

**GAMBARAN TINGKAT KECEMASAN PADA SANTRIWATI
YANG MENGALAMI *MENARCHE* DINI DI PONDOK
PESANTREN**

SKRIPSI

Disusun untuk Memenuhi Salah Satu Tugas Mata Kuliah Skripsi



Oleh

AFI HERAWATI

NIM 22020122120013

DEPARTEMEN ILMU KEPERAWATAN

FAKULTAS KEDOKTERAN

UNIVERSITAS DIPONEGORO

SEMARANG, JUNI 2026

LEMBAR PERNYATAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Afi Herawati
NIM : 22020122120013
Fakultas/Jurusan : Fakultas Kedokteran/ S1 Ilmu Keperawatan
Jenis : Skripsi
Judul : Gambaran Tingkat Kecemasan pada Santriwati yang Mengalami *Menarche* Dini di Pondok Pesantren

Dengan ini menyatakan bahwa menyetujui untuk :

1. Memberikan hak bebas royalti kepada Perpustakaan Departemen Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro atas Penulisan karya ilmiah saya, demi pengembangan ilmu pengetahuan.
2. Memberikan hak menyimpan, mengalih formatkan/mediakan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, serta menampilkan dalam bentuk *softcopy* untuk kepentingan akademis kepada Departemen Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro, tanpa perlu meminta izin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis.
3. Bersedia dan menjamin untuk menanggung secara pribadi tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Departemen Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro dari semua bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran hak cipta dalam karya ilmiah ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan semoga dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Semarang, 4 Juni 2026

Yang menyatakan,



Afi Herawati

NIM. 22020122120013

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME

Nama : Afi Herawati
Tempat/ Tanggal Lahir :
Alamat Rumah : Jalan Galunggung

No. Telepon :
Alamat Email : afiiherawatii@gmail.com

Dengan ini menyatakan dengan sesungguhnya bahwa penelitian saya yang berjudul “Gambaran Tingkat Kecemasan pada Santriwati yang Mengalami *Menarche* Dini di Pondok Pesantren” bebas dari plagiarisme dan bukan hasil karya orang lain. Apabila di kemudian hari sebagian atau seluruh bagian dari penelitian dan dan karya ilmiah dari hasil penelitian tersebut terdapat indikasi plagiarisme, saya bersedia menerima sanksi sesuai dengan peraturan yang berlaku.

Demikian pernyataan ini dibuat dalam keadaan sadar tanpa ada unsur paksaan.

Semarang, 4 Juni 2026

Yang menyatakan,



Afi Herawati

NIM. 22020122120013

LEMBAR PERSETUJUAN

Yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan bahwa Skripsi yang berjudul:

**GAMBARAN TINGKAT KECEMASAN PADA SANTRIWATI YANG
MENGALAMI *MENARCHE* DINI DI PONDOK PESANTREN**


Dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : Afi Herawati

NIM : 22020122120013

Telah disetujui sebagai laporan penelitian skripsi
dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk
direview

Pembimbing,

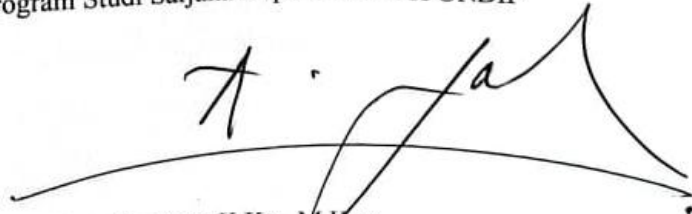


Dr. Anggorowati, S.Kp., M.Kep., Sp.Mat

NIP. 1977083002001122001

Mengetahui,

Ketua Program Studi Sarjana Keperawatan FK UNDIP



Agus Santoso, K.Kp., M.Kep

NIP. 19728211999031002

LEMBAR PENGESAHAN

Yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan bahwa **Skripsi** yang berjudul:

**GAMBARAN TINGKAT KECEMASAN PADA SANTRIWATI YANG
MENGALAMI *MENARCHE* DINI DI PONDOK PESANTREN**

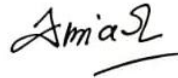
Dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : Afi Herawati

NIM : 22020122120013

Telah diuji pada **Kamis, 18 Juni 2026** dan dinyatakan telah memenuhi syarat
untuk **mendapatkan gelar Sarjana Keperawatan.**

Ketua Penguji,



Sari Sudarmiati, S.Kp., M.Kep., Sp.Mat

NIP. 197906122002122001


Anggota Penguji,



Fatikhu Yatuni Asmara, S.Kp., M.Sc

NIP. 198002222007102001

Pembimbing,



Dr. Anggorowati, S.Kp., M.Kep, Sp.Mat

NIP.1977083002001122001

Mengetahui,

Ketua Departemen Ilmu Keperawatan FK UNDIP



Dr. Anggorowati, S.Kp., M.Kep., Sp.Mat

NIP.1977083002001122001

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT, Tuhan Yang Maha Pengasih dan Maha Penyayang, atas segala rahmat, hidayah, dan karunia-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Gambaran Tingkat Kecemasan pada Santriwati yang Mengalami *Menarche* Dini di Pondok Pesantren.”

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi ilmiah dalam memahami gambaran tingkat kecemasan pada santriwati yang mengalami *menarche* dini di pondok pesantren, serta menjadi dasar dalam pengembangan upaya promotif dan preventif di bidang keperawatan. Pemahaman mengenai tingkat kecemasan yang dialami santriwati sangat penting untuk membantu mengidentifikasi kebutuhan dukungan emosional dan psikologis, sehingga dapat mendukung proses adaptasi serta tumbuh kembang remaja secara optimal pada masa transisi menuju kedewasaan.

Peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih memiliki berbagai keterbatasan dan kekurangan. Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun sangat diharapkan demi penyempurnaan dan perbaikan di masa yang akan datang.

Semarang, Februari 2026



Afi Herawati

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti menyadari bahwa penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari bantuan, arahan, serta dukungan berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan penuh kerendahan hati, peneliti menyampaikan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Dr. Anggorowati, S.Kp., M.Kep., Sp.Mat selaku Ketua Departemen Ilmu Keperawatan Universitas Diponegoro sekaligus dosen pembimbing yang telah memberikan arahan, bimbingan, dan masukan selama proses penyusunan skripsi.
2. Agus Santoso, S.Kp., M.Kep selaku Ketua Program Studi S1 Ilmu Keperawatan Universitas Diponegoro.
3. Sari Sudarmiati, S.Kp., M.Kep., Sp.Mat selaku dosen penguji I yang telah memberikan kritik, saran, dan masukan yang sangat berarti bagi peneliti.
4. Fatikhu Yatuni Asmara, S.Kp., M.Sc selaku dosen penguji II yang juga telah memberikan saran serta masukan demi penyempurnaan skripsi ini.
5. Kedua orang tua peneliti, Bapak dan Ibu , yang selalu menjadi sumber kekuatan dan inspirasi, serta senantiasa mendoakan dan mendukung peneliti sejak awal perkuliahan hingga penyelesaian tugas akhir.
6. Mas selaku kakak dari penulis yang memberikan semangat dan doa selama perkuliahan.
7. Seseorang yang tidak dapat disebutkan namanya, yang selalu memberikan dukungan, semangat, serta turut membantu penulis dalam proses penyusunan tugas akhir ini.

8. Sahabat peneliti Zilda, Caca, Nela, dan Livia yang senantiasa memberikan dukungan serta menjadi tempat berbagi cerita selama masa perkuliahan.
9. Rekan satu bimbingan, Dea, Vania, dan Pritha, yang saling membantu dan memberi semangat selama proses penelitian.
10. Teman-teman Prodi Keperawatan Angkatan 2022 yang telah menjadi bagian dari perjalanan akademik yang penuh pengalaman dan kebersamaan.

DAFTAR ISI

LEMBAR PERNYATAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH	i
SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME	ii
LEMBAR PERSETUJUAN.....	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
KATA PENGANTAR.....	v
UCAPAN TERIMA KASIH	vi
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
ABSTRAK	xiv
ABSTACT.....	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Perumusan Masalah	6
1.3 Tujuan Penelitian.....	7
1.3.1 Tujuan Umum	7
1.3.2 Tujuan Khusus.....	7
1.4 Manfaat Penelitian	8
1.4.1 Pihak Pondok Pesantren.....	8
1.4.2 Tenaga Kesehatan.....	8
1.4.3 Peneliti	8
1.4.4 Santriwati	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	9
2.1 Remaja Putri.....	9
2.1.1 Pengertian Remaja	9
2.1.2 Tahapan Remaja	10
2.1.3 Karakteristik Pertumbuhan dan Perkembangan Remaja.....	12

2.1.4	Faktor yang Mempengaruhi Pertumbuhan Remaja	15
2.1.5	Tugas Perkembangan Remaja	16
2.2	Menarche Dini.....	18
2.2.1	Pengertian <i>Menarche</i> Dini	18
2.2.2	Faktor Penyebab <i>Menarche</i> Dini.....	19
2.2.3	Dampak <i>Menarche</i> Dini	22
2.2.4	Pencegahan <i>Menarche</i> Dini	23
2.3	Kecemasan	24
2.3.1	Pengertian Kecemasan	24
2.3.2	Rentang Respon Kecemasan.....	24
2.3.3	Teori Kecemasan.....	26
2.3.4	Tingkatan Kecemasan	28
2.3.5	Faktor yang Mempengaruhi Kecemasan pada Remaja yang Mengalami <i>Menarche</i>	29
2.3.6	Dampak Kecemasan.....	31
2.4	Santriwati	32
2.4.1	Pengertian Santriwati	32
2.4.2	Karakteristik Santriwati sebagai Remaja Putri	33
2.4.3	Dinamika Psikologis Santri dalam Lingkungan Pondok Pesantren	34
2.5	Kerangka Teori dan Kerangka Konsep	35
2.5.1	Kerangka Teori.....	35
2.5.2	Kerangka Konsep.....	36
BAB III METODE PENELITIAN.....		40
3.1	Jenis dan Rancangan Penelitian	40
3.2	Populasi dan Sampel	40
3.2.1	Populasi Penelitian.....	40
3.2.2	Sampel Penelitian.....	41
3.3	Tempat dan Waktu Penelitian.....	41
3.4	Variabel Penelitian, Definisi Operasional, dan Skala Pengukuran	42
3.4.1	Variabel Penelitian	42

3.4.2	Definisi Operasional.....	42
3.5	Instrumen dan Cara Pengumpulan Data.....	44
3.5.1	Instrumen Penelitian.....	44
3.5.2	Cara Pengumpulan Data.....	45
3.6	Uji Validitas dan Reliabilitas Kuesioner	46
3.7	Teknik Pengolahan dan Analisis Data.....	47
3.7.1	Teknik Pengolahan Data	47
3.7.2	Analisis Data	49
3.8	Etika Penelitian	49
BAB IV HASIL PENELITIAN		52
4.1	Gambaran Umum Penelitian	52
4.2	Karakteristik Responden	52
4.3	Tingkat Kecemasan Responden	53
4.4	Tingkat Kecemasan Berdasarkan Karakteristik Responden	55
BAB V PEMBAHASAN		58
5.1	Tingkat Kecemasan Berdasarkan Karakteristik Responden	58
5.1.1	Usia	58
5.1.2	Usia <i>Menarche</i>	60
5.1.3	Pendidikan Saat Ini	64
5.1.4	Lama Tinggal di Pondok Pesantren	66
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN		69
6.1	Kesimpulan	69
6.2	Saran.....	70
DAFTAR PUSTAKA		72

DAFTAR TABEL

Nomor	Judul Tabel	Halaman
1.	Variabel Penelitian, Definisi Operasional, dan Skala Pengukuran	43
2.	Coding Data Penelitian	48
3.	Karakteristik Responden (N=118)	52
4.	Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan Responden (N=118)	53
5.	Sebaran Item Jawaban Responden (N=118)	53
6.	Tabulasi Silang Tingkat Kecemasan dengan Karakteristik Responden (N=118)	55

DAFTAR GAMBAR

Nomor	Judul Gambar	Halaman
1.	Rentang Respon Kecemasan Menurut Stuart, 2019	24
2.	Kerangka Teori	35
3.	Kerangka Konsep	36

DAFTAR LAMPIRAN

Nomor		Halaman
1.	Permohonan Pengambilan Data Awal MI	xii
2.	Permohonan Pengambilan Data Awal MTS	xiii
3.	Ijin Penggunaan Kuesioner	xiv
4.	<i>Ethical Clearance</i>	xv
5.	Surat Izin Penelitian MI Al Asror	xvi
6.	Surat Izin Penelitian MTS Al Asror	xvii
7.	Lembar Penjelasan Penelitian	xviii
8.	<i>Informed Consent</i> Wali	xix
9.	Kuesioner Data Demografi	xx
10.	Kuesioner Tingkat Kecemasan/HARS yang sudah dimodifikasi	xxi
11.	Surat Keterangan Melaksanakan Penelitian di MI Al Asror	xxiv
12.	Surat Keterangan Melaksanakan Penelitian di MTS Al Asror	xxv
13.	Bukti Plagiarisme	xxvi
14.	Lembar Konsultasi	xxvii
15.	Catatan Hasil Konsultasi	xxix
16.	Hasil Uji Statistik Analisa Data	xxxiii
17.	Komponen Item Pernyataan Kuesioner HARS	xxxvi

Departemen Ilmu Keperawatan
Fakultas Kedokteran
Universitas Diponegoro
Juni, 2026

ABSTRAK

Afi Herawati

Gambaran Tingkat Kecemasan pada Santriwati yang Mengalami *Menarche* Dini di Pondok Pesantren

xiv + 81 Halaman + 6 Tabel + 3 Gambar + 17 Lampiran

Remaja putri yang mengalami *menarche* sebelum usia 12 tahun dikategorikan mengalami *menarche* dini. Terjadinya *menarche* pada usia yang lebih awal dapat menyebabkan ketidaksesuaian antara kematangan fisik dan perkembangan emosional, sehingga meningkatkan kerentanan remaja terhadap stres dan kecemasan. Kondisi ini menjadi lebih kompleks ketika remaja berada di lingkungan pondok pesantren yang memiliki karakteristik unik seperti jauh dari orang tua, aturan yang ketat, dan rutinitas yang padat. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi gambaran tingkat kecemasan pada santriwati yang mengalami *menarche* dini di pondok pesantren. Penelitian menggunakan desain kuantitatif deskriptif dengan metode survey dan teknik total sampling pada 118 responden yang memenuhi kriteria inklusi yaitu santriwati usia remaja yang pernah atau sedang mengalami *menarche* dan tinggal di pondok selama penelitian. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner tingkat kecemasan HARS yang telah dimodifikasi dan dianalisis secara univariat. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebanyak 42 santriwati (35,5%) yang mengalami kecemasan sedang hingga berat. Hasil tersebut lebih tinggi dibandingkan santriwati yang mengalami kecemasan ringan (33,1%). Temuan ini menjadi dasar agar pihak pesantren bekerja sama dengan tenaga kesehatan dalam menyediakan edukasi kesehatan reproduksi dan layanan konseling sebagai upaya pencegahan serta penanganan kecemasan pada santriwati.

Kata Kunci : Tingkat Kecemasan, *Menarche* Dini, Remaja Perempuan

Daftar Pustaka : 124 (1991-2026)

Department of Nursing
Faculty of Medicine
Diponegoro University
June, 2026

ABSTACT

Afi Herawati

Anxiety Levels in Female Students Experiencing Early Menarche in Islamic Boarding Schools

xv + 81 Pages + 6 Tables + 3 Pictures + 17 Attachments

Girl adolescents who experience menarche before the age of 12 years are classified as having early menarche. The occurrence of menarche at an earlier age may lead to a mismatch between physical maturity and emotional development, thereby increasing adolescents' vulnerability to stress and anxiety. This condition becomes more complex when adolescents are in an Islamic boarding school environment that has unique characteristics such as being far from parents, strict rules, and busy routines. This study aimed to identify the anxiety levels among female students who experienced early menarche in Islamic boarding schools. This study employed a descriptive quantitative design using a survey method. A total sampling technique was applied to 118 respondents who met the inclusion criteria, namely adolescent female students who had experienced or were experiencing menarche and were residing in the boarding school during the study period. Data were collected using a modified HARS questionnaire and analyzed using univariate analysis. The results showed that 42 female students (35.5%) experienced moderate to severe anxiety. This proportion was higher than that of students who experienced mild anxiety (33.1%). These findings highlight the need for collaboration between Islamic boarding schools and healthcare professionals to provide reproductive health education and counseling services as preventive and supportive measures for managing anxiety among female students.

Keywords : Anxiety Level, Early Menarche, Adolescent Girls

References : 124 (1991-2026)