

ABSTRAK

Remaja putri yang telah memasuki usia pubertas akan merasa cemas, takut, khawatir, dan gelisah saat mengetahui bahwa dirinya akan mengalami *menarche*. Tujuan penelitian ini untuk menganalisis pengaruh *health education* tentang menstruasi terhadap tingkat kecemasan dalam menghadapi *menarche* pada siswi.

Desain penelitian *Pra-experimental* dengan pendekatan *One group pre-post test design*. Populasi adalah seluruh siswi kelas 5 dan 6 yang belum mengalami *menarche* di SDN Jagir Surabaya sebesar 44 siswi dan jumlah sampel sebesar 39 siswi. Pengambilan sampel menggunakan *probability sampling* dengan *teknik stratified random sampling* dan menggunakan kuesioner sebagai alat ukur, selanjutnya data dianalisis menggunakan uji *Paired T-test*.

Hasil penelitian jawaban responden pada kuesioner *pre-test* didapatkan 15 siswi (38,5%) mengalami kecemasan ringan dan pada kuesioner *post-test* didapatkan 27 siswi (69,2%) tidak mengalami kecemasan. Setelah dilakukan uji statistik *Paired T-test* didapatkan nilai $\rho = 0.000$ dan $\alpha = 0.05$ berarti $\rho < \alpha$ maka H_0 ditolak artinya ada pengaruh *health education* tentang menstruasi terhadap tingkat kecemasan dalam menghadapi *menarche* pada siswi di SDN Jagir Surabaya.

Simpulan penelitian yaitu *health education* yang telah diberikan dapat menurunkan tingkat kecemasan siswi dalam menghadapi *menarche*, diharapkan pihak sekolah dapat bekerja sama dengan tenaga kesehatan untuk sering memberikan *health education* khususnya tentang *menarche* agar pengetahuan siswi tentang *menarche* bertambah sehingga tidak menimbulkan kecemasan.

Kata kunci : *health education*, kecemasan, *menarche*.