata-rata anak perempuan mengalami pubertas pada usia 12,5 tahun, sedangkan anak laki-laki mulai pada usia 14,5 tahun (Meizela D, 2019).

Hasil penelitian Lutfiyah (2016) menunjukkan bahwa persentase ketidaksiapan menstruasi menurun seiring bertambahnya usia. Artinya, perkembangan fisik diikuti dengan perkembangan psikis yang meliputi persiapan mental menjelang pubertas.

Penelitian Jayanti dan Purwanti (2012) semakin muda usia anak sekolah, semakin kurang siap menghadapi menstruasi pertama. Pada usia yang masih sangat muda, mereka tidak mendapatkan informasi yang lengkap tentang menstruasi sehingga menstruasi menjadi beban bagi anak dan menyebabkan ketidaksiapan untuk menstruasi pertama.

2. Berat Badan/IMT

Variabel berat badan/IMT adalah cara perhitungan status gizi dengan membandingkan berat badan dengan tinggi badan dalam satuan (kg/m^2). Hasil penelitian yang didapatkan sebagian besar memiliki berat badan/IMT normal (17.00-22.99) BB (35-47 kg) sebanyak 32 orang (76,2%), berat badan/IMT *overweight* (23.00-26.99) BB (48-55 kg) sebanyak 7 orang (16,7%), dan berat badan/IMT *underweight* (<17) BB (<34 kg) sebanyak 3 (7,1%). Hal ini mirip dengan penelitian yang dilakukan oleh Fitrah (2013) yang menunjukkan IMT normal sebagai responden terbanyak (65,3%), namun memiliki responden dengan berat badan kurus yang lebih sedikit (22,2%).

Indeks massa tubuh dianggap sebagai faktor yang dapat memengaruhi usia menstruasi. Indeks massa tubuh yang baik menunjukkan pasokan nutrisi yang optimal. Nutrisi yang optimal dapat mempercepat pertumbuhan dan perkembangan genital, sementara nutrisi yang tidak memadai dapat menunda pematangan dan pertumbuhan seksual. Hal ini sejalan dengan penelitian dari Putra, Ermawati, dan Amir (2016) menunjukkan pengukuran IMT, diketahui sebanyak 27 orang (35,1%) responden memiliki IMT dengan kategori kurus, 47 orang (61%) dengan kategori normal, dan 3 orang (3,9%) dengan kategori gemuk (*overweight*).

Indeks massa tubuh dipengaruhi oleh banyak hal seperti makanan, pola makan, aktivitas fisik, gaya hidup, status sosial ekonomi, tingkat pendidikan, tingkat pengetahuan, kondisi lingkungan, paparan penyakit kronis dan persentase lemak tubuh. Semakin besar asupan makanan, semakin besar peluang peningkatan indeks massa tubuh. Asupan zat gizi tersebut dipengaruhi oleh pola makan, tingkat pendidikan dan pengetahuan, serta status sosial ekonomi. Semakin sering seseorang makan maka semakin tinggi asupan gizinya dan semakin tinggi pula tingkat pendidikan dan pengetahuan yang memengaruhi jenis makanan tersebut. Status sosial ekonomi yang tinggi juga dapat meningkatkan daya beli seseorang untuk memenuhi kebutuhan gizinya. Tingkat pendidikan, pengetahuan dan tingkat sosial ekonomi juga dapat memengaruhi gaya hidup dan aktivitas sehari-hari seseorang, dan pada akhirnya indeks massa tubuh. Secara fisiologis, *menarche* dialami oleh seorang anak perempuan setelah mengalami peningkatan kadar GnRH, LH dan FSH yang biasanya dimulai pada usia 8 tahun. Hormon ini dapat

meningkatkan kadar estrogen serta memicu pertumbuhan dan perkembangan organ seksual; termasuk penebalan endometrium yang nantinya akan meluruh dan disebut menstruasi. Terpicunya GnRH ini dipengaruhi interaksi dari banyak faktor, salah satunya adalah IMT. IMT yang meningkat pada anak menunjukkan jaringan lemak yang tinggi sehingga dapat menimbulkan *menarche* lebih dini akibat meningkatnya kadar leptin yang memberikan sinyal ke otak (Putra, Ermawati dan Amir, 2016).

3. Tingkat Pengetahuan Tentang Menstruasi

Hasil penelitian yang didapatkan perbedaannya tidak terlalu jauh dengan sebagian besar tingkat pengetahuan tentang menstruasi sedang sebanyak 15 orang (35,7%), baik sebanyak 14 orang (33,3%), dan buruk sebanyak 13 orang (31,0%). Teori *Spranger* menyatakan bahwa faktor-faktor yang memengaruhi pengetahuan adalah pendidikan, informasi, budaya, pengalaman (usia) dan sosial ekonomi (Notoatmodjo, 2003). Penelitian ini juga sejalan dengan Astuti (2010) dari 56 responden didapatkan dengan hasil sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan tentang menstruasi dengan kategori sedang 34 (69,6%), 17 (30,4%) responden memiliki tingkat pengetahuan baik dan 5 (8,9%) responden memiliki tingkat pengetahuan dengan kategori buruk.

Hal ini juga didukung dari penelitian Putri (2017) dengan hasil penelitian yang dilakukan pada siswi SD Negeri 3 Bantul Yogyakarta dari 42 responden yang diteliti, didapatkan sebagian besar siswi memiliki tingkat pengetahuan tentang menstruasi berada pada kategori cukup yaitu sebanyak 30 responden (71,4%) sedangkan sebagian kecil responden memiliki tingkat pengetahuan kategori rendah sebanyak 3 (7,1%).

Hal ini dikarenakan sumber informasi yang menjelaskan tentang menstruasi tidak tepat sehingga sebagian besar responden berjumlah 15 (35,7%) termasuk dalam kategori sedang, meskipun ada 14 (33,3%) responden dengan tingkat pengetahuan tertentu dalam kategori baik. Namun usia responden yang masih muda berarti belum dapat memahami makna dari informasi yang diberikan kepada mereka dan rendahnya tingkat pendidikan menyebabkan 13 (31,0%) responden memiliki tingkat pengetahuan yang rendah. Hal ini sesuai dengan teori *Spranger* bahwa tingkat pengetahuan responden dipengaruhi oleh faktor usia, pengetahuan dan pendidikan, serta sosial ekonomi (Notoadmojo, 2003). Semakin tua usia dan semakin banyak pengalaman dan pengetahuan yang diperoleh, semakin baik pengetahuan meningkat. Karena pengalaman dan sumber informasi yang baik, juga akan memiliki pengetahuan yang baik.

4. Kesiapan Menghadapi *Menarche*

Hasil penelitian didapatkan responden sebagian besar kesiapan menghadapi *menarche* tidak siap sebanyak 29 orang (69,0%), sedangkan siap sebanyak 13 orang (31,0%). Penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Sari (2021) dengan jumlah responden sebanyak 90 orang, didapatkan hasil kesiapan menghadapi *menarche* lebih dari setengah responden dengan kategori tidak siap (58,9%).

Dari hasil penelitian yang dilaksanakan sebagian besar remaja takut pada haid pertama, merasa malu, bingung, tidak mau berbicara dengan orang lain tentang haid, tidak mau belajar atau berangkat sekolah, dan merasa haid menurunkan rasa percaya diri saat main dengan teman. Salah satu halnya

terdapat pada kisi-kisi kategori pemahaman, penghayatan, dan kesediaan yang kebanyakan siswi tidak siap mengalami haid pertama dikarenakan kurangnya informasi dan kesiapan saat menghadapinya. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Meylina (2019) bahwa hampir seluruh responden berjumlah 23 siswi (71,9%) tidak siap dalam menghadapi *menarche* karena kurangnya pengetahuan dan keterampilan tentang menstruasi.

5. Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Menstruasi Dengan Kesiapan Menghadapi *Menarche* Pada Remaja Di SMPN 8 Palangka Raya

Hasil penelitian yang didapatkan bahwa responden dengan tingkat pengetahuan baik dengan kesiapan menghadapi *menarche* kategori siap berjumlah 9 responden (21,4%) dan kesiapan menghadapi *menarche* kategori tidak siap berjumlah 5 (11,9%). Responden dengan tingkat pengetahuan sedang dengan kesiapan menghadapi *menarche* kategori siap berjumlah 2 responden (4,8%) dan kesiapan menghadapi *menarche* kategori tidak siap berjumlah 13 (31,0%). Responden dengan tingkat pengetahuan buruk dengan kesiapan menghadapi *menarche* kategori siap berjumlah 2 responden (4,8%) dan kesiapan menghadapi *menarche* kategori tidak siap berjumlah 11 (26,2%).

Hal ini dikarenakan kemampuan siswi remaja dalam berpikir dan menyerap informasi masih kurang berkembang. Semakin sedikit pengetahuan yang dimiliki seseorang, semakin sedikit pula semangat untuk mempersiapkan menstruasi pertama. Penelitian ini juga sejalan dengan hasil penelitian Astuti (2010) dengan jumlah responden sebesar 56 orang didapatkan tingkat pengetahuan sedang 34 (69,9%) dan hasil penelitian Sari (2021) dengan

jumlah responden sebanyak 90 orang didapatkan kesiapan menghadapi *menarche* kategori tidak siap 53 (58,9).

Informasi yang diterima remaja tentang haid memengaruhi persepsi remaja terhadap haid pertama (*menarche*). Jika remaja mempersepsikan haid pertama (*menarche*) secara positif, hal ini memengaruhi kemauan remaja untuk menghadapi haid pertama (*menarche*). *Menarche* adalah suatu keadaan yang menunjukkan bahwa seseorang telah siap mencapai kematangan fisik, yaitu awal haid pertama (*menarche*) pada usia 10-16 tahun, yang terjadi secara teratur (pada waktu tertentu) dan siklus (berulang-ulang). Hal ini ditandai dengan pemahaman yang mendalam tentang siklus haid sehingga siap menerima dan mengalami haid pertama (*menarche*) sebagai proses yang normal (Anwar dan Febrianty, 2017).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian dari Yazia (2021) mengemukakan bahwa perempuan yang berusia muda dengan informasi yang sedikit biasanya malu dan khawatir karena itu, mereka kurang siap untuk haid pertama. Perempuan yang masih muda membutuhkan informasi tentang proses haid dan kesehatan saat haid, tetapi jika belum mendapatkan informasi tentang haid maka mereka yang belum mendapat haid akan kesulitan saat menghadapinya. Mereka yang belum mendapat penjelasan tentang haid akan panik saat melihat darah keluar dari alat kelamin (Jalaludin, 2011).

C. Keterbatasan Penelitian

Berdasarkan pada pengalaman langsung peneliti dalam proses penelitian ini, masih banyak kekurangan dan keterbatasan, diantaranya sebagai berikut:

1. Ada beberapa responden yang masih kurang dalam memahami pernyataan dari kuesioner pada saat penelitian, namun hal ini dapat diatasi oleh peneliti dengan mendampingi responden dalam mengisi kuesioner.
2. Penelitian ini hanya menggunakan siswi di SMPN 8 Palangka Raya sebagai responden penelitian, sehingga penelitian ini masih jauh menggambarkan keadaan yang sebenarnya.
3. Dalam pengumpulan data, informasi yang diberikan oleh responden dalam kuesioner terkadang tidak mencerminkan perasaan responden yang sebenarnya, hal ini dikarenakan terkadang pemikiran, asumsi dan pemahaman masing-masing responden berbeda dan juga faktor yang berbeda seperti faktor kejujuran, ketika mereka mengisi kuesioner.
4. Lingkungan yang tidak kondusif saat pengambilan data, misalnya saat responden mengisi kuesioner namun di luar tempat masih terdapat kebisingan lingkungan sekitar.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang berjudul “Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Menstruasi Dengan Kesiapan Menghadapi *Menarche* Pada Remaja Di SMPN 8 Palangka Raya”, maka peneliti dapat menarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Karakteristik responden berupa usia secara keseluruhan didapatkan sebagian besar berusia 12-13 tahun sebanyak 39 orang (92,9%).
2. Karakteristik responden berupa berat badan/IMT secara keseluruhan didominasi sebagian besar memiliki berat badan/IMT normal (17.00-22.99) BB (35-47 kg) sebanyak 32 orang (76,2%).
3. Hasil penelitian tingkat pengetahuan tentang menstruasi didapatkan mayoritas sedang sebanyak 15 orang (35,7%).
4. Hasil penelitian kesiapan menghadapi *menarche* didapatkan mayoritas tidak siap sebanyak 29 orang (69,0 %).
5. Ada hubungan antara tingkat pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan menghadapi *menarche* pada remaja di SMPN 8 Palangka Raya (p -value=0,004).

B. Saran

1. Bagi Sekolah

Hendaknya kegiatan UKS ditambahkan program untuk melaksanakan edukasi terkait topik kesiapan dalam menghadapi *menarche* bagi siswi yang belum pernah mengalami haid. Hal ini untuk mengantisipasi siswi agar tidak takut dan siap dalam menghadapi *menarche*.

2. Bagi Pelayanan Kesehatan

Memberikan masukan bagi Puskesmas untuk lebih aktif dalam menjalankan promosi kesehatan dalam bentuk penyuluhan khususnya masalah kesehatan reproduksi dikalangan remaja atau anak usia sekolah.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Jika peneliti selanjutnya ingin melakukan penelitian yang memiliki tema yang sama, peneliti bisa menggunakan penelitian ini sebagai referensi dalam penelitiannya, dan kemudian menambah variabel-variabel lainnya agar pembahasan ini semakin luas.

Daftar Pustaka

- Astuti, A.D.W. (2010) Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Menstruasi Dengan Kesiapan Menghadapi *Menarche* Pada Siswi Kelas 1 Di Smp Theresiana Jambu, Semarang, Jawa Tengah (Skripsi) diperoleh tanggal 07 November 2022 <https://pt.scribd.com/document/435764623/Agnes-Dwiana-Widi-Astuti-1307002-full-pdf#>
- Andayani, R. (2015) Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Mengenai Menarche Di Smp Negeri 1 Binamu Kabupaten Jeneponto (Skripsi) diperoleh tanggal 07 November 2022 <http://digilib.unhas.ac.id/opac/detail-opac?id=21132>
- Anggraini, E.R. (2008). Peran orang tua dalam persiapan menghadapi menarche bagi remaja putri di Kelurahan Susukan Kecamatan Ungaran Timur Kabupaten Semarang. *Skripsi* Semarang: Universitas Diponegoro. <http://eprints.ums.ac.id>
- Anwar, C., and Febrianty, R. (2017). Hubungan Pengetahuan, Sikap dan Peran Ibu dengan Kesiapan Remaja Putri Menghadapi Menarche pada Siswi Kelas 4-6 di SD 3 Peuniti Kota Banda Aceh
- Arikunto, S. (2002). Metodologi Penelitian Suatu Pendekatan Proposal. Jakarta: PT. Rineka Cipta
- Deade, F.M., Ernita, L. and Nugrahmi, M.A. (2022) 'Gambaran Tingkat Pengetahuan terhadap Kesiapan Remaja Putri Pra-Pubertas dalam Menghadapi Menarche Di Panti Asuhan Aisyiyah Bukittinggi Tahun 2021', *Jurnal Ners*, 6(1), pp. 67–74. Available at: <https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/ners/article/view/3911>.
- Meizela, D. (2020) Hubungan Pengetahuan Dengan Kesiapan Siswi Kelas V Dalam Menghadapi Menarche Di Sd Negeri 79 Kota Bengkulu (Skripsi) diperoleh dari tanggal 07 November 2022 <http://repository.poltekkesbengkulu.ac.id/426/1/skripsi%20dora%20final.pdf>
- Eny. (2014). Kesehatan Reproduksi Remaja dan Wanita. Salemba Medika
- Ermina Br Sitepu, (2020) *Literature Review* : Gambaran Pengetahuan Tentang Kesiapan Diri Dalam Menghadapi Menarche
- Fitrah UM. (2013) Faktor-faktor yang berhubungan dengan usia menarche siswi SMP Adabiah Padang (skripsi). Padang: Fakultas Kedokteran Universitas Andalas.
- Fitriana, N.G., Wulandari, T.S. and Parmilah, P. (2019) 'Pengetahuan Tentang Menarche Dengan Sikap Remaja Dalam Menghadapi Menarche', *Jurnal Penelitian Akper Alkautsar Temanggung*, 1(1), pp. 1–7. Available at: <https://jurnal.akperalkautsar.ac.id/index.php/JPMA/article/view/37>.
- Haruna, S. R., and Rahim, A. (2020). Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Kesiapan Menghadapi Menarche Dengan Kecemasan Siswi Pada Kelas V Dan Vi Di Sd Inpres Tello Baru 1/1.

- Hidayah, N. and Palila, S. (2018) 'Kesiapan Menghadapi Menarche pada Remaja Putri Prapubertas Ditinjau dari Kelekatan Aman Anak dan Ibu', *Psymphathic : Jurnal Ilmiah Psikologi*, 5(1), pp. 107–114. doi:10.15575/psy.v5i1.2021.
- Imron, A. (2012) Pendidikan Kesehatan Reproduksi Remaja & Efektivitas Program Pik-Kkr Di Sekolah. Yogyakarta : Ar-Ruzz Media
- Jalaluddin (2011) Pengetahuan, Konsep dan Teori Pendidikan. Jakarta: Aksara Baru
- Jayanti, N. F., & Purwanti, S. (2012). Deskripsi faktor-faktor yang mempengaruhi kesiapan anak dalam menghadapi menarche di SD Negeri 1 Kretek Kecamatan Paguyangan Kabupaten Brebes Tahun 2011. *Bidan Prada*, 3(01).
- Jones, Derek., (2002), *Dasar-dasar Obstetri dan Ginekologi*, Jakarta : EGC.
- Kartono, Kartini., (2006), *Psikologi Wanita (Jilid I) Mengenal Gadis Remaja dan Wanita Dewasa*, Bandung : Mandiri Maju.
- Kholid, A. (2012) Promosi Kesehatan Dengan Pendekatan Teori Prilaku ,Media Dan Aplikasinya. Jakarta ; Pt Rajagrafindo Persada
- Kusnaningsih, A. (2023). Factors Influencing The Incidence Of Menstrual Pain For Young Women In Madrasah Aliyah Palangka Raya City. *Jurnal Scientia*, 12(02), 1124-1130.
- Kuswahyuni, Sri. (2009). Pengaruh Bimbingan Kelompok Terhadap Kesiapan Menghadapi Ujian Akhir pada siswa kelas VI SDN Sendang Mulyo 03 Semarang Tahun ajaran 2008/2009 *Skripsi*. Semarang. Ikip PGRI Semarang. <http://ejournal.undip.ac.id>
- Lutfiya, I. (2016). Analisis Kesiapan Siswi Sekolah Dasar dalam Menghadapi Menarche. *Jurnal Biometrika dan Kependudukan*, 5(2), 135-145.
- Manase, P., Nurbaya, S. and Sumi, S.S. (2022) 'Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Terhadap Kesiapan Menghadapi Menarche', *Jurnal Ilmiah Mahasiswa & Penelitian Keperawatan*, 2(3), pp. 424–432. Available at: <http://www.libnh.stikesnh.ac.id/index.php/jimpk/article/view/906>.
- Meylina, K. C. (2019) „hubungan tingkat pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan menghadapi menarche di SDN Bulutengger Sekaran Lamongan“, *Skripsi*, pp. 1–86. Available at: <http://repository.unair.ac.id/91071/>.
- Notoadmojo, Soekidjo. (2018). Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta : Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, Soekidjo. (2003) Pendidikan dan Perilaku Kesehatan. Jakarta. Rineka Cipta.
- Novitasari, S., Wardani, H.E. and Ariwinanti, D. (2018) 'Hubungan Pengetahuan Tentang Menstruasi Dengan Kesiapan Dalam Menghadapi Menarche Pada Siswi Sdn Asrikaton 1', *Preventia : The Indonesian Journal of Public Health*, 3(2), pp. 131–140. doi:10.17977/um044v3i2p131-135.
- Nurmawati, I. and Erawantini, F. (2019) 'Hubungan Pengetahuan Tentang Menstruasi Dengan Kesiapan Siswi Sd Dalam Menghadapi Menarche', *Jurnal Kesehatan*, 12(2), pp. 136–142. doi:10.23917/jk.v12i2.9770.

- Nursalam. (2013). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis* : Jakarta : Salemba Medika
- Putra, R. N. Y., Ermawati, E., & Amir, A. (2016). Hubungan indeks massa tubuh (IMT) dengan usia menarche pada siswi SMP Negeri 1 Padang. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 5(3).
- Putri, A. (2017). Hubungan tingkat pengetahuan remaja tentang menstruasi dengan sikap menghadapi menarche pada siswi SD Negeri 3 Bantul Yogyakarta (Doctoral dissertation, STIKES Jenderal Achmad Yani Yogyakarta).
- Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas). (2018). Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI tahun 2018. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Sari, R.F. (2022) Hubungan Pengetahuan Tentang Menstruasi Dengan Kesiapan Menghadapi Menarche Pada Siswi Di Sdn 38 Kota Bengkulu (Skripsi) diperoleh dari tanggal 07 November 2022 <http://repository.poltekkesbengkulu.ac.id/943/1/skripsi%20reza%20fix%202022.pdf>
- Saryono. (2008). *Metodologi Penelitian Kesehatan, Penuntun Praktis bagi Pemula*. Yogyakarta : Mitia Medika.
- Sholeha, H. (2016). Hubungan Kesiapan Menghadapi Menarche dengan Tingkat Kecemasan Pada Siswi Sekolah Dasar Negeri (SDN) Di Desa Ajung Kecamatan Kalisat Kabupaten Jember.
- Simon, M. and Hutomo, W.M.P. (2021) 'Hubungan Pengetahuan dan Sikap dengan Kesiapan Siswi dalam Menghadapi Menarche di SD Islam Guppi Kota Sorong', *Nursing Inside Community*, 3(2), pp. 38–44. Available at: <http://jurnal.stikesnh.ac.id/index.php/nic/article/view/454>.
- Sinaga et al. (2017). *Manajemen Kesehatan Menstruasi*. Jakarta : Penerbit Universitas Nasional, ISBN 978-602-60325-4-6. <https://ppi.unas.ac.id/wpcontent/uploads/2017/06/buku-manajemen-kesehatan-menstruasi-oke.pdf>.
- Siregar, D. S. (2018). Hubungan Dukungan Keluarga tentang Menstruasi dengan Kesiapan Remaja Putri Menghadapi Menarche di SMP Swasta Nurul Ilmi Padang sidempuan.
- Slameto, (2010). *Belajar & Faktor-faktor yang mempengaruhi* : Jakarta. Rineka Cipta
- Soetjningsih. (2007). *Tumbuh Kembang Remaja dan Permasalahannya*. Jakarta : Sagung Seta
- Sofiyati, S. (2022) 'Hubungan Tingkat Pengetahuan Menstruasi dengan Kesiapan Menarche Siswi Kelas 6 di SD Negeri 1 Kertawinangun Kecamatan Kedawung Kabupaten Cirebon', *MAHESA: Malahayati Health Student Journal*, 2(1), pp. 01–10. doi:10.33024/mahesa.v2i1.5756.
- Solehah, K. (2018) Gambaran Kesiapan Menghadapi *Menarche* Pada Siswi Sekolah Dasar Negeri Sumber Kalong 01 Kecamatan Kalisat Kabupaten Jember (Skripsi) diperoleh tanggal 20 Januari 2023 <https://repository.unej.ac.id/xmlui/handle/123456789/88250>

- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung : Alfabeta, CV.
- Sukarni K, I. & M. Z. (2013). *kehamilan, persalinan, dan nifas (pertama)*. Nuha Medika.
- Sulistioningsih, E. (2014). Hubungan Kesiapan Menghadapi Menarche Dengan Perilaku Vulva Hygiene Remaja Putri Di Sekolah Dasar Negeri (SDN) Kebonsari 04 Kecamatan Sumpalsari Kabupaten Jember. [Skripsi]. Jember:Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Jember.
- Supriyanto, G., Sari, R.M. and Rosyladita, I. (2022) 'Hubungan Pengetahuan Dengan Kesiapan Dalam Menghadapi Menarche Pada Siswi Kelas V di SD Negeri 82 Kota Bengkulu', *Jurnal Kebidanan Besurek*, 7(1), pp. 28–34. Available at: <http://ojs.stikessaptabakti.ac.id/index.php/jkb/article/view/331>.
- Suryani, E., & Widayasih, H. (2008). *Psikologi ibu dan anak*. Yogyakarta : Fitramaya.
- Utami, D.R.R.B., Wahyuni, W. and Aulia Rachma Wardani, Y. (2022) 'Pengetahuan, Sikap Dan Kesiapan Siswi Sekolah Dasar Islam Di Surakarta Dalam Menghadapi Menarche', *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah Bengkulu*, 10(1), pp. 1–7. doi:10.36085/jkmb.v10i1.3174.
- Wardhani, K.A. (2018) Hubungan Tingkat Pengetahuan Nyeri Haid Dengan Kesiapan Remaja Putri Menghadapi *Menarche* Pada Siswi Kelas Iv Dan V Sdn 01 Purworejo Madiun
- Wawan and Dewi., (2018).Teori dan Pengukuran Pengetahuan, Sikap, Dan Perilaku Manusia Cetakan 2. Yoyakarta: Nuha Medika.
- World Health Organization*. (2020). "Prevalensi Usia Remaja." Who.Int.
- Yamani. (2017). Hubungan Pengetahuan Tentang Menarche Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Remaja Putri Awal. *Skripsi*.
- Yazia. (2021). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kesiapan Anak Sd Dalam Menghadapi Haid Pertama. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa Volume 4 Nomor 2*.
- Yusuf, A. M. (2002). *Pengantar Ilmu Pendidikan*. Jakarta: Ghalia Indonesia.
- Yusuf, S. (2010). *Psikologi perkembangan anak dan remaja (Edisi Revisi)*.Bandung : PT Remaja Rosdakarya.

Lampiran 1 Permohonan Untuk Pengisian Kuesioner

PERMOHONAN UNTUK PENGISIAN KUESIONER

Dengan hormat,

Nama : Mawaddah Raudhatul Jannah
NIM : PO.62.20.1.19.418
Prodi : Sarjana Terapan Keperawatan Reguler V
Pendidikan : Poltekkes Kemenkes Palangka Raya

Dalam rangka penulisan Skripsi yang berjudul “Hubungan Tingkat Pengetahuan tentang Menstruasi dengan Kesiapan Menghadapi *Menarche* pada Remaja di SMPN 8 Palangka Raya”, penulis mohon kepada siswi di SMPN 8 Palangka Raya untuk memberikan jawaban atas pertanyaan di bawah ini dengan benar sesuai yang dialaminya. Jawaban yang diberikan semata-mata hanya menambah ilmu pengetahuan saja, tanpa ada maksud lain. Adapun untuk identitas responden dirahasiakan dan tidak disebarluaskan.

Demikian atas kesediaan dan waktu yang telah diberikan, penulis mengucapkan terima kasih.

Palangka Raya,.....2023



Mawaddah Raudhatul Jannah
PO.62.20.1.19.418

Lampiran 2 Lembar Persetujuan Menjadi Responden

LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN

Dengan ini saya

Nama :

Usia :

Setelah mendapatkan penjelasan saya menyatakan bersedia menjadi responden dan mengisi kuesioner dengan jujur terhadap penelitian yang dilakukan mahasiswi Sarjana Terapan Keperawatan Reguler V Poltekkes Kemenkes Palangka Raya, yang berjudul "Hubungan Tingkat Pengetahuan tentang Menstruasi dengan Kesiapan Menghadapi *Menarche* pada Remaja di SMPN 8 Palangka Raya".

Saya berharap jawaban yang saya berikan akan dijaga kerahasiaannya.

Palangka Raya,2023

Responden

()

Lampiran 3 Lembar Kuesioner

LEMBAR KARAKTERISTIK/DATA DEMOGRAFI

Nama Responden (Inisial) :

Petunjuk pengisian:

- a. Bacalah dengan teliti pertanyaan yang ada
- b. Mohon menjawab pertanyaan dengan jujur dan sesuai hati nurani
- c. Jawablah semua pertanyaan yang ada dengan mencoret jawaban yang menurut anda tidak sesuai dengan data diri anda (pertanyaan 1 dan 2)

Karakteristik/Data Demografi

1. **Usia** : <11 tahun
12-13 tahun
>14 tahun
2. **Berat Badan/IMT** : *Underweight* (<17) BB (<34 kg)
Normal (17.00-22.99) BB (35-47 kg)
Overweight (23.00-26.99) BB (48-55 kg)

PETUNJUK PENGISIAN KUESIONER

Nama Responden (Inisial) :

Sebelum mengisi pernyataan berikut, kami mohon kesediaan anda membaca terlebih dahulu petunjuk pengisian ini.

1. Jawablah pernyataan dengan benar dan jujur.
2. Jawaban anda dalam pernyataan dijamin kerahasiaannya.
3. Tiap pertanyaan terdiri dari dua pilihan jawaban, anda diminta memilih satu jawaban yang paling sesuai dengan kondisi anda dengan memberikan centang (√) pada kolom yang sesuai. Pilihan yang tersedia yaitu:
Benar : Apabila anda sependapat dengan pernyataan yang ada
Salah : Apabila anda tidak sependapat dengan pernyataan yang ada
4. Periksa kembali jawaban anda, diharapkan seluruh pertanyaan sudah terjawab.
5. Terima kasih atas kerja sama dan kesediaan anda dalam mengisi kuesioner.

KUESIONER TINGKAT PENGETAHUAN MENSTRUASI

No	Pernyataan	Benar	Salah
1.	Menstruasi normal terjadi pada wanita		
2.	Menstruasi adalah pengeluaran darah dari alat kandungan lewat alat kelamin		
3.	Lamanya menstruasi adalah 5-7 hari		
4.	Banyaknya darah pada waktu menstruasi adalah kira-kira dua kali ganti pembalut dalam sehari		
5.	Pada saat menstruasi pasti perut terasa sakit		
6.	Agar darah bisa keluar dengan lancar saat menstruasi dianjurkan untuk mengurangi aktifitas fisik		
7.	Menstruasi adalah tanda kematangan atau akhil balik seorang wanita		
8.	Saat menstruasi pinggang dan perut bisa terasa sakit		
9.	Bila menstruasi terasa sakit tidak boleh minum obat karena dapat menyebabkan tambah sakit		
10.	Selama menstruasi wanita harus memakai pembalut atau kain untuk menampung darah yang keluar dari alat kelamin		
11.	Selama menstruasi dalam 1 hari tidak perlu ganti pembalut		
12.	Saat menstruasi kebersihan badan harus dijaga terutama kebersihan alat kelamin		
13.	Tidak menjaga kebersihan saat menstruasi dapat menyebabkan seseorang mudah terkena penyakit infeksi alat kelamin		
14.	Menstruasi yang pertama kali dapat menyebabkan kecemasan pada wanita		
15.	Biasanya wanita mulai mendapat menstruasi umur 10 tahun		
16.	Karena wanita yang menstruasi mengeluarkan banyak darah maka saat menstruasi dianjurkan makan makanan bergizi		
17.	Saat menstruasi pasti badan terasa lemas		
18.	Saat menstruasi sering emosi		
19.	Pada saat menstruasi kalau makan amis darah yang keluar akan berbau amis juga.		
20.	Saat menstruasi pasti timbul jerawat		
21.	Saat menjelang menstruasi payudara terasa sakit		
22.	Jika menstruasi terjadi setiap bulan darah di dalam tubuh akan habis		
23.	Jarak menstruasi ke menstruasi berikutnya teratur setiap 30 hari		
24.	Saat menstruasi tidak perlu mengenakan pembalut		

Sumber dari (Agnes Dwiana Widi Astuti, 2010)

PETUNJUK PENGISIAN KUESIONER

Nama Responden (Inisial) :

Sebelum mengisi pernyataan berikut, kami mohon kesediaan anda membaca terlebih dahulu petunjuk pengisian ini.

1. Jawablah pernyataan dengan benar dan jujur.
2. Jawaban anda dalam pernyataan dijamin kerahasiaannya.
3. Tiap pertanyaan terdiri dari dua pilihan jawaban, anda diminta memilih satu jawaban yang paling sesuai dengan kondisi anda dengan memberikan centang (√) pada kolom yang sesuai. Pilihan yang tersedia yaitu:
 - Benar** : Apabila anda sependapat dengan pernyataan yang ada
 - Tidak Benar** : Apabila anda tidak sependapat dengan pernyataan yang ada
 - Iya** : Apabila anda sependapat dengan pernyataan yang ada
 - Tidak** : Apabila anda tidak sependapat dengan pernyataan yang ada
4. Periksa kembali jawaban anda, diharapkan seluruh pertanyaan sudah terjawab.
5. Terima kasih atas kerja sama dan kesediaan anda dalam mengisi kuesioner.

KUESIONER KESIAPAN MENGHADAPI *MENARCHE*

No	Pernyataan	Benar	Tidak Benar
1.	Pada haid pertama normal jika yang keluar dari alat kelamin adalah darah		
2.	Remaja perempuan mengalami haid pertama yang normal berumur 9-15 tahun		
3.	Jika seseorang perempuan mengalami kram/nyeri perut saat haid merupakan hal yang tidak normal		
4.	Haid yang normal akan terjadi satu bulan sekali		
5.	Haid yang normal akan terjadi selama 5-7 hari		
6.	Remaja perempuan yang akan haid mengalami sakit punggung, payudara terasa nyeri, dan tumbuh jerawat		
7.	Semua remaja perempuan yang mengalami haid akan mudah marah dan tersinggung		
8.	Saya menjadi remaja perempuan dewasa setelah mengalami haid		
9.	Setiap remaja perempuan akan mengalami haid karena merupakan suatu yang normal		
10.	Haid pertama merupakan suatu hal yang normal		
11.	Datangnya haid pertama merupakan suatu perubahan yang terjadi pada seorang remaja perempuan		
12.	Saya menganggap haid merupakan suatu yang najis		
13.	Menurut saya haid pertama merupakan suatu yang terjadi pada kehidupan perempuan sehingga saya harus mensyukurinya		

No	Pernyataan	IYA	TIDAK
14.	Saya menganggap haid sebagai suatu hal yang akan merepotkan karena harus membawa pembalut kemana mana dan menggantinya		
15.	Saya merasa takut saat mengalami haid pertama karena belum pernah mengalaminya		
16.	Saya khawatir saat haid, karena haid itu sakit		
17.	Saya bingung apabila nanti terjadi haid pertama		
18.	Saya siap bila mengalami haid pertama kali		

19.	Saya akan mencari informasi tentang haid pertama kepada keluarga		
20.	Saya akan mencari informasi tentang haid pertama kepada teman		
21.	Saya akan mencari informasi tentang perawatan kebersihan alat kelamin yang benar agar terbiasa saat mengalami haid nanti		
22.	Saya merasa tidak malu jika saya mengalami haid nanti		

Sumber dari (Koyyimatius Solehah, 2018)

Lampiran 4 Uji Statistik SPSS

Frequencies

		Statistics			
		Usia	Berat Badan/IMT	Tingkat Pengetahuan Menstruasi	Kesiapan Menghadapi Menarche
N	Valid	42	42	42	42
	Missing	0	0	0	0
Mean		1.02	1.10	.98	.69
Median		1.00	1.00	1.00	1.00
Minimum		0	0	0	0
Maximum		2	2	2	1

Frequency Table

		Usia			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	<11 tahun	1	2.4	2.4	2.4
	12-13 tahun	39	92.9	92.9	95.2
	>14 tahun	2	4.8	4.8	100.0
	Total	42	100.0	100.0	

		Berat Badan/IMT			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Underweight (<17) BB (<34 kg)	3	7.1	7.1	7.1
	Normal (17.00-22.99) BB (35-47 kg)	32	76.2	76.2	83.3
	Overweight (23.00-26.99) BB (48-55 kg)	7	16.7	16.7	100.0
	Total	42	100.0	100.0	

Tingkat Pengetahuan Menstruasi

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Baik	14	33.3	33.3	33.3
	Sedang	15	35.7	35.7	69.0
	Buruk	13	31.0	31.0	100.0
	Total	42	100.0	100.0	

Kesiapan Menghadapi Menarche

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Siap	13	31.0	31.0	31.0
	Tidak Siap	29	69.0	69.0	100.0
	Total	42	100.0	100.0	

Crosstabs

Case Processing Summary

	Valid		Cases Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
	Tingkat Pengetahuan Menstruasi * Kesiapan Menghadapi Menarche	42	100.0%	0	0.0%	42

Tingkat Pengetahuan Menstruasi * Kesiapan Menghadapi Menarche Crosstabulation

		Kesiapan Menghadapi Menarche		Total	
		Siap	Tidak Siap		
Tingkat Pengetahuan Menstruasi	Baik	Count	9	5	14
		Expected Count	4.3	9.7	14.0
		% within Tingkat Pengetahuan Menstruasi	64.3%	35.7%	100.0%

	% within Kesiapan Menghadapi Menarche	69.2%	17.2%	33.3%
	% of Total	21.4%	11.9%	33.3%
Sedang	Count	2	13	15
	Expected Count	4.6	10.4	15.0
	% within Tingkat Pengetahuan Menstruasi	13.3%	86.7%	100.0%
	% within Kesiapan Menghadapi Menarche	15.4%	44.8%	35.7%
	% of Total	4.8%	31.0%	35.7%
Buruk	Count	2	11	13
	Expected Count	4.0	9.0	13.0
	% within Tingkat Pengetahuan Menstruasi	15.4%	84.6%	100.0%
	% within Kesiapan Menghadapi Menarche	15.4%	37.9%	31.0%
	% of Total	4.8%	26.2%	31.0%
	Total	Count	13	29
	Expected Count	13.0	29.0	42.0
	% within Tingkat Pengetahuan Menstruasi	31.0%	69.0%	100.0%
	% within Kesiapan Menghadapi Menarche	100.0%	100.0%	100.0%
	% of Total	31.0%	69.0%	100.0%

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)
Pearson Chi-Square	10.931 ^a	2	.004
Likelihood Ratio	10.781	2	.005
Linear-by-Linear Association	7.579	1	.006
N of Valid Cases	42		

a. 3 cells (50.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 4.02.

Lampiran 5 Dokumentasi Pelaksanaan Penelitian

DOKUMENTASI PELAKSANAAN PENELITIAN



Lampiran 6 Permohonan Izin Pengambilan Data Pendahuluan



KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES PALANGKA RAYA

Jalan George Obos No. 30 Palangka Raya [Kampus A], Jalan George Obos No. 32 Palangka Raya [Kampus B],
Jalan Dokter Soekarno No. 10 Palangka Raya [Kampus C], Kalimantan Tengah - Indonesia
Telepon / Faksimile: (0536) 3221768 Laman (Website) : <https://www.polkesraya.ac.id>
Surel (E-mail) : direktorat@polkesraya.ac.id



Nomor 2022 : KH.04.02/1/5939/2022

22 November

Lampiran : 1 (satu) lembar

Hal : Permohonan Izin Pengambilan Data Pendahuluan An. MAWADDAH RAUDHATUL JANNAH

Yth:

Kepala Dinas Pendidikan Kota Palangka Raya

di-

Palangka Raya

Sehubungan dengan pencapaian kompetensi Mata Ajar Riset Keperawatan bagi Mahasiswa Prodi Sarjana Terapan Keperawatan Semester VII (tujuh) Tahun Akademik 2022/2023, salah satunya untuk melengkapi data proposal tugas akhir (Skripsi), maka bersama ini Kami sampaikan permohonan ijin pengambilan data pendahuluan di wilayah Dinas Pendidikan Kota Palangka Raya Provinsi Kalimantan Tengah bagi nama-nama mahasiswa Prodi Sarjana Terapan Keperawatan. (terlampir)

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

Direktur Politeknik Kesehatan Kementerian
Kesehatan Palangka Raya,



Mars Khendra Kusfriyadi, STP., MPH.
NIP 197503101997031004

Tembusan:

1. Kepala Sekolah SMPN 8 Palangka Raya
2. Pertiinggal

Lampiran Surat

Hal : Permohonan Izin Pengambilan Data Pendahuluan An. MAWADDAH RAUDHATUL JANNAH

Nomor : KH.04.02/1/5939/2022

Tanggal : 22 November 2022

**DAFTAR NAMA MAHASISWA PRODI SARJANA TERAPAN KEPERAWATAN
YANG MELAKUKAN PENGAMBILAN DATA**

No	Nama/NIM	Judul	Data Yang Diperlukan	Tempat Pengambilan Data
1.	MAWADDAH RAUDHATUL JANNAH PO6220119418	Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Menstruasi Dengan Kesiapan Menghadapi Menarche Pada Remaja	1. Jumlah populasi siswa perempuan 2. Prevalensi menarche di SMP 3. Absensi per kelas 4. Data demografi	SMPN 8 Palangka Raya

Direktur Politeknik Kesehatan Kementerian
Kesehatan Palangka Raya,



Mars Khendra Kusfrijadi, STP., MPH.
NIP 197503101997031004

Lampiran 7 Surat Rekomendasi



PEMERINTAH KOTA PALANGKA RAYA
**DINAS PENANAMAN MODAL DAN
PELAYANAN TERPADU SATU PINTU**
Jl. Yos Sudarso No.02 Palangka Raya Kalimantan Tengah 73112
Telp/Fax. (0536) 421035, Posel: dpmpstppalankaraya@gmail.com

REKOMENDASI

Nomor : 503.2/DPMPTSP/0013/REKOM-IP/XII/2022

Memperhatikan Surat Direktur Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Palangka Raya Nomor : KH.04/02/1/5939/2022 tanggal 22 November 2022 perihal Permohonan Izin Pengambilan Data Pendahuluan An. MAWADDAH RAUDHATUL JANNAH. Kepala Dinas Penanaman Modal Dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Kota Palangka Raya memberikan Rekomendasi kepada :

Nama : **MAWADDAH RAUDHATUL JANNAH,**
NIM : **PO.62.20.1.19.418**
Pekerjaan : **Mahasiswa Prodi Sarjana Terapan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan**
Lokasi : **SMP Negeri 8 Palangka Raya**

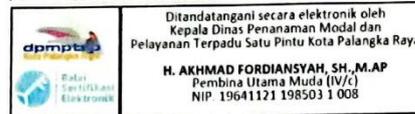
Untuk Melakukan Pengambilan Data yang diperlukan guna penyusunan Proposal dalam menyelesaikan tugas akhir yang berjudul 'HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN TENTANG MENSTRUASI DENGAN KESIAPAN MENGHADAPI MENARCHE PADA REMAJA

Dengan Ketentuan :

- Dalam pelaksanaan agar berkoordinasi pada instansi tempat observasi;
- Rekomendasi Observasi ini tidak disalahgunakan untuk tujuan tertentu, selain hanya dipergunakan untuk keperluan sesuai permohonan.

Demikian surat izin penelitian ini diberikan agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Ditetapkan di Palangka Raya
pada tanggal 09 Desember 2022



Tembusan disampaikan Kepada Yth:

- Direktur Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Palangka Raya di Skota_asal_universitas5.
- Objek Penelitian

Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh Balai Sertifikasi Elektronik (BSrE), BSSN

Lampiran 8 Surat Tanggapan Pengambilan Data Pendahuluan



PEMERINTAH KOTA PALANGKA RAYA DINAS PENDIDIKAN

Jalan: G. Obos XI (Komplek Perkantoran Lingkar Dalam Pemko Palangkaraya)
Telepon (0536) 3222372. Faximile. (0536) 3221654

Email: disdik_palangkaraya@yahoo.com
PALANGKA RAYA 73112

SURAT TANGGAPAN PENGAMBILAN DATA PENDAHULUAN

Nomor: 800/ 2071/Disdik.Um-Peg/XII/2022

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : JAYANI, S.Pd, M.Si
NIP : 197007231997031006
Pangkat/Golongan : Pembina Tingkat I /IV.b
Jabatan : Plt. Kepala Dinas Pendidikan Kota Palangkaraya

Menindaklanjuti Rekomendasi Pengambilan Data Pendahuluan dari Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Palangkaraya, Nomor: 503.2//DPMPTSP/00013/REKOM-IP/XI/ 2022 tertanggal 09 Desember 2022 maka diberikan Surat Persetujuan Penelitian kepada:

Nama : MAWADDAH RAUDHATUL JANNAH
NIM : PO.62.20.1.19.418
Jabatan : Mahasiswa Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Palangkaraya.

Untuk melakukan Pengambilan Data yang diperlukan guna penyusunan Proposal dalam menyelesaikan tugas akhir yang berjudul ' HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN TENTANG MENSTRUASI DENGAN KESIAPAN MENGHADAPI MENARCHE PADA REMAJA" Lokasi Penelitian di SMPN 8 Palangkaraya.

Demikian surat izin penelitian ini diberikan untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Dikeluarkan di Palangkaraya
Pada tanggal 13 Desember 2022

Plt. Kepala Dinas,


JAYANI, S.Pd., M.Si
Pembina Tingkat I / (IV/b)
NIP. 197007231997031006

Lampiran 9 Permohonan Izin Melaksanakan Penelitian



KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES PALANGKA RAYA

Jalan George Obos No. 30 Palangka Raya (Kampus A), Jalan George Obos No. 32 Palangka Raya (Kampus B),
Jalan Dokter Soetomo No. 19 Palangka Raya (Kampus C), Kalimantan Tengah - Indonesia
Telepon / Faksimile: (0536) 3221768 Laman (Website) : <https://www.polkesraya.ac.id>
Surel (E-mail) : direktorat@polkesraya.ac.id



Nomor : PP.08.02/1/4735/2023 04 Februari 2023
Lampiran : 2 (dua) lembar
Hal : Permohonan Izin Melaksanakan Penelitian an. SITI NAJIROH dkk

Yth.

Walikota Palangka Raya

Up. Kepala Dinas Penanaman Modal Dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Kota Palangka Raya

di-

Palangka Raya

Sehubungan akan dilakukannya Penelitian bagi Mahasiswa Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan Kelas Reguler V Semester VIII (delapan) Tahun Akademik 2022/2023 sebagai salah satu syarat Penyusunan tugas mahasiswa (Skripsi), maka dengan ini kami sampaikan sesuai perihal di atas untuk mendapatkan perijinan melakukan penelitian di wilayah hukum Kota Palangka Raya. (Nama Mahasiswa, Judul Penelitian, Proposal dan KTP Peneliti terlampir)

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

Wakil Direktur I Poltekkes Kemenkes Palangka Raya,



Maria Magdalena Purba, S.Kep.Ns,MMed.Ed
NIP 197012121998032009

Tembusan:

1. Peninggal

Lampiran Surat
 Nomor : PP.08.02/1/4735/2023
 Tanggal : 04 Februari 2023

**Daftar Nama Mahasiswa Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan
 Yang Melaksanakan Penelitian**

No	Nama	NIM	Judul Penelitian	Tempat Penelitian
1.	Siti Najiroh	PO.62.20.1.19.432	Hubungan Usia, Jenis Kelamin, dan Indeks Massa Tubuh (IMT) dengan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Di UPT Puskesmas pahandut Palangka Raya	UPT Puskesmas Pahandut Palangka Raya
2.	Christine Febertha Atuh	PO.62.20.1.19.403	Hubungan Harga Diri Dengan Diabetes Distress Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Puskesmas Pahandut Kota Palangka Raya	Puskesmas Pahandut Palangka Raya
3.	Monica Elenia Christiani Putri	PO.62.20.1.19.421	Efektifitas Terapi Kombinasi Relaksasi Lima Jari dengan <i>Nature Sound Music</i> Terhadap Depresi Pasien Tipe 2 Di Kota Palangka Raya	Kota Palangka Raya
4.	Meilinda Sari	PO.62.20.1.19.419	Efektifitas Edukasi Kesehatan Terhadap Tingkat Self Care Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Kota Palangka Raya	Kota Palangka Raya
5.	Susi Susantie	PO.62.20.1.19.433	Pemberian Air Rebusan Seledri Terhadap Penurunan Kadar Asam Urat Pada Lansia Di Wilayah Puskesmas Menteng Kota Palangka Raya	Puskesmas Menteng Kota Palangka Raya
6.	Setiyana	PO.62.20.1.19.430	Hubungan Pengetahuan Dengan Sikap Tentang Dismenorea Pada Remaja Putri Di SMPN 8 Palangka Raya.	SMPN 8 Palangka Raya.
7.	Mawaddah Raudhatul Jannah	PO.62.20.1.19.418	Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Menstruasi Dengan Kesiapan Menghadapi <i>Menarche</i> Pada Remaja Di SMPN 8 Palangka Raya	SMPN 8 Palangka Raya
8.	Fanny Fitriana	PO.62.20.1.19.408	Perbandingan Efektivitas Terapi Relaksasi Otot Progresif Dengan Terapi Musik Klasik Terhadap Penurunan Skala Nyeri Haid Pada Remaja Putri Di Kota Palangka Raya	SMPN 8 Palangka Raya
9.	Melie	PO.62.20.1.19.420	Hubungan Pengetahuan dan Sikap Dengan Kebiasaan Konsumsi Makanan Cepat Saji (Fast Food) Pada Siswa SMPN 8 Palangka Raya	SMPN 8 Palangka Raya

10	Siti Ajizah	PO.62.20.1.19.431	Efektifitas Edukasi Melalui Zoom Meeting Terhadap Pencegahan DM Tipe 2 Pada Remaja Kelas IX di SMPN 8 Palangka Raya	SMPN 8 Palanagka Raya
----	-------------	-------------------	---	-----------------------

Wakil Direktur I Poltekkes Kemenkes Palangka Raya,



Maria Magdalena Purba, S.Kep,Ns,MMed.Ed
NIP 197012121998032009

Lampiran 10 Surat Izin Penelitian



PEMERINTAH KOTA PALANGKA RAYA DINAS PENANAMAN MODAL DAN PELAYANAN TERPADU SATU PINTU

Jl. Yos Sudarso No.02 Palangka Raya Kalimantan Tengah 73112
Telp/Fax. (0536) 421035. Posel: dpmpstppalangkaraya@gmail.com

SURAT IZIN PENELITIAN

Nomor : 503.2/0819/SPP-IP/II/2023

- Membaca : Surat Wakil Direktur I POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES PALANGKA RAYA DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN Nomor : PP 08 02/1/4735/2023 tanggal 04 Februari 2023 perihal Permohonan Izin Melaksanakan Penelitian an SITI NAJIROH dkk.
- Mengingat : 1. Undang-Undang Nomor 18 Tahun 2002 tentang Sistem Nasional Penelitian, Pengembangan dan Penerapan Ilmu Pengetahuan dan Teknologi
2. Peraturan Menteri Dalam Negeri Nomor 17 Tahun 2016 tentang Pedoman Penelitian dan Pengembangan di Lingkungan Kementerian Dalam Negeri dan Pemerintah Daerah
3. Peraturan Gubernur Kalimantan Tengah Nomor 12 Tahun 2015 tentang Perubahan atas Peraturan Gubernur Nomor 59 Tahun 2008 tentang Tata Cara Pemberian Izin Penelitian/Pendataan bagi setiap Instansi Pemerintah maupun Non Pemerintah
4. Peraturan Daerah Kota Palangka Raya Nomor 7 Tahun 2017 tentang Penyelenggaraan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Kota Palangka Raya
5. Peraturan Walikota Palangka Raya Nomor 32 Tahun 2017 tentang Pelimpahan Kewenangan Walikota Palangka Raya di Bidang Perizinan dan Non Perizinan Kepada Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Kota Palangka Raya
- Memberikan Izin kepada
Nama : **MAWADDAH RAUDHATUL JANNAH, NIM : 62.20.1.19.418** Mahasiswa Program : S1, Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan, Jurusan -, POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES PALANGKA RAYA, DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN
- Judul Penelitian : **HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN TENTANG MENSTRUASI DENGAN KESIAPAN MENGHADAPI MENARCHE PADA REMAJA DI SMPN 8 PALANGKA RAYA.**
- Lokasi : **SMPN 8 Palangka Raya**

Dengan Ketentuan

- Sebelum melakukan penelitian agar melaporkan diri kepada Pejabat yang berwenang di tempat/lokasi yang ditetapkan.
- Hasil penelitian ini supaya diserahkan kepada Pemerintah Kota Palangka Raya Cq. Bidang Penelitian dan Pengembangan BAPPEDA-LITBANG Kota Palangka Raya dan DPM-PTSP berupa Soft Copy dalam bentuk PDF.
- Surat Izin Penelitian ini agar tidak disalahgunakan untuk tujuan tertentu, yang dapat mengganggu kestabilan Pemerintah tetapi hanya dipergunakan untuk keperluan ilmiah;
- Surat Izin Penelitian ini diberikan selama 3 (tiga) Bulan, terhitung mulai tanggal **05 Februari 2023 s/d 05 Mei 2023** dan dapat dibatalkan sewaktu-waktu apabila Peneliti tidak memenuhi kriteria ketentuan-ketentuan pada butir a,b dan c tersebut di atas;
- Apabila penelitian sudah berakhir agar melaporkan ke BAPPEDA-LITBANG untuk mendapatkan surat keterangan selesai penelitian.

Demikian surat izin penelitian ini diberikan agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Ditetapkan di Palangka Raya
pada tanggal 09 Februari 2023



Terbuan disampaikan Kepada Yth:

- Wakil Kota Palangka Raya di Palangka Raya (sebagai laporan).
- Kepala BAPPEDA-LITBANG Kota Palangka Raya di Palangka Raya.
- Wakil Direktur I POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES PALANGKA RAYA DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN di Palangka Raya.
- Kepala SMPN 8 Palangka Raya di Palangka Raya.

Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh Balai Sertifikasi Elektronik (BSrE), BSSN

Lampiran 11 Surat Selesai Mengadakan Penelitian



PEMERINTAH KOTA PALANGKA RAYA
DINAS PENDIDIKAN
SMP NEGERI 8 PALANGKA RAYA

Jl. Tembungung Tikang Nomor 58 Telepon (0536) 3222158 Palangka Raya Kode Pos 73112
E-mail : smpn8plk@gmail.com Weblog: http://www.smpndelapan.blogspot.com

Palangka Raya, 17 Maret 2023

Nomor : 420/175/III.421/SMPN8/DS/III/2023
Lampiran : -
Perihal : Selesai Mengadakan Penelitian
a.n. MAWADDAH RAUDHATUL JANNAH

Kepada
Yth. Dekan Politeknik Kesehatan
Kemenkes Palangka Raya

Di Palangka Raya

Berdasarkan Surat dari Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Nomor :503.2/0819/SPP-IP/II/2023, Tanggal : 09 Februari 2023, Perihal Izin Mengadakan Penelitian, dengan ini Kepala SMP Negeri 8 Palangka Raya menerangkan bahwa :

Nama : MAWADDAH RAUDHATUL JANNAH
NIM : 62.20.1.19.418
Jurusan : Sarjana Terapan Keperawatan
Program : Strata Satu (S-1)
Judul Skripsi : **"HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN TENTANG MENSTRUASI DENGAN KESIAPAN MENGHADAPI MENARCHE PADA REMAJA DI SMPN 8 PALANGKA RAYA"**.

Yang bersangkutan telah selesai mengadakan penelitian pada SMP Negeri 8 Palangka Raya dalam waktu yang diizinkan sejak tanggal yang ditetapkan **05 Februari 2023** sampai dengan **05 Mei 2023**.

Demikian surat keterangan ini kami sampaikan, agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Kepala Sekolah,

KETUTI WIDANE, S.Pd.,MM
NIP. 19660115 199003 1 019

1. Politeknik Kemenkes Palangka Raya
2. Kepala Sekolah
3. Yang Bersangkutan
4. Arsip.

Lampiran 12 Surat Keterangan Layak Etik



**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN
KOMISI ETIK PENELITIAN KESEHATAN
POLTEKES KEMENKES PALANGKA RAYA**

Sekretariat
Jalan G. Obos No. 30 Palangka Raya 73111 - Kalimantan Tengah



**KETERANGAN LAYAK ETIK
DESCRIPTION OF ETHICAL EXEMPTION
"ETHICAL EXEMPTION"**

No.83/III/KE.PF/2023

Protokol penelitian versi 1 yang diusulkan oleh :
The research protocol proposed by

Peneliti utama : Mawaddah Raudhatul Jannah
Principal In Investigator

Nama Institusi : Politeknik Kesehatan Kemenkes Palangka
Raya
Name of the Institution

Dengan judul:
Title

**"Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Menstruasi Dengan Kesiapan Menghadapi Menarche Pada Remaja Di
SMPN 8 Palangka Raya"**

*"The Relationship between Knowledge Level About Menstruation and Readiness for Menarche in Adolescents at SMPN 8
Palangka Raya"*

Dinyatakan layak etik sesuai 7 (tujuh) Standar WHO 2011, yaitu 1) Nilai Sosial, 2) Nilai Ilmiah, 3) Pemerataan Beban dan Manfaat, 4) Risiko, 5) Bujukan/Eksploitasi, 6) Kerahasiaan dan Privacy, dan 7) Persetujuan Setelah Penjelasan, yang merujuk pada Pedoman CIOMS 2016. Hal ini seperti yang ditunjukkan oleh terpenuhinya indikator setiap standar.

Declared to be ethically appropriate in accordance to 7 (seven) WHO 2011 Standards. 1) Social Values, 2) Scientific Values, 3) Equitable Assessment and Benefits, 4) Risks, 5) Persuasion/Exploitation, 6) Confidentiality and Privacy, and 7) Informed Consent, referring to the 2016 CIOMS Guidelines. This is as indicated by the fulfillment of the indicators of each standard.

Pernyataan Laik Etik ini berlaku selama kurun waktu tanggal 20 Maret 2023 sampai dengan tanggal 20 Maret 2024.

This declaration of ethics applies during the period March 20, 2023 until March 20, 2024.



March 20, 2023
Professor and Chairperson,

Yeni Lucin, S.Kep,MPH

Lampiran 13 Lembar Bimbingan

LEMBAR BIMBINGAN SKRIPSI

Nama Mahasiswa : Mawaddah Raudhatul Jannah
NIM : PO.62.20.1.19.418
Judul Skripsi : Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Menstruasi Dengan Kesiapan Menghadapi *Menarche* Pada Remaja Di SMPN 8 Palangka Raya
Pembimbing I : Ns. Gad Datak, M.Kep., Sp.MB.

Tanggal	Bimbingan Ke-	Hasil Bimbingan	Tanda Tangan Pembimbing
04 Oktober 2022	1	<ul style="list-style-type: none">- Melakukan pengecekan pada judul di Prodi, untuk memastikan tidak adanya kesamaan/plagiarism- Tambahkan data/penelitian/literatur mengenai judul yang di ambil- Berikan alasan mengapa tertarik mengambil judul tersebut, lalu dibuat ke latar belakang- Cari jurnal minimal 3-5 tahun terakhir	
07 Oktober 2022	2	<ul style="list-style-type: none">- Pada latar belakang, mohon diperbaiki cara menuliskan hasil hasil penelitian di latar belakang, lihat contoh hasil penulisan latar belakang penelitian orang lain- Yang ditulis pada latar belakang ini, adalah hasil hasil penelitian yang menuliskan ada hubungan antara PHBS dengan diare- Definisi diare tidak perlu dalam latar belakang- Perbaiki tata letak isi tulisan agar ada kesinambungan tulisan- Sebelum tulisan penutup pada latar belakang, harus ada alasan kenapa hal ini harus diteliti di kota palangka raya (puskesmas) & dampaknya apa kalo tidak dilakukan penelitian	

20 Oktober 2022	3	<ul style="list-style-type: none"> - Mencari data Diare Riskesdas 2013 & 2018 - Penulisan pada kutipan/pendapat dari artikel hasil penelitian dalam satu alinea digabung - Informasi terkait dari fenomena di lokasi penelitian 	
01 November 2022	4	<ul style="list-style-type: none"> - Cari data Diare Riskesdas 2013 & 2018 Di Kalteng - Tambahkan penelitian terdahulu - Cari artikel pendukung punya orang lain - Pelajari mengenai desain penelitian 	
10 November 2022	5	<ul style="list-style-type: none"> - Pelajari kembali mengenai Desain Operasional - Buatlah kerangka konsep teori - Buat tahap-tahap pengumpulan data - Tampilkan nilai Validitas dan Realibilitas kuesioner yang digunakan - Perhatikan analisis data yang digunakan - Kriteria inklusi dan eksklusi harus ada - Pelajari cara mengambil sampel - Ganti judul proposal 	
17 November 2022	6	<ul style="list-style-type: none"> - Perhatikan cara pengambilan sampel - Tambahkan Hipotesis penelitian - Dibagian definisi operasional dilihat lagi apakah harus ada penambahan variabel - Dicek kembali dibagian kuesioner tentang variabel ada yang perlu diubah atau tidak 	
28 November 2022	7	<ul style="list-style-type: none"> - Cek lagi apakah pernah dilakukan dengan penelitian yang sama - Tentukan kapan waktu penelitian akan dilakukan - Penulisan tentang rumus disesuaikan dengan buku panduan - Dibagian pengumpulan data jelaskan cara menentukan responden dengan cara apa - Masukkan data penelitian dibagian analisis univariat 	
08 Desember 2022	8	<ul style="list-style-type: none"> - Penulisan tentang huruf yang digunakan untuk rumus disesuaikan dengan buku panduan - Dibagian pengumpulan data jelaskan cara menentukan responden dengan cara apa 	
12 Desember 2022	9	<ul style="list-style-type: none"> - ACC Proposal 	

06 Juni 2023	10	<ul style="list-style-type: none"> - Mohon file dikecilkan dulu karena mempersulit koreksi dan pelajari cara memperkecil file - Kerangka konsep penelitian dicek kembali karena faktor perancu tidak tertulis 	
07 Juni 2023	11	<ul style="list-style-type: none"> - Analisis univariat kalo bisa dijadikan satu 	
09 Juni 2023	12	<ul style="list-style-type: none"> - Pada kesimpulan akhir pada analisis bivariat tuliskan langsung hasil analisisnya (penulisan p value dibelakang) 	
12 Juni 2023	13	<ul style="list-style-type: none"> - Perbaiki redaksional hasil analisis bivariat 	
13 Juni 2023	14	<ul style="list-style-type: none"> - Perbaiki kesimpulan 	
15 Juni 2023	15	<ul style="list-style-type: none"> - Cek kembali semua penulisan tata bahasa yang ada di skripsi 	
17 Juni 2023	16	<ul style="list-style-type: none"> - Perbaiki BAB I tujuan sesuai masukan - Perbaiki BAB III pelaksanaan pengumpulan data & penulisan dalam analisis univariat & bivariat 	
19 Juni 2023	17	<ul style="list-style-type: none"> - ACC untuk ujian hasil skripsi 	

LEMBAR BIMBINGAN SKRIPSI

Nama Mahasiswa : Mawaddah Raudhatul Jannah
 NIM : PO.62.20.1.19.418
 Judul Skripsi : Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Menstruasi Dengan Kesiapan Menghadapi *Menarche* Pada Remaja Di SMPN 8 Palangka Raya
 Pembimbing II : Ns. Reny Sulistyowati, S.Kep., M.Kep.

Tanggal	Bimbingan Ke-	Hasil Bimbingan	Tanda Tangan Pembimbing
31 Oktober 2022	1	<ul style="list-style-type: none"> - Perbanyak membaca jurnal/artikel orang lain - Perbaiki penulisan sesuai dengan kaidah yang tepat dan benar 	
04 November 2022	2	<ul style="list-style-type: none"> - Carilah jurnal paling lama 5 tahun terakhir dan buku 10 tahun terakhir - Lebih diperjelas lagi dibagian tujuan khusus yang ingin dibahas 	
11 November 2022	3	<ul style="list-style-type: none"> - Cari dan sesuaikan kuesioner dengan isi dibagian tujuan khusus dan bab 2 - Perhatikan teknik cara pengambilan sampel 	
17 November 2022	4	<ul style="list-style-type: none"> - Perhatikan tulisan sesuai KBBI - Cek kembali cara penulisan daftar pustaka di buku panduan 	
24 November 2022	5	<ul style="list-style-type: none"> - Dibagian definisi operasional dilihat lagi apakah harus ada penambahan variabel - Dibagian etika penulisan ditambahkan pengecekan dari fakultas tentang apakah penelitian tersebut aman untuk responden 	
28 November 2022	6	<ul style="list-style-type: none"> - Tambahkan dibagian tujuan khusus tentang data demografi responden - Cek kembali cara penulisan daftar pustaka di buku panduan 	
30 November 2022	7	<ul style="list-style-type: none"> - Cek kembali penulisan dan sesuaikan dengan KBBI - Cek daftar pustaka sesuaikan dengan buku panduan 	

05 Desember 2022	8	- Cek kembali semua penulisan yang ada di proposal	
12 Desember 2022	9	- ACC Proposal	
06 Juni 2023	10	- Perbaiki dibagian hasil & pembahasan	
07 Juni 2023	11	- Perbaiki dibagian keterbatasan penelitian	
08 Juni 2023	12	- Tambahkan penelitian lain dibagian pembahasan	
09 Juni 2023	13	- Perbaiki dibagian kesimpulan & saran	
12 Juni 2023	14	- Cek kembali penulisan dan sesuaikan dengan KBBI	
13 Juni 2023	15	- Cek daftar pustaka sesuaikan dengan buku panduan	
14 Juni 2023	16	- Cek kembali semua penulisan yang ada di skripsi	
15 Juni 2023	17	- ACC untuk ujian hasil skripsi - Silakan konsultasi ke pembimbing 1	

Lampiran 14 Daftar Riwayat Hidup

DAFTAR RIWAYAT HIDUP



Nama : Mawaddah Raudhatul Jannah
Tempat/Tanggal Lahir : Muara Teweh, 24 Juni 2001
Alamat : Jl. Yetro Sinseng, RT.009, Kel. Lanjas,
Kec. Teweh Tengah, Kab. Barito Utara
Surel : mawaddahrj01@gmail.com
Telp : 082158917540

Riwayat Pendidikan:

1. SD Madrasah Ibtidaiyah Negeri Melayu Muara Teweh, Barito Utara Lulus tahun 2013
2. SMP Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Muara Teweh, Barito Utara Lulus tahun 2016
3. SMA Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Muara Teweh, Barito Utara Lulus tahun 2019