

**GAMBARAN TINGKAT *SELF EFFICACY*
PADA PERILAKU *MENSTRUAL HYGIENE*
REMAJA PUTRI SMP NEGERI 3 PATI**

SKRIPSI

Disusun untuk Memenuhi Salah Satu Tugas Mata Kuliah Skripsi



Oleh :

MILLA ARINDA YONNA

NIM 22020119140122

**DEPARTEMEN ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS DIPONEGORO
SEMARANG, NOVEMBER 2023**

SURAT PERNYATAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya :

Nama : Milla Arinda Yonna

NIM : 22020119140122

Fakultas/ Departemen : Kedokteran/ Ilmu Keperawatan

Jenis : Skripsi

Judul : Gambaran Tingkat *Self Efficacy* Pada Perilaku *Menstrual Hygiene* Remaja Putri SMP Negeri 3 Pati

Dengan ini menyatakan bahwa saya menyetujui untuk :

1. Memberikan hak bebas loyalti kepada Perpustakaan Departemen Ilmu Keperawatan UNDIP ata penulisan karya ilmiah saya, demi pengembangan ilmu pengetahuan
2. Memberikan hak menyimpan, mengalih mediakan/mengalih formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*data base*), mendistribusikannya, serta menampilkan dalam bentuk *soft copy* untuk kepentingan akademis kepada Perpustakaan Departemen Ilmu Keperawatan UNDIP, tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/ pencipta.
3. Bersedia dan menjeamin untuk menanggung secara pribadi tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Departemen Ilmu Keperawatan UNDIP 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, 30 November 2023

Yang Menyatakan



Milla Arinda Yonna

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME

Nama : Milla Arinda Yonna
Tempat/ Tanggal Lahir : Pati, 18 Mei 2001
Alamat Rumah : Desa Randukuning RT 3 RW 3 Kec. Pati Kab. Pati
No. Telp : 082324707645

Dengan ini menyatakan dengan sesungguhnya bahwa penelitian saya yang berjudul “Gambaran Tingkat *Self Efficacy* Pada Perilaku *Menstrual Hygiene* Remaja Putri SMP Negeri 3 Pati” bebas dari plagiarisme dengan *similarity index* 27% dan bukan hasil karya orang lain.

Apabila di kemudian hari ditemukan sebagian atau seluruh bagian dari penelitian dan karya ilmiah dari hasil – hasil penelitian tersebut terdapat indikasi plagiarisme, saya bersedia menerima sanksi sesuai dengan peraturan perundang – undangan yang berlaku.

Demikian pernyataan ini dibuat dalam keadaan sadar tanpa unsur paksaan dari siapapun.

Semarang, 30 November 2023

Yang Menyatakan,



Milla Arinda Yonna

NIM. 22020119140122

LEMBAR PERSETUJUAN

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

**GAMBARAN TINGKAT *SELF EFFICACY* PADA PERILAKU
MENSTRUAL HYGIENE REMAJA PUTRI SMP NEGERI 3 PATI**

Dipersiapkan dan disusun oleh :

Nama : Milla Arinda Yonna

NIM : 22020119140122

Telah disetujui sebagai **usulan** penelitian dan dinyatakan telah memenuhi syarat
untuk direview

Pembimbing

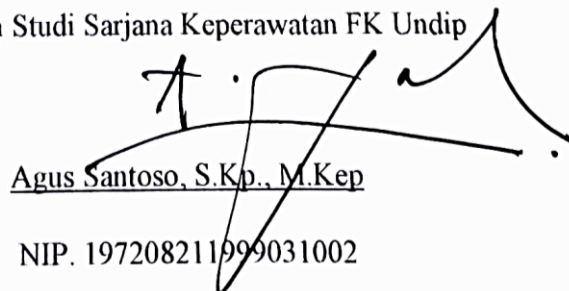


Muhammad Hasib Ardani, S.Kp., M.Kes

NIP. 197212182010121001

Mengetahui,

Program Studi Sarjana Keperawatan FK Undip



Agus Santoso, S.Kp., M.Kep

NIP. 197208211999031002

LEMBAR PENGESAHAN

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

**GAMBARAN TINGKAT *SELF EFFICACY* PADA PERILAKU
MENSTRUAL HYGIENE REMAJA PUTRI SMP NEGERI 3 PATI**

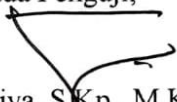
Dipersiapkan dan disusun oleh :

Nama : Milla Arinda Yonna

NIM : 22020119140122


Telah diuji pada tanggal 15 Desember 2023 dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk **mendapatkan gelar Sarjana Keperawatan**

Ketua Penguji,


Sarah Ulliya, S.Kp., M.Kes

NIP. 197701262001122001

Anggota Penguji,


Dr. Ns. Meira Erawati, S.Kep., Msi.Med

NIP. 1997705132002122002

Pembimbing,


Muhammad Hasib Ardani, S.Kp., M.Kes

NIP. 197212182010121001

Mengetahui,

Plt. Ketua Departemen Ilmu Keperawatan FK UNDIP


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

NIP. 197109191994031001

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT penulis panjatkan karena telah melimpahkan rahmat, taufik, dan hidayah-Nya sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul “Gambaran Tingkat *Self Efficacy* Pada Perilaku *Menstrual Hygiene* Remaja Putri SMP Negeri 3 Pati” ini dengan baik. Penulis menyusun skripsi ini untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam rangka memperoleh gelar Sarjana Keperawatan.

Skripsi ini berisikan tentang laporan penelitian mengenai *self-efficacy* pada perilaku *menstrual hygiene* remaja putri. *Self efficacy* yang tinggi pada remaja putri memicu praktik *menstrual hygiene* menjadi lebih maksimal dengan tujuan meningkatkan derajat kesehatan. Dalam penyusunan skripsi ini, penulis menemukan beberapa kendala namun dengan segala usaha dapat mengatasi kendala tersebut. Selain itu, penulis juga banyak mendapatkan pelajaran, motivasi, dan bimbingan yang sangat berharga dari berbagai pihak dari mulai awal hingga akhir penyusunan skripsi. Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini masih jauh dari kata sempurna sehingga besar harapan penulis untuk mendapatkan kritik dan saran dari pembaca. Penulis berharap skripsi ini dapat memberikan manfaat kepada pembaca untuk memperluas pengetahuan.

Semarang, November 2023

Milla Arinda Yonna

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyadari bahwa skripsi ini tidak mungkin terselesaikan tanpa adanya dukungan, bantuan, bimbingan, dan nasehat dari berbagai pihak selama penyusunan skripsi ini. Pada kesempatan ini penulis menyampaikan terima kasih setulus – tulusnya kepada :

1. Kedua orang tua tersayang Bapak Suyono dan Ibu Endar Mastutik, serta Kakak Vasisca Enno Afrilyana beserta keluarganya yang senantiasa mendoakan dan mendukung yang segala sesuatu yang terbaik bagi saya.
2. Dr. Anggorowati, S.Kp.,M.Kep.,Sp.Mat selaku Plt Ketua Departemen Ilmu Keperawatan, Fakultas Kedokteran, Universitas Diponegoro.
3. Agus Santoso, S.Kp.,M.Kep., selaku Ketua Program Studi Sarjana Keperawatan, Fakultas Kedokteran, Universitas Diponegoro.
4. Muhammad Hasib Ardani, S.Kp.,M.Kes selaku dosen pembimbing yang telah meluangkan banyak waktu untuk senantiasa membimbing, mengarahkan, dan memberikan dorongan selama proses penyusunan skripsi ini.
5. Sarah Ulliya, S.Kp.,M.Kes. dan Dr. Ns. Meira Erawati, S.Kep.,Msi.Med. selaku dosen penguji yang telah memberikan masukan dan bimbingan terkait skripsi ini.
6. Bapak dan Ibu dosen Departemen Ilmu Keperawatan atas ilmu dan pengetahuan yang telah diberikan selama masa perkuliahan berlangsung.

7. Seluruh staf Departemen Ilmu Keperawatan yang telah memfasilitasi segala urusan dengan baik.
8. Rekan – rekan Mahasiswa Keperawatan Cerebrum 2019 yang selalu memberikan motivasi kepada penulis dalam proses penyusunan skripsi ini.
9. Siswi SMP Negeri 3 Pati atas kesediannya menjadi responden penelitian dan guru SMP Negeri 3 Pati dalam membantu kelancaran dari penelitian.
10. Dan seluruh pihak yang turut membantu terlaksananya penyusunan proposal skripsi yang tidak dapat disebutkan satu persatu.

DAFTAR ISI

SURAT PERNYATAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH.....	ii
SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME.....	iii
LEMBAR PERSETUJUAN.....	iv
LEMBAR PENGESAHAN	v
KATA PENGANTAR	vi
UCAPAN TERIMA KASIH.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
ABSTRAK.....	xv
ABSTRACT.....	xiv
BAB I.....	1
PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	5
1.3 Tujuan Penelitian.....	6
1.3.1 Tujuan Umum	6
1.3.2 Tujuan Khusus	6
1.4 Manfaat Penelitian.....	7
1.4.1 Bagi Siswa.....	7
1.4.2 Bagi Institusi Pendidikan Keperawatan	7
1.4.3 Bagi Mahasiswa Keperawatan	8
1.4.4 Bagi Peneliti	8
BAB II.....	9
2.1 Remaja Putri	9
2.1.1 Pengertian.....	9
2.1.2 Tugas Perkembangan Remaja	10
2.1.3 Tahapan Tumbuh Kembang Remaja.....	11

2.1.4	Pubertas Pada Remaja Putri	14
2.2	Self-Efficacy.....	15
2.2.1	Pengertian.....	15
2.2.2	Komponen <i>Self-efficacy</i>	17
2.2.3	Sumber – Sumber Self – Efficacy	18
2.2.4	Ciri Individu Yang Memiliki <i>Self-efficacy</i> Tinggi.....	19
2.2.5	<i>Self-efficacy</i> dan Tugas Perkembangan Remaja	20
2.2.6	Manfaat <i>Self-efficacy</i> Pada Remaja.....	21
2.3	Menstrual Hygiene	21
2.3.1	Pengertian.....	21
2.3.2	Perilaku dalam Menstruasi.....	22
2.3.3	Faktor Yang Mempengaruhi <i>Menstrual Hygiene</i>	24
2.4	Kerangka Teori.....	26
2.5	Kerangka Konsep	27
BAB III		28
METODE PENELITIAN.....		28
3.1	Jenis dan Rancangan Penelitian	28
3.2	Populasi dan Sampel Penelitian	28
3.2.1	Populasi Penelitian	28
3.2.2	Sampel Penelitian.....	29
3.3	Tempat dan Waktu Penelitian	31
3.4	Variabel Penelitian, Definisi Operasional, dan Skala Pengukuran	32
3.4.1	Variabel penelitian	32
3.5	Instrumen Penelitian dan Cara Pengumpulan Data.....	37
3.5.1	Instrumen Penelitian.....	37
3.5.2	Cara Pengumpulan Data.....	39
3.6	Teknik Pengolahan dan Analisis Data.....	41
3.6.1	Teknik Pengolahan Data	41
3.6.2	Analisis Data	43
3.7	Etika Penelitian.....	43
BAB IV		46
HASIL PENELITIAN.....		46

4.1	Karakteristik Responden	46
4.2	Sumber Dukungan Perilaku <i>Menstrual Hygiene</i>	48
4.3	Gambaran Tingkat <i>Self-efficacy</i> pada Perilaku <i>Menstrual Hygiene</i> Remaja Putri SMP Negeri 3 Pati	49
BAB V		57
PEMBAHASAN		57
5.1	Karakteristik Responden	57
5.3	Gambaran Tingkat <i>Self-efficacy</i> pada Perilaku <i>Menstrual Hygiene</i> Remaja Putri SMP Negeri 3 Pati	61
5.4	Dimensi Tingkat <i>Self-efficacy</i> pada Perilaku <i>Menstrual Hygiene</i>	64
5.5	Keterbatasan Peneliti	69
BAB VI		70
SIMPULAN DAN SARAN		70
6.1	Simpulan	70
6.2	Saran	71
DAFTAR PUSTAKA		73
LAMPIRAN		xvii

DAFTAR TABEL

Nomor	Judul Tabel	Halaman
1.	Variabel penelitian, definisi operasional, dan skala pengukuran	33
2.	Skala kuesioner <i>General Self-Efficacy Scale</i> (GSES)	37
3.	Koding pada kuesioner GSES	42
4.	Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden di SMP Negeri 3 Pati Berdasarkan Usia Bulan September 2023 (n = 208)	47
5.	Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia Pertama Kali Mengalami Menstruasi Bulan September 2023 (n = 208)	48
6.	Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Pernah Tidak Mendapat Pendidikan Kesehatan <i>Menstrual Hygiene</i> Bulan September 2023 (n = 208)	49
7.	Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Sumber Pendidikan Kesehatan <i>Menstrual Hygiene</i> Bulan September 2023	49
8.	Distribusi Frekuensi <i>Self-efficacy</i> pada Perilaku <i>Menstrual Hygiene</i> Remaja Putri SMP Negeri 3 Pati Bulan September 2023 (n = 208)	50
9.	Dimensi Tingkat Kesulitan Tugas pada Perilaku <i>Menstrual Hygiene</i> di SMP Negeri 3 Pati Bulan September 2023 (n = 208))	51
10.	Distribusi Frekuensi Dimensi Kesulitan Tugas pada Perilaku <i>Menstrual Hygiene</i> di SMP Negeri 3 Pati Bulan September 2023 (n = 208)	52
11.	Dimensi Luas Bidang Tugas pada Perilaku <i>Menstrual Hygiene</i> di SMP Negeri 3 Pati Bulan September 2023 (n = 208)	53
12.	Distribusi Frekuensi Dimensi Luas Bidang Tugas pada Perilaku <i>Menstrual Hygiene</i> di SMP Negeri 3 Pati Bulan September 2023 (n = 208)	53
13.	Dimensi Tingkat Kepercayaan, Keyakinan, dan Kekuatan pada Perilaku <i>Menstrual Hygiene</i> di SMP Negeri 3 Pati Bulan September 2023 (n = 208)	55
14.	Distribusi Frekuensi Dimensi Tingkat Kepercayaan, Keyakinan, dan Kekuatan pada Perilaku <i>Menstrual Hygiene</i> di SMP Negeri 3 Pati Bulan September 2023 (n = 208)	56

DAFTAR GAMBAR

Nomor	Judul Gambar	Halaman
1.	Kerangka Teori	26
2.	Kerangka Konsep	27

DAFTAR LAMPIRAN

Nomor	Judul Lampiran	Halaman
1.	Izin Penggunaan Instrumen dari Originalauthor	79
2.	Surat Permohonan <i>Ethical Clearance</i>	80
3.	Lembar <i>Ethical Clearance</i>	81
4.	Surat Izin Penelitian	82
5.	Lembar Bebas Plagiasme	83
6.	Hasil Analisis Uji Statistik	84
7.	Kuesioner GSES	91
8.	<i>Informed Consent</i> Orang Tua Responden	95
9.	<i>Informed Consent</i> Responden	98
10.	Timeline Penelitian	101
11.	Bukti Konsultasi Dengan Pembimbing	102

ABSTRAK

Milla Arinda Yonna

Gambaran Tingkat *Self Efficacy* pada Perilaku *Menstrual Hygiene* Remaja Putri SMP Negeri 3 Pati

xiv + 78 Halaman + 14 Tabel + 2 Gambar + 11 Lampiran

Menstruasi merupakan tanda remaja putri mengalami pubertas sehingga perlu untuk menjaga kesehatan reproduksi dengan menerapkan praktik *menstrual hygiene*. *Self-efficacy* yang dimiliki remaja putri membangun kepercayaan diri dalam melakukan suatu usaha guna meningkatkan derajat kesehatannya seperti melakukan praktik *menstrual hygiene*. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran tingkat *self-efficacy* pada perilaku *menstrual hygiene* remaja putri SMP Negeri 3 Pati. Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif dengan pendekatan survei. Sampel penelitian diambil dengan teknik *purposive sampling* dengan jumlah sampel sebanyak 208 responden dari siswi SMP Negeri 3 Pati. Pengambilan data dilakukan menggunakan kuesioner *General Self Efficacy Scale (GSES)*. Analisis data menggunakan analisis data univariat. Hasil penelitian menunjukkan tingkat *self-efficacy* responden pada kategori tinggi sebanyak 36 responden (17,3%), kategori sedang sebanyak 149 responden (71,6%), dan kategori rendah sebanyak 23 responden (11,1%). *Self-efficacy* yang dimiliki responden dalam penelitian ini mayoritas berada pada kategori sedang. Selain itu, tiga dimensi *self-efficacy* pada perilaku *menstrual hygiene* menunjukkan pada kategori sedang yaitu pada dimensi kesulitan tugas sebesar 66,3%, dimensi luas bidang tugas sebesar 73,1%, dan dimensi kepercayaan, keyakinan, kekuatan sebesar 75% sehingga diperlukan upaya peningkatan untuk mencapai *self-efficacy* yang lebih tinggi. Upaya yang dapat dilakukan remaja putri yaitu dengan cara menambah pengalaman dan dukungan yang positif akan keberhasilan dalam menyelesaikan tugas terkait perilaku *menstrual hygiene*.

Kata kunci : *Self Efficacy, Menstrual Hygiene, remaja putri*
Daftar Pustaka : 46 (2017 – 2022)

ABSTRACT

Milla Arinda Yonna

**Self Efficacy Menstrual Hygiene of Teenagers in Junior High School 3 Pati
xiv + 78 Pages + 14 Table + 2 Pictures + 11 Attachment**

Menstruation was a sign of adolescent girls' puberty, and efforts were needed to maintain reproductive health by practicing menstrual hygiene. The self-efficacy possessed by adolescent girls builds confidence in their ability to improve their health, such as practicing menstrual hygiene. The aim of this research was to understand the level of self-efficacy in menstrual hygiene behaviors among female junior high school students at Junior High School 3 Pati. This research was quantitative research with a survey approach. The research sample was selected using purposive sampling, with a total of 208 respondents from female students at Junior High School 3 Pati. Data was collected using the General Self Efficacy Scale (GSES) questionnaire. Data analysis was conducted through univariate analysis. The research results indicated that the self-efficacy level of the respondents falls into the high category for 36 respondents (17.3%), the moderate category for 149 respondents (71.6%), and the low category for 23 respondents (11.1%). Most of the respondents in this study have a moderate category of self-efficacy. In addition, the three dimensions of self-efficacy in menstrual hygiene behavior showed a moderate level, namely in the task difficulty dimension at 66.3%, the task breadth dimension at 73.1%, and the dimensions of trust, confidence, strength at 82.7%, suggesting efforts are needed to achieve high self-efficacy. Adolescents will enhance self-efficacy by gaining experiences and receiving positive support for successful completion of tasks related to menstrual hygiene.

Keywords : *Self Efficacy, Menstrual Hygiene, Teenagers*
References : 46 (2017 – 2022)