

## DAFTAR ISI

|   |      |
|---|------|
| HALAMAN JUDUL.....  | i    |
| SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME.....   | ii   |
| HALAMAN PERSETUJUAN.....  | iii  |
| HALAMAN PENGESAHAN.....   | iv   |
| ABSTRAK.....  | v    |
| ABSTRACT.....   | vi   |
| MOTTO.....  | vii  |
| PERSEMBAHAN.....  | viii |
| KATA PENGANTAR.....   | ix   |
| DAFTAR ISI.....   | xi   |
| DAFTAR TABEL.....   | xiv  |
| DAFTAR GAMBAR.....  | xvi  |
| DAFTAR LAMPIRAN.....  | xvii |
| BAB I PENDAHULUAN.....  | 1    |
| A. Latar Belakang.....  | 1    |
| B. Rumusan Masalah.....   | 5    |
| C. Tujuan Penelitian.....   | 6    |
| D. Manfaat Penelitian.....  | 7    |
| BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....  | 8    |
| A. Tinjauan Teori.....  | 8    |
| 1. Tingkat Kecemasan Remaja Putri saat Menghadapi Menstruasi.....               | 8    |
| 2. Paket Pendidikan Kesehatan Relaksasi Distraksi Audio Visual (REDAV)<br>..... | 12   |

|   |    |
|---|----|
| 3. Pengaruh Paket REDAV Terhadap Tingkat Kecemasan Remaja Putri dalam Menghadapi Menstruasi.....                          | 14 |
| B. Kerangka Teori.....  | 16 |
| C. Hipotesis.....   | 17 |
| BAB III METODE PENELITIAN .....   | 18 |
| A. Kerangka Konsep.....   | 18 |
| B. Variabel Penelitian.....   | 18 |
| C. Jenis dan Desain Penelitian.....   | 19 |
| D. Populasi Dan Sampel Penelitian.....  | 20 |
| E. Tempat dan Waktu Penelitian.....   | 22 |
| F. Definisi Operasional.....  | 22 |
| G. Instrumen/Alat Pengumpulan Data.....   | 23 |
| H. Metode Pengumpulan Data.....   | 26 |
| I. Analisa Data.....  | 30 |
| J. Etika Penelitian.....  | 34 |
| BAB IV HASIL PENELITIAN.....  | 36 |
| A. Karakteristik Responden.....   | 36 |
| 1. Karakteristik Remaja Putri Berdasarkan Umur.....   | 36 |
| 2. Karakteristik Remaja Putri Berdasarkan Tingkat Pendidikan.....   | 37 |
| 3. Karakteristik Remaja Putri Berdasarkan Lamanya Haid.....   | 37 |
| 4. Intensitas Nyeri Tingkat Kecemasan Remaja Putri tentang Menstruasi.  | 38 |
| B. Perbedaan Tingkat Kecemasan Remaja Putri Sebelum dan Sesudah Diberikan Paket REDAV di SD Islam Al-Fattah Semarang..... | 38 |
| 1. Uji Normalitas.....  | 38 |
| 2. Uji Homogenitas.....   | 39 |

|  |    |
|--|----|
| 3. Uji <i>Wilcoxon Test</i> .....  | 40 |
| 4. Uji <i>Mann-Withney U Test</i> .....  | 40 |
| BAB V PEMBAHASAN.....  | 42 |
| A. Karakteristik Responden.....  | 42 |
| 1. Karakteristik Remaja Putri Berdasarkan Umur.....  | 42 |
| 2. Karakteristik Remaja Putri Berdasarkan Tingkat Pendidikan.....                              | 43 |
| 3. Karakteristik Remaja Putri Berdasarkan Lamanya Haid.....                                    | 45 |
| 4. Karakteristik Remaja Putri Berdasarkan Tingkat Kecemasan Sebelum diberikan Paket REDAV..... | 46 |
| 5. Karakteristik Remaja Putri Berdasarkan Tingkat Kecemasan Sesudah diberikan Paket REDAV..... | 47 |
| B. Perbedaan Tingkat Kecemasan Remaja Putri Sebelum dan Sesudah Diberikan Paket REDAV.....     | 48 |
| C. Keterbatasan Penelitian.....  | 51 |
| D. Implikasi Keperawatan.....  | 51 |
| BAB VI PENUTUP.....  | 53 |
| A. Simpulan.....   | 53 |
| B. Saran.....  | 54 |
| DAFTAR PUSTAKA.....  | 55 |

## DAFTAR TABEL

|  |           |
|--|-----------|
| <b>TABEL 1. Definisi Operasional.....</b>  | <b>22</b> |
| <b>TABEL 2. Blue Print Kecemasan Menstruasi.....</b>   | <b>24</b> |
| <b>TABEL 3. Distribusi Frekuensi Remaja Putri Berdasarkan Umur di SD Islam Al-Fattah Semarang dan SD Islam Sultan Agung 04 Semarang pada bulan Oktober 2019 (N=70).....</b>  | <b>36</b> |
| <b>TABEL 4. Distribusi Frekuensi Remaja Putri Berdasarkan Tingkat Pendidikan di SD Islam Al-Fattah Semarang dan SD Islam Sultan Agung 04 Semarang pada bulan Oktober 2019 (N=70).....</b>  | <b>37</b> |
| <b>TABEL 5. Distribusi Frekuensi Remaja Putri Berdasarkan Lamanya Haid di SD Islam Al-Fattah Semarang pada bulan Oktober 2019 (N=70).....</b>  | <b>37</b> |
| <b>TABEL 6. Distribusi Frekuensi Intensitas Remaja Putri sebelum dan sesudah diberikan teknik relaksasi distraksi audio visual di SD Islam Al-Fattah Semarang pada bulan Oktober 2019 (N=70).....</b>  | <b>38</b> |
| <b>TABEL 7. Uji Normalitas Pre Test Efektivitas Paket Relaksasi Distraksi Audio Visual (REDAV) Terhadap Tingkat Kecemasan Remaja Putri dalam Menghadapi Menstruasi di SD Islam Al-Fattah Semarang dan SD Islam Sultan Agung 04 Semarang pada bulan Oktober 2019 (N=70).....</b>  | <b>38</b> |
| <b>TABEL 8. Uji Normalitas Post Test Efektivitas Paket Relaksasi Distraksi Audio Visual (REDAV) Terhadap Tingkat Kecemasan Remaja Putri dalam Menghadapi Menstruasi di SD Islam Al-Fattah Semarang dan SD Islam Sultan Agung 04 Semarang pada bulan Oktober 2019 (N=35).....</b> | <b>39</b> |
| <b>TABEL 9. Uji Homogenitas Efektivitas Paket Relaksasi Distraksi Audio Visual (REDAV) Terhadap Tingkat Kecemasan Remaja Putri dalam Menghadapi Menstruasi di SD Islam Al-Fattah Semarang dan SD Islam Sultan Agung 04 Semarang pada bulan Oktober 2019 (N=70).....</b>          | <b>39</b> |
| <b>TABEL 10. Uji Wilcoxon test Efektivitas Paket Relaksasi Distraksi Audio Visual (REDAV) Terhadap Tingkat Kecemasan Remaja Putri dalam Menghadapi Menstruasi di SD Islam Al-Fattah Semarang dan SD Islam Sultan Agung 04 Semarang pada bulan Oktober 2019 (N=35).....</b>       | <b>40</b> |
| <b>TABEL 11. Uji Mann-Whitney U Test Efektivitas Paket Relaksasi Distraksi Audio Visual (REDAV) Terhadap Tingkat Kecemasan Remaja Putri dalam Menghadapi Menstruasi di SD Islam Al-Fattah Semarang dan SD Islam Sultan Agung 04 Semarang pada bulan Oktober 2019 (N=70).....</b> | <b>40</b> |

## **DAFTAR GAMBAR**

|  |           |
|--|-----------|
| <b>Gambar 1. Kerangka Teori.....</b>             | <b>16</b> |
| <b>Gambar 2. Kerangka Konsep Penelitian.....</b> | <b>18</b> |
| <b>Gambar 3. Alur Intervensi Penelitian.....</b> | <b>28</b> |

## DAFTAR LAMPIRAN

|  |            |
|--|------------|
| <b>LAMPIRAN 1. Surat Permohonan Ijin Survey Pendahuluan.....</b>       | <b>60</b>  |
| <b>LAMPIRAN 2. Surat Balasan Ijin Survey Pendahuluan.....</b>          | <b>61</b>  |
| <b>LAMPIRAN 3. Surat Ijin Penelitian.....</b>                          | <b>62</b>  |
| <b>LAMPIRAN 4. Surat Jawaban Ijin Penelitian.....</b>                  | <b>64</b>  |
| <b>LAMPIRAN 5. Surat Keteangan Lolos Uji Etik.....</b>                 | <b>65</b>  |
| <b>LAMPIRAN 6. Surat Keterangan Selesai Penelitian.....</b>            | <b>66</b>  |
| <b>LAMPIRAN 7. Surat Permohonan Menjadi Responden.....</b>             | <b>68</b>  |
| <b>LAMPIRAN 8. Surat Persetujuan Menjadi Responden.....</b>            | <b>69</b>  |
| <b>LAMPIRAN 9. Kuesioner Penelitian.....</b>                           | <b>70</b>  |
| <b>LAMPIRAN 10. Pedoman Intervensi Paket REDAV.....</b>                | <b>72</b>  |
| <b>LAMPIRAN 11. Booklet Paket Pendidikan Kesehatan Menstruasi.....</b> | <b>82</b>  |
| <b>LAMPIRAN 12. Hasil Olah Data SPSS.....</b>                          | <b>95</b>  |
| <b>LAMPIRAN 13. Catatan Bimbingan Skripsi.....</b>                     | <b>100</b> |
| <b>LAMPIRAN 14. Dokumentasi Penelitian.....</b>                        | <b>104</b> |
| <b>LAMPIRAN 15. Riwayat Hidup.....</b>                                 | <b>106</b> |
| <b>LAMPIRAN 16. Jadwal Penelitian.....</b>                             | <b>107</b> |

