

**PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT
FAKULTAS KESEHATAN
INSTITUT TEKNOLOGI DAN KESEHATAN MAHARDIKA**

Skripsi, Juli 2025

Nina Ayu Pratiwi, Ani Nurhaeni, Annisa Fitriana Nurrizky

**HUBUNGAN PENDIDIKAN KESEHATAN TENTANG MENSTRUASI
DENGAN TINGKAT KECEMASAN DALAM MENGHADAPI
MENARCHE PADA SISWI KELAS VI SDN TAMAN
KALIJAGA PERMAI KOTA CIREBON**

xii + 69 halaman + 1 Tabel + 2 Bagan + 9 Lampiran

ABSTRAK

Menarche merupakan fase penting dalam kehidupan remaja perempuan yang seringkali menimbulkan kecemasan, terutama bila mereka belum memiliki pengetahuan yang cukup tentang menstruasi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara pendidikan kesehatan tentang menstruasi dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi menarche pada siswi kelas VI SDN Taman Kalijaga Permai Kota Cirebon. Penelitian menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan pra-eksperimen, jenis one group pretest-posttest design. Sampel penelitian berjumlah 30 siswi yang diambil dengan teknik total sampling. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner kecemasan berdasarkan Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS). Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat penurunan tingkat kecemasan yang signifikan setelah diberikan pendidikan kesehatan tentang menstruasi (nilai $p < 0,05$). Kesimpulannya, terdapat hubungan yang signifikan antara pendidikan kesehatan tentang menstruasi dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi menarche. Oleh karena itu, pendidikan kesehatan di sekolah dasar sangat penting untuk meningkatkan kesiapan mental siswi menghadapi menarche serta mengurangi kecemasan yang mungkin timbul.

Kata Kunci: Pendidikan Kesehatan, Menarche, Kecemasan, Siswi Sekolah Dasar
Daftar Pustaka : 25 (2019-2024)

**PUBLIC HEALTH STUDY PROGRAM
FACULTY OF HEALTH SCIENCES
INSTITUTE OF TECHNOLOGY AND HEALTH MAHARDIKA**

Thesis, July 2025

Nina Ayu Pratiwi, Ani Nurhaeni, Annisa Fitriana Nurrizky

**THE RELATIONSHIP BETWEEN HEALTH EDUCATION ABOUT
MENSTRUATION AND ANXIETY LEVELS IN FACING MENARCHE
AMONG SIXTH GRADE STUDENTS AT SDN TAMAN KALIJAGA
PERMAI, CIREBON CITY**

xii + 69 pages + 1 Table + 2 Charts + 9 Appendices

ABSTRACT

Menarche is a significant phase in the life of adolescent girls and often causes anxiety, especially when they lack sufficient knowledge about menstruation. This study aims to determine the relationship between health education about menstruation and the level of anxiety in facing menarche among sixth grade female students at SDN Taman Kalijaga Permai, Cirebon City. This research employed a quantitative design using a pre-experimental one-group pretest-posttest design. The sample consisted of 30 students selected using total sampling. The instrument used was a questionnaire based on the Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS). The results showed a significant decrease in anxiety levels after the provision of health education on menstruation ($p < 0.05$). In conclusion, there is a significant relationship between health education on menstruation and anxiety levels in facing menarche. Therefore, providing reproductive health education at the elementary school level is essential to enhance students' mental readiness and reduce anxiety related to menarche.

Keywords: health education, menarche, anxiety, elementary school girls

Bibliography : 25 (2019-2024)