

LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN

Dengan hormat,

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama :

Umur :

Kelas :

Setelah membaca dan memahami isi penjelasan pada lembar pertama, saya bersedia ikut berpartisipasi sebagai responden dalam penelitian yang berjudul “Pengaruh Pendidikan Kesehatan tentang Menstruasi terhadap Tingkat Pengetahuan dan Kecemasan Menghadapi *Menarche* pada Siswi Kelas IV-V SD Negeri Sonosewu Ngestiharjo Kasihan Bantul Yogyakarta”, yang akan dilakukan oleh Titis Anggarini, mahasiswi Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.

Untuk itu saya menyatakan bersedia menjadi responden pada penelitian ini

KUESIONER PENGETAHUAN TENTANG MENSTRUASI

Petunjuk pengisian : berilah tanda centang (✓) pada kolom jawaban, sesuai dengan jawaban yang anda anggap benar.

No.	Pengetahuan Tentang Menstruasi	Keterangan	
		Benar	Salah
1.	Menstruasi merupakan peristiwa keluarnya darah yang berwarna merah dari alat kandungan melalui vagina.		
2.	Menarche adalah menstruasi pertama.		
3.	Umumnya sebulan sekali wanita mengalami menstruasi.		
4.	Bila seorang wanita telah menstruasi / haid berarti alat kandungannya telah berfungsi.		
5.	Menstruasi pada wanita dapat terjadi seumur hidup.		
6.	Lamanya menstruasi yang normal adalah 3 – 7 hari.		
7.	Lamanya menstruasi pada seorang wanita selalu sama.		
8.	Menstruasi / haid adalah suatu penyakit.		
9.	Remaja wanita yang telah mengalami menstruasi pertama kali berarti sudah bisa hamil.		
10.	Gizi dapat mempengaruhi usia menarche.		
11.	Keturunan dapat mempengaruhi usia terjadinya menarche.		
12.	Mudah marah, sedih, dan tersinggung merupakan salah satu tanda menstruasi.		
13.	Saat menstruasi kadang timbul rasa nyeri, sakit perut, sakit kepala dan payudara terasa kencang.		
14.	Warna darah menstruasi / haid yang normal adalah merah dan segar.		
15.	Proses menstruasi dipengaruhi oleh hormon-hormon tertentu di dalam tubuh.		
16.	Wanita yang sedang hamil maka tidak mengalami menstruasi / haid.		
17.	Tumbuhnya payudara terjadi ketika menjelang menstruasi pertama.		
18.	Tumbuhnya rambut di ketiak terjadi ketika menjelang menstruasi pertama.		
19.	Munculnya jerawat terjadi ketika seorang remaja wanita mengalami menstruasi.		
20.	Tidur dapat mengurangi nyeri menstruasi.		

21.	Memakai pembalut pada saat menstruasi dapat menyebabkan kemandulan.		
22.	Pembalut seharusnya diganti minimal dua kali sehari selama menstruasi.		
23.	Membersihkan daerah kemaluan dari lendir dan darah agar kuman tidak mudah berkembang biak.		
24.	Olahraga yang teratur dapat mengurangi nyeri ketika menstruasi / haid.		

KUESIONER T-MAS (*TAYLOR MANIFEST ANXIETY SKILL*)

Petunjuk

Baca dan pahami setiap pertanyaan berikut ini dan kemudian nyatakan apakah pertanyaan itu sesuai dengan diri anda, dengan cara memberikan tanda (√) pada salah satu kolom, dengan kriteria:

Ya : bila pertanyaan tersebut sesuai dengan diri anda

Tidak : bila pertanyaan tersebut tidak sesuai dengan diri anda

No.	Pernyataan	Ya	Tidak
1.	Saya tidak cepat lelah		
2.	Saya sering sakit		
3.	Saya tidak lebih gugup dibandingkan dengan orang lain		
4.	Saya jarang sakit kepala		
5.	Saya sering merasa tegang waktu melakukan sesuatu		
6.	Saya sukar berkonsentrasi terhadap sesuatu hal		
7.	Saya sering merisaukan sesuatu		
8.	Tangan saya sering gemetar bila mencoba mengerjakan sesuatu		
9.	Muka saya sering menjadi merah seperti juga sering terjadi pada orang lain		
10.	Saya mengalami diare/mencret sekali atau lebih dalam sebulan		
11.	Saya khawatir akan terjadi kesulitan yang menimpa diri saya		
12.	Wajah saya tak pernah tersipu – sipu (menjadi merah karena malu)		
13.	Saya merasa khawatir kalau muka saya menjadi merah karena malu		
14.	Saya bermimpi buruk beberapa malam sekali		
15.	Tangan dan kaki saya biasanya cukup hangat		

16.	Saya mudah berkeringat meskipun hari tidak panas		
17.	Kadang-kadang apabila saya tidak kikuk, saya menjadi berkeringat, yang sangat mengganggu saya		
18.	Saya jarang berdebar-debar bernapas tersengal-sengal		
19.	Saya setiap saat merasa lapar		
20.	Pada waktu tertentu saya tidak dapat buang air besar		
21.	Saya sering mengalami gangguan perut		
22.	Kadang-kadang saya tidak dapat tidur karena mengkhawatirkan sesuatu		
23.	Tidur saya sering terganggu dan tidak nyenyak		
24.	Saya sering mimpi mengenai hal yang tidak dapat saya ceritakan pada orang lain		
25.	Saya mudah merasa malu		
26.	Saya lebih merasa sensitif (peka) dari pada kebanyakan orang		
27.	Saya sering menemukan bahwa saya mengkhawatirkan sesuatu		
28.	Saya berharap saya dapat sebahagia orang lain		
29.	Biasanya saya bersikap tenang dan tidak mudah marah		
30.	Saya mudah menangis		
31.	Saya hampir selalu merasa khawatir mengenai suatu hal atau seseorang		
32.	Saya hampir selalu bahagia		
33.	Menunggu membuat saya gelisah		
34.	Pada waktu-waktu tertentu saya merasa gelisah, sehingga saya tidak dapat duduk lama		
35.	Kadang-kadang saya merasa begitu gembira, sehingga sukar untuk tidur		
36.	Saya kadang-kadang merasa kesulitan-kesulitan menumpuk begitu tinggi, sehingga saya tidak dapat mengatasinya		

37.	Pada waktu-waktu tertentu saya merasa khawatir tanpa alasan,mengenai sesuatu sesungguhnya tidak berarti		
38.	Apabila dibandingkan dengan teman-teman saya, saya tidak banyak mempunyai ketakutan-ketakutan seperti mereka		
39.	Saya sering takut terhadap benda atau manusia yang saya tidak tahu akan menyakiti saya		
40.	Pada waktu-waktu tertentu saya merasa tidak berguna		
41.	Saya merasa sukar untuk memusatkan perhatian		
42.	Saya lebih pemalu dari kebanyakan orang		
43.	Saya adalah orang yang menganggap segala sesuatunya berat		
44.	Saya adalah orang yang sering merasa gugup		
45.	Hidup ini merupakan beban bagi saya		
46.	Pada waktu-waktu tertentu saya merasa bahwa saya orang yang sama sekali tidak berguna		
47.	Saya benar-benar merasa kurang percaya diri		
48.	Pada waktu-waktu tertentu saya merasa hancur		
49.	Saya tidak suka menghadapi kesukaran atau membuat keputusan yang penting		
50.	Saya sangat percaya pada diri sendiri		