

**KEEFEKTIFAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN MEDIA
VIDEO UNTUK MENGATASI KECEMASAN *MENARCHE*
PADA REMAJA DUSUN I, II DAN III DESA TANJUNG ATAP**



SKRIPSI

**Diajukan Untuk Melengkapi Salah Satu Syarat Guna Memperoleh Gelar
Sarjana S1 (Sarjana Sosial S. Sos) dalam Ilmu Dakwah dan Komunikasi
Jurusan Bimbingan Penyuluhan Islam**

Oleh:

CICI LESTARI ANGGRAINI

1820502026

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN PENYULUHAN ISLAM
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI (UIN) RADEN FATAH
PALEMBANG
2022 M/1444 H**

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Kepada Yth.
Bapak Dekan Fak. Dakwah
Komunikasi UIN Raden Fatah
di -
Palembang

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Setelah mengadakan bimbingan dengan sungguh-sungguh, maka kami berpendapat bahwa saudara Cici Lestari Anggraini NIM 1820502026, dengan skripsi berjudul **“Keefektifan Bimbingan Kelompok dengan Media Video dalam Mengatasi Kecemasan akan Menarche Pada Remaja Dusun I, II dan III Desa Tanjung Atap”** sudah dapat diajukan dalam sidang Munaqasyah di Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Raden Fatah Palembang.
Demikian, terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Pembimbing I,



Dr. Eni Murdiati, M.Hum
NIP. 196802261994032006

Palembang, Agustus 2022
Pembimbing II,



Hartika Utami Fitri, M.Pd
NIDN. 20140394

PENGESAHAN SKRIPSI MAHASISWA

Nama : Cici Lestari Anggraini
NIM : 1820502026
Jurusan : Bimbingan Penyuluhan Islam
Judul : Keefektifan Bimbingan Kelompok dengan Media Video dalam Mengatasi Kecemasan akan *Menarche* Pada Remaja Dusun I, II dan III Desa Tanjung Atap

Telah dimunaqasyahkan dalam sidang terbuka Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Raden Fatah Palembang pada :

Hari / Tanggal : Senin, 29 Agustus 2022
Tempat : Ruang Sidang Munaqasyah Lantai 3 Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Raden Fatah

Dan telah diterima sebagai salah satu syarat untuk memperoleh Gelar Sarjana Program Strata I (SI) pada Jurusan Bimbingan Penyuluhan Islam.

Palembang, September 2022

DEKAN,



Dr. Achmad Syarifuddin, S. Ag, M. A
NIP. 1973111020431003

TIM PENGUJI

KETUA,



Dr. Suryati, M.Pd
NIP. 19720212006042002

SEKRETARIS



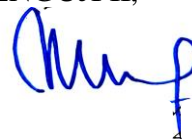
Lena Marianti, M. Pd
NIDN. 20211190

PENGUJI I,



Dr. Suryati, M.Pd
NIP. 19720212006042002

PENGUJI II,



Neni Noviza, M. Pd
NIP. 197903042008012012

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

N a m a : Cici Lestari Anggraini
Tempat & Tanggal Lahir : Tanjung Atap, 29 Agustus 1999
N I M : 1820502026
Jurusan : Bimbingan dan Penyuluhan Islam
Judul Skripsi : Keefektifan Bimbingan Kelompok dengan Media Video dalam Mengatasi Kecemasan akan *Menarche* Pada Remaja Dusun I, II dan III Desa Tanjung Atap

Menyatakan dengan sesungguhnya, bahwa :

1. Seluruh data, informasi, interpretasi, pembahasan dan kesimpulan yang disajikan dalam skripsi ini kecuali yang disebutkan sumbernya adalah merupakan hasil pengamatan, penelitian, pengolahan serta pemikiran saya dengan pengarahannya pembimbing yang ditetapkan.
2. Skripsi yang saya tulis ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik, baik di Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Raden Fatah maupun di Perguruan Tinggi lainnya.

Demikian pernyataan ini dibuat dengan sebenar-benarnya dan apabila dikemudian hari ditemukan adanya bukti ketidak benaran dalam pernyataan tersebut di atas, maka saya bersedia menerima sanksi akademis berupa pembatalan gelar akademik yang saya peroleh melalui pengajuan skripsi ini.

Palembang, Agustus 2022
Yang Membuat Pernyataan,



Cici Lestari Anggraini
NIM 1820502026

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

“Tak perlu malu atau cemas dengan menstruasi. Hal itu justru menunjukkan bahwa tubuh sudah beranjak dewasa.

(Atikah Proverawati)

Dengan mengharapkan ridho Allah SWT. Skripsi ini saya persembahkan kepada:

1. Ayahandaku tercinta Husin dan Ibundaku tercinta Martina, yang selalu ada dengan melimpahkan semua kasih sayangnya, do'a, dukungan, semangat dan mencari nafkah untuk kebahagiaan anak-anaknya. Semoga dengan skripsi ini bisa menjadi salah satu tanda baktiku untuk membuat kalian bahagia dan tersenyum dengan bangga.
2. Adik-adikku Ananda Wulandari, Juwita Sarantika dan M. Agung Husni, kalian yang membuatku terus bergerak dan pantang menyerah berjuang untuk membuat kalian bangga.

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Alhamdulillah alhamdulillahirobbil'alamin, segala puji bagi Allah SWT. Yang telah melimpahkan segala nikmat dan hidayah-Nya yang telah mempermudah dan memperlancar dalam menyelesaikan penelitian ini yang berjudul **“Keefektifan Bimbingan Kelompok dengan Media Video dalam Mengatasi Kecemasan akan Menarche Pada Remaja Dusun I, II dan III Desa Tanjung Atap”**. Sholawat serta salam semoga tetap tercurahkan kepada junjungan kita Nabi Muhammad SAW. yang telah membawa kebenaran dan keteladan bagi para pengikutnya yang insyaAllah mendapatkan syafaatnya diakhirat kelak.

Skripsi ini merupakan tugas akhir yang harus dikerjakan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Strata 1 (S1) di Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang. Penulis menyadari ada pihak yang terlibat dalam menyelesaikan penelitian ini. Oleh karena itu, penulis dengan segala kerendahan hati ingin berterima kasih atas bantuannya.

Maka dalam kesempatan kali ini, penulis mengucapkan terima kasih kepada pihak yang terkait:

1. Yth. Ibu Prof. Dr. Nyayu Khodijah, S.Ag, M.Si, selaku rektor UIN Raden Fatah Palembang yang telah memfasilitasi perkuliahan kami.
2. Bapak Dr. Achmad Syarifuddin, S. Ag, M. A, selaku dekan fakultas Dakwah dan Komunikasi yang telah memfasilitasi perkuliahan kami.

3. Ibu Manah Rasmanah, M. Si dan Ibu Dr. Suryati, M.Pd selaku ketua Prodi Bimbingan dan Penyuluhan Islam dan Sekretaris Prodi Bimbingan dan Penyuluhan Islam yang telah memberikan arahan serta semangat dalam menyelesaikan skripsi ini.
4. Bapak Dr. Kusnadi, M.A, selaku Pembimbing Akademik yang telah memberikan bimbingan dan arahan selama ini.
5. Ibu Dr. Eni Murdiati, M. Hum, selaku dosen pembimbing I dan Ibu Hartika Utami Fitri, M. Pd selaku dosen pembimbing II yang selalu sabar meluangkan waktu, tenaga, dukungan dan pikiran dalam menyelesaikan skripsi ini dan memberikan kemudahan kepada kami semua supaya mendapatkan hasil terbaik.
6. Seluruh Bapak Ibu dosen khususnya jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam yang telah memberikan ilmu yang bermanfaat, pengalaman dan nasihat yang berguna bagi penulis selama melakukan proses perkuliahan di UIN Raden Fatah Palembang.
7. Seluruh staff administrasi fakultas Dakwah dan Komunikasi yang sudah membantu pengurusan administrasi selama perkuliahan di UIN Raden Fatah Palembang.
8. Staff *cleaning service* dan para satpam yang telah menjaga kebersihan dan kenyamanan dalam perkuliahan di UIN Raden Fatah Palembang.
9. Bapak Firmansyah, S.Sos.I selaku kepala Desa Tanjung Atap, terima kasih telah memberikan izin untuk melakukan penelitian di Desa tersebut.

10. Remaja-remaja putri Desa Tanjung Atap, terima kasih karena telah bersedia menjadi responden dalam penelitian dengan memberikan informasi demi kelancaran skripsi ini.
11. Sahabat-sahabatku Ayu Dwi Sartika, Silfi Nur Rahmawati, Chindy, Efrita Lutfiana Risma, dan Fatima Tussadiyah yang telah menemani selama proses perkuliahan.
12. Kak Lensi Lestari yang selalu rela untuk direpotkan demi membantu terselesainya penyusunan skripsi ini hingga selesai.
13. Sahabat-sahabatku Aini, Adi Sutrisno, dan Diki Wahyudi, Mutia Ulfah Nyimas, Mitra Karniya, Adelia Maatsyah, dan Damaiyanti, terima kasih atas kebersamaan dalam proses penulisan skripsi ini serta teman-teman BPI angkatan 2018 penjuang S. Sos, semangat untuk kita semua semoga perjuangan untuk mencapai cita-cita kita dapat tercapai.
14. Pihak-pihak yang tidak bisa disebutkan satu persatu yang telah membantu penyelesaian selama skripsi ini.

Penulis sungguh menyadari bahwa penelitian ini masih banyak kekurangan disana-sini. Untuk itu, penulis sangat berterima kasih atas kritik dan saran yang bersifat membangun demi kesempurnaan skripsi ini. Akhirnya rasa syukur yang tak terhingga, penulis ucapkan semoga skripsi ini bisa bermanfaat bagi kita semua dan dapat menambah keilmuan yang ada.

Palembang, Agustus 2022



Cici Lestari Anggraini
NIM. 1820502026

DAFTAR ISI

PERSETUJUAN PEMBIMBING	ii
PENGESAHAN SKRIPSI MAHASISWA	iii
SURAT PERNYATAAN	iv
MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
ABSTRAK	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Batasan Masalah.....	10
C. Rumusan Masalah	10
D. Tujuan Penelitian	11
E. Kegunaan Penelitian.....	11
F. Sistematika Penulisan Laporan	12
BAB II TINJAUAN TEORI.....	14
A. Tinjauan Pustaka	14
B. Kerangka Teori.....	18
1. Bimbingan Kelompok	18
a. Pengertian Bimbingan Kelompok.....	18
b. Tujuan Bimbingan Kelompok.....	21
c. Manfaat Bimbingan kelompok.....	22
d. Fungsi Bimbingan kelompok	23
e. Asas-asas dalam Bimbingan Kelompok.....	24
f. Keuntungan menggunakan Bimbingan Kelompok	25
g. Tahap-tahap Perkembangan Kegiatan Bimbingan Kelompok	27
2. Media video	29
a. Pengertian Media Video.....	29
b. Manfaat Media Video	30
c. Kelebihan Media Video	31
3. Kecemasan.....	32

a. Pengertian Kecemasan	32
b. Jenis-jenis Kecemasan	34
c. Faktor-faktor kecemasan.....	35
4. <i>Menarche</i>	36
a. Pengetian <i>Menarche</i>	36
b. Saat Menstruasi Pertama Datang	38
c. Usia Terjadi <i>Menarche</i>	38
d. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kecemasan <i>Menarche</i>	38
e. Kesiapan Menghadapi <i>Menarche</i>	40
5. Menstruasi	41
a. Pengertian Menstruasi.....	41
b. Siklus menstruasi	43
c. Gangguan-gangguan saat Mentruasi	43
d. Pemeliharaan Alat dan Organ Reproduksi Perempuan	45
6. Hubungan Media Video dengan Kecemasan <i>Menarche</i>	46
D. Hipotesis Penelitian.....	49
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	52
A. Metode/Pendekatan Penelitian	52
B. Lokasi Penelitian/Objek Penelitian	54
C. Variabel Penelitian	55
1. Variabel Bebas.....	55
2. Variabel Terikat.....	55
D. Populasi dan Sampel	56
1. Populasi	56
2. Sampel	56
E. Uji Validitas dan Reliabilitas Data.....	58
1. Validitas Data	58
2. Reliabilitas Data	60
F. Teknik Pengumpulan Data.....	61
1. Angket (Kuesioner)	61
2. Dokumentasi.....	62

G. Teknik Analisis Data.....	63
1. Uji Normalitas	63
2. Uji Homogenitas.....	64
3. Uji Hipotesis.....	64
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	65
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian	65
1. Gambaran Umum Desa Tanjung Atap	65
2. Bidang Pemerintahan dan Kependudukan.....	66
4. Bidang Perekonomian	67
5. Bidang Kesehatan dan Keluarga Berencana.....	67
6. Bidang Pendidikan.....	68
7. Lembaga kemasyarakatan.....	68
8. PKK dan Aktivasnya.....	69
9. Karang Taruna dan Aktivasnya.....	69
10. APBDes dan Partisipasi Swadaya.....	70
B. Hasil Penelitian	70
1. Deskripsi Pelaksanaan Penelitian	70
2. Gambaran Tingkat Kecemasan <i>Menarche</i> Remaja	71
3. Keefektifan Bimbingan Kelompok dengan Media Video dalam Mengatasi Kecemasan akan <i>Menarche</i> pada Remaja	73
4. Keefektifan Bimbingan Kelompok dalam Mengatasi Kecemasan akan <i>Menarche</i> pada Remaja	74
5. Hasil Uji Keefektifan Bimbingan Kelompok dengan Media Video untuk Mengatasi Kecemasan <i>Menarche</i> Remaja.....	76
a. Uji Normalitas.....	76
b. Uji Homogenitas	77
c. Uji Paired Sampel T-Test.....	77
1) Kelompok Eksperimen	77
2) Kelompok Kontrol.....	78
C. Pembahasan.....	79
1. Gambaran tingkat kecemasan <i>menarche</i> Remaja.....	79

2. Keefektifan bimbingan kelompok dengan media video.....	81
3. Keefektifan bimbingan kelompok.....	83
BAB V PENUTUP	86
A. Kesimpulan	86
B. Saran.....	87
DAFTAR PUSTAKA	88
LAMPIRAN-LAMPIRAN	95

DAFTAR TABEL

3.1 Uji Validitas <i>Person Product Moment</i>	59
3.2 Uji Reliabilitas <i>Alpha Cronbath</i>	60
3.3 Alternatif Jawaban Angket.....	62
4.1 Nama-nama Pejabat Kepala Desa Tanjung Atap	69
4.2 Jadwal penelitian	71
4.3 Kategori Gambaran Kecemasan <i>Menarche</i>	72
4.4 Skor Kecemasan <i>Menarche</i> Remaja Putri kelompok Eksperimen	74
4.5 Skor Kecemasan <i>Menarche</i> Remaja Putri Kelompok Kontrol	76
4.6 Uji Normalitas Data Pretest dan Posttest Setiap Kelompok	77
4.7 Uji <i>Paired Sampel T-Test</i> Kelompok Eksperimen.....	78
4.8 Uji <i>Paired Sampel T-Test</i> Kelompok Kontrol	78

DAFTAR GAMBAR

2.1 Kerangka Teori.....	49
3.1 Alur Desain Penelitian Eksperimen	52
3.2 Variabel Penelitian	55
4.1 Skor Kecemasan <i>Menarche</i> Remaja Putri Kelompok Eksperimen.....	73
4.2 Skor Kecemasan <i>Menarche</i> Remaja Putri Kelompok Kontrol	75

ABSTRAK

Penelitian ini berjudul “Keefektifan Bimbingan Kelompok dengan Media Video dalam Mengatasi Kecemasan akan *Menarche* Pada Remaja Dusun I, II dan III Desa Tanjung Atap”. Tujuan penelitian ini untuk tingkat kecemasan *menarche* pada remaja dusun I, II dan III Desa Tanjung Atap dan keefektifan bimbingan kelompok dengan media video dalam mengatasi kecemasan akan *menarche* pada remaja dusun I, II dan III Desa Tanjung Atap. Penelitian ini merupakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian eksperimen dari salah satu desain *quasi eksperiment* yakni *non-equivalent control group design*. Subjeknya berjumlah 24 orang remaja putri dengan menggunakan teknik *purposive sampling* dari jumlah populasi 32 orang remaja putri. Dengan rumus penarikan sampel menggunakan rumus Slovin dan nilai $e = 0,1$ (10%) untuk populasi dalam jumlah besar. Teknik pengumpulan data menggunakan angket *likert* yang diadaptasi dari angket kecemasan *menarche* (penelitian Siti Nazariana, 2017) dan dokumentasi. Teknik analisis data menggunakan uji *paired sampel t-test*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pertama, hasil *pretest* kelompok eksperimen dengan tingkat kecemasan *menarche* remaja berada pada kategori sedang dengan $M=128,67$ sedangkan hasil *posttest* tingkat kecemasan *menarche* remaja berada pada kategori rendah dengan $M=88,00$. Kedua bahwa hasil *pretest* kelompok kontrol dengan tingkat kecemasan *menarche* remaja berada pada kategori sedang dengan $M=111,25$ sedangkan hasil *posttest* tingkat kecemasan *menarche* remaja berada pada kategori rendah dengan $M=82,83$. Maka dari itu dapat dikatakan terdapat perbedaan antara *pretest* dan *posttest*. Hasil analisis menggunakan uji *paired sampel t-test* menunjukkan pada kelompok eksperimen ($t=21.174$) dan kelompok kontrol ($t=8.815$). Sehingga dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok dengan media video sama-sama efektif dengan bimbingan kelompok dalam mengatasi kecemasan *menarche* pada remaja. Dengan kata lain, terdapat perbedaan tingkat keefektifan antara bimbingan kelompok dengan media video dan bimbingan kelompok.

Katakunci: bimbingan kelompok, media video, kecemasan menarche

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Tahapan-tahapan dalam proses pertumbuhan dan perkembangan pasti dialami manusia. Setiap tahapan yang memiliki karakteristik khusus yang membedakannya dengan tahapan yang lainnya. Seperti tahapan remaja yang memiliki ciri yang berbeda dengan tahapan anak-anak, dewasa atau tua. Setiap masing-masing tahapan memiliki tuntutan-tuntutan dan kondisi-kondisi yang berbeda. Maka kesiapan bertindak dan bersikap dalam menghadapi keadaan akan berbeda dari setiap masing-masing tahapan. Seperti saat seseorang mengekspresikan emosi-emosinya, misalnya melepaskan stress, marah, sedih, terkejut, kasih sayang, cinta dan sebagainya.¹

Pada masa ini, Remaja juga akan dihadapkan pada perubahan fisik antara lain terdapat berbagai aspek yang menunjukkan adanya perubahan yang menandai dengan adanya seks primer maupun sekunder. Salah satu aspek yang termasuk dalam cakupan primer yang dihubungkan bagi mereka remaja yang perempuan adanya menstruasi yang dialami dan disebabkan melalui perubahan hormonal pada remaja, sedangkan tanda seks sekunder meliputi perubahan bentuk tubuh menurut jenis kelamin, misalnya tumbuhnya rambut pada kemaluan, pembesaran payudara, pinggul dan lain sebagainya.²

¹Amita Diananda, *Psikologi Remaja dan Permasalahannya*, Istighna, Vol. 1 No. 1 (Tangerang: Sekolah Tinggi Ilmu Tarbiyah (STIT) Islamic Village Tangerang, 2018), h. 116-117

²Yetti Fauziah Silalahi, *Pengaruh Peer Group Health Education Terhadap Tingkat Kecemasan Remaja Putri dalam Menghadapi Menarche di SD IT Ummi Aida Medan*, Jurnal Ilmu Kebidanan, Vol. 9 No. 1, (Medan: Universitas Haji, 2020), h. 136

Dalam Islam, sesuai dengan Hamdani menerangkan bahwa remaja yang mengalami menstruasi pertama kali (*menarche*) akan dikenakan hukum yang sama pada wanita yang mengalami nifas dan menstruasi, yakni tidak diperbolehkan untuk dilakukan oleh seseorang yang sedang mengalami menstruasi.³ Allah SWT. berfirman:

وَيَسْأَلُونَكَ عَنِ الْمَحِيضِ قُلْ هُوَ أَذَىٰ فَاعْتَزِلُوا النِّسَاءَ فِي الْمَحِيضِ وَلَا تَقْرَبُوا

هُنَّ حَتَّىٰ يَطْهُرْنَ ۖ فَإِذَا تَطَهَّرْنَ فَأْتُوهُنَّ مِنْ حَيْثُ أَمَرَكُمُ اللَّهُ ۚ إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ

التَّوَّابِينَ وَيُحِبُّ الْمُتَطَهِّرِينَ

Artinya: “Dan mereka menanyakan kepadamu (Muhammad) tentang haid. Katakanlah, “Itu adalah sesuatu yang kotor.” Karena itu jauhilah istri pada waktu haid; dan jangan kamu dekati mereka sebelum mereka suci. Apabila mereka telah suci, campurilah mereka sesuai dengan (ketentuan) yang diperintahkan Allah kepadamu. Sungguh, Allah menyukai orang yang tobat dan menyukai orang yang menyucikan diri”. (Q.S. al-Baqarah: 222).⁴

Pada penelitian Munda, dkk, di Indonesia anak mengalami *menarche* dengan usia yang bervariasi antara usia 10-16 tahun dan rata-rata pada usia 12 tahun 5 bulan.⁵ Sedangkan hasil penelitian yang dilakukan Fitriani, dkk bahwa usia terjadinya *menarche* terjadi pada usia 11 tahun dan 12 tahun.⁶ Menurut Proverawati, *menarche* terjadi pada awal remaja atau usia 10-16 tahun di tengah

³Dwi Retnaningsih, *et al.*, *Kesiapan Menghadapi Menarche dengan Tingkat Kecemasan pada Anak Usia Sekolah*, Jurnal Kesehatan Kusuma Husada, (Semarang: STIKES Widya Husada, 2018), h. 58

⁴Departemen Agama RI, *Al-Hikmah: Al-Qur'an Al Karim dan Terjemahannya*, (Bandung: Diponegoro, 2010), h. 35

⁵Dwi Retnaningsih, *et al.*, *loc..cit.*

⁶Hemi Fitriani dan Riryn Yulia Rohman, *Pengaruh Konseling terhadap Kecemasan Remaja Putri yang Mengalami Menarche*, Jurnal Ilmu Keperawatan, Vol. 4 No. 2 (Cimahi: Stikes Jenderal Achmad Yani, 2016), h. 86

masa pubertas sebelum memasuki masa reproduksi.⁷ Maka dapat disimpulkan bahwa usia terjadinya *menarche* pada remaja berada pada usia 10-16 tahun.

Batasan usia masa remaja menurut Hurlock, yakni pra remaja 11/12-13/14 tahun, permulaan dari kelangsungan remaja tersebut pada usia 13 hingga 16 tahun kemudian umur 18 tahun yakni dalam tinjauan hukum dianggap sebagai umur yang sudah matang. Hal ini menandakan tahapan akhir dari remaja berdasarkan masanya bersifat begitu relatif singkat. Adanya upaya pembeda dari Hurlock yang menyebutkan tahapan semula bagi remaja hingga tahapan akhir sebab dalam tahapan akhir bagi remaja adanya transisi yang dialami menunjukkan adanya perubahan hingga mencapai masa remaja.⁸

Remaja putri yang telah mengalami pubertas akan dilihat melalui menstruasi yang datang padanya dalam kali pertama yang disebut sebagai *menarche*. Aspek tersebut menjadi tahapan pertama dari menstruasi yang dialami oleh wanita, padahal ini terjadinya pendarahan yang dikeluarkan sebab adanya lapisan endometrium yang mengalami peluruhan tepatnya pada vagina. secara umum menurut Yanti, dari segi usia *menarche* sangat bervariasi mulai rentang 9 hingga 16 tahun, akan tetapi yang bersifat normal dari segi usia tersebut dialami saat 12 hingga 13 tahun.⁹

Menurut Irmawati, remaja putri memberikan reaksi yang berbeda-beda pada saat terjadinya menstruasi pertama (*menarche*), seperti reaksi negatif. Misalnya terjadinya aspek psikologis yang menimbulkan rasa keluh seperti halnya yaitu

⁷Dwi Retnaningsih, *et al., loc. cit.*

⁸Elizabeth B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan*, (Jakarta: Erlangga, 2003), hal. 206

⁹Velga Yazia & Delvi Hamdayani, *Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kesiapan Anak SD dalam Menghadapi Haid Pertama*, Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa, Vol. 4 No. 2 (Padang: STIKes Mercubaktijaya Padang, 2021), hal. 410

kepala pusing, kemudian muntah-muntah dan lain sebagainya. Hal-hal tersebut menunjukkan dari segi keadaan aspek bersifat tidak stabil yang ditunjukkan melalui rasa sedih, kemudian kebingungan, kecemasan dan lain sebagainya. Kemungkinan munculnya berbagai reaksi demikian sebab kurangnya pengetahuan yang dimiliki oleh remaja putri terhadap aspek fisiologis yang mengalami berbagai perubahan yang muncul pada awal remaja yang disebabkan akan belum matangnya fisik dan psikologis remaja, kurangnya peran orangtua sehingga memicu timbulnya cemas dan takut yang dialami remaja ketika terjadinya *menarche*.¹⁰

Penelitian Rifrianti, menyebutkan terkait adanya *menarche* yang akan dilalui oleh remaja putri menunjukkan rasa cemas yang dialami sebesar 79,9%, kemudian hal yang tidak dirasakan menunjukkan ketidakcermatan bagi mereka sebesar 20,1%. Pernyataan yang disampaikan surjana, secara menyeluruh remaja putri akan melalui *menarche* menunjukkan rasa cemas yang dialami sejumlah 96,5% sementara yang menunjukkan tidak merasakan kecemasan yakni 3,4%. Pernyataan yang disampaikan Sholihah, yang menjelaskan remaja putri akan melewati menstruasi yang berturut-turut pada 3 kali berdasarkan siklusnya dan ini memaparkan 100% rasa cemas akan dialami oleh remaja putri.¹¹

Kecemasan merupakan perasaan seseorang akan hal tertentu yang dialami dan tidak memberikan rasa senang dan ini akan memunculkan rasa takut, rasa yang tidak pasti, rasa bingung dan berbagai aspek yang mengarah pada hal negatif.

¹⁰Dewi Novita, et al., *Kesiapan Menghadapi Menarche pada Anak Sekolah Dasar Sebelum dan Setelah Diberikan Pendidikan Kesehatan*, *Journal of TSCSIKep*, Vol. 5 No. 2 (Semarang: Universitas Ngudi Waluyo Ungaran, 2020), hal. 3

¹¹Hemi Fitriani dan Riryn Yulia Rohman, *Loc.cit*.

Melalui perspektif ruang lingkup agama, kaitan demikian merupakan keadaan yang menghubungkan aspek mental seseorang bertolak belakang terhadap aspek keagamaan dari segi tujuannya, dimana kejiwaan seseorang menjadi lebih tenang sedangkan orang yang merasakan kecemasan tentu tidak mengalami ketenangan jiwa.¹² Allah SWT. berfirman:

يَا أَيُّهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ ﴿٢٧﴾ ارْجِعِي إِلَىٰ رَبِّكِ رَاضِيَةً مَّرْضِيَّةً ﴿٢٨﴾
فَادْخُلِي فِي عِبَادِي ﴿٢٩﴾ وَاَدْخُلِي جَنَّاتِي ﴿٣٠﴾

Artinya: “Hai jiwa yang tenang, kembalilah kepada Tuhanmu dengan hati yang puas lagi diridhai; lalu masuklah ke dalam jemaah hamba-hamba-Ku, dan masuklah ke dalam surga-Ku”. (Q.S. al-Fajr: 27-30).¹³

Menurut Kartono, kemunculan rasa cemas tersebut yang bersifat berkesinambungan dan sulit untuk mengatasinya mampu memunculkan ketakutan yang begitu melampaui batasan serta berkesinambungan merujuk kepada menstruasi. Dari segi aspek psikologis yang mengalami perubahan yang ditinjau berdasarkan akibatnya yaitu merujuk kepada potensi yang dimiliki remaja lebih minim dalam penguasaan serta pengontrolan emosinya. Keadaan tersebut pada akhirnya mengalami tidak adanya tenaga yang dimiliki oleh remaja putri, memutuskan untuk tidak bekerja, merasakan kebosanan dalam segala bentuk aktivitas yang membaur individu, tidak mempunyai respon yang baik untuk menjalankan berbagai tanggung jawab di sekolah yang berdampak terhadap prestasi yang juga akan mengalami penurunan.¹⁴

¹²Syafrianto Tambunan, *Seni Islam dan Terapi Murattal Alquran sebagai Pendekatan Konseling untuk Mengatasi Kecemasan*, Al-Mishbah, Vol. 14 No, 1 (Yogyakarta: UIN Sunan Kalijaga, 2018), h. 76-77

¹³Departemen Agama RI, *op.cit*, h. 594

¹⁴Syafrianto Tambunan, *op.cit*, h. 86

Desi dan Ferika, menerangkan bahwa ada beberapa faktor yang bisa menyebabkan terjadi kecemasan *menarche* pada remaja, yakni pengetahuan, umur dari segi *menarche*, dorongan yang berasal dari ibu, berbagai informasi berdasarkan sumber, dan ketidaksiapan.¹⁵ Menurut Proverawati dan Misaroh, pemberian pengetahuan pada remaja putri bisa dengan berbagai informasi yang diberikan dalam aspek kesehatan terkait dengan KKR dan ini dihubungkan pada aspek menstruasi.¹⁶

Usia *menarche* pada remaja sekarang mengalami kebiasaan yang menunjukkan umurnya mengalami penurunan dari umur yang begitu dini dengan demikian terdapat dari segala pihak yang menduduki SD telah melewati masa *menarche*. Sebab hal ini ditimbulkan melalui sejumlah indikator sebagai contoh dari segi kesehatan, kemudian tingkat berat badan dan nutrisi yang dimiliki sesuai statusnya.¹⁷ Selanjutnya dukungan ibu, pada masa remaja ini membutuhkan peran orang tua. Sebab ibu sebagai orangtua dengan peran yang dimilikinya begitu diperlukan agar menstruasi dapat diperkenalkan terhadap remaja. Tapi kenyataannya, masih ada seorang ibu yang enggan berbagi pengetahuan menstruasi pada anaknya. Karena selain faktor pengetahuan ibu yang kurang dan adanya perasaan canggung sehingga menganggap bahwa remaja putri bisa mempersiapkan menstruasinya sendiri.¹⁸

¹⁵Dwi Retnaningsih, *et al.*, *loc.cit.*

¹⁶Surya Mustika Sari dan Henny Vidia Effendy, *Pengaruh Pendidikan Kesehatan Menarche terhadap Anxiety dalam Menghadapi Menarche di Ke-5 dan Siswa Kelas 6*, Jurnal Perawat dan Kesehatan, Vol. 8 No. 1 (Mojokerto: STIKES Dian Husada, 2019), h. 44

¹⁷Nurul Hidayah & Sara Palila, *Kesiapan Menghadapi Menarche pada Remaja Putri Prapubertas Ditinjau dari Kelekatan Aman Anak dan Ibu*, Jurnal Ilmiah Psikologi, Vol. 5 No. 1 (Yogyakarta: UIN Sunan Kalijaga, 2018), h. 107-108

¹⁸*Ibid*, h. 108

Faktor selanjutnya sumber informasi, permasalahan remaja putri adalah kurangnya respon dan informasi dari orangtua serta peran tenaga kesehatan sebagai pendidik dalam memberikan informasi tentang *menarche*. Sehingga pendidikan kesehatan jarang dilakukan mengenai tanda-tanda pubertas khususnya mengenai *menarche*, hal ini menyebabkan remaja putri kurang memahami tentang *menarche* dan menimbulkan kecemasan dalam menghadapi *menarche* pada remaja putri.¹⁹ Faktor mempengaruhi tidak hanya pengaruh sumber informasi saja, tetapi juga ada faktor ketidaksiapan. *Menarche* juga dapat dipengaruhi oleh munculnya respon negatif seperti perasaan malu, cemas, takut dan bingung, ketika tidak adanya persiapan akan permulaan menstruasi.²⁰

Adapun tindakan yang dapat dijalankan agar persoalan tersebut dapat diatasi melalui bimbingan kelompok yang diberikan dengan media video tentang *menarche*. Dalam tinjauan umum terdapat sejumlah metode untuk menyediakan bimbingan konseling dari segi layanannya, yang pertama yakni yang bersifat individu kemudian berikutnya bersifat kelompok. Rusmana, mengemukakan bahwa bimbingan kelompok paling baik digunakan untuk menyikapi persoalan pada masa remaja (siswa). Karena sebagian besar remaja lebih suka berkelompok dan dengan kelompok mereka bisa mendapatkan rasa aman dan nyaman.

Perasaan yang diterima dalam kelompok menyenangkan dan dapat meningkatkan rasa percaya diri, mereka memiliki identitas yang khas, dan terkadang dapat meningkatkan citra diri mereka juga.²¹ Karena pada hakikatnya,

¹⁹Surya Mustika Sari dan Henny Vidia Effendy, *op.cit*, h. 43-44

²⁰Nurul Hidayah & Sara Palila, *op.cit*, h. 108

²¹Achmad Setya Roswendi dan Salma Luqyana Nabila, *Pengaruh Bimbingan Kelompok dengan Teknik Home Room terhadap Tingkat Kecemasan Remaja Putri yang dihadapi Menarche*

dengan kata lain menyebut mereka sebagai makhluk sosial yang saling mengharapkan bantuan satu sama lain. Seperti yang dijelaskan pada QS. al-Hujurat:13, yaitu:

يَا أَيُّهَا النَّاسُ إِنَّا خَلَقْنَاكُمْ مِنْ ذَكَرٍ وَأُنْثَىٰ وَجَعَلْنَاكُمْ شُعُوبًا وَقَبَائِلَ لِتَعَارَفُوا ۗ

إِنَّ أَكْرَمَكُمْ عِنْدَ اللَّهِ أَتْقَىٰكُمْ ۗ إِنَّ اللَّهَ عَلِيمٌ خَبِيرٌ ۙ

Artinya: “Hai Manusia, sesungguhnya kami menciptakan kamu dari seorang laki-laki dan seorang perempuan dan menjadikan kamu berbangsa-bangsa dan bersuku-suku supaya kamu saling mengenal. Sesungguhnya yang paling mulia diantara kamu adalah orang yang paling bertakwa diantara kamu. Sesungguhnya Allah Maha Mengetahui lagi Maha Mengetahui.” (QS. al-Hujurat:13).²²

Salah satunya penggunaan media pada bimbingan kelompok yang bersifat video dalam pembelajaran. Video yang dipergunakan dalam aspek tersebut memberikan respon adanya pengetahuan terbaru yang dimiliki, kemudian memberikan pelatihan agar adanya pemikiran yang kritis, penuh dengan inovasi serta membuat pengetahuan atau tingkat ingatannya menjadi lebih tajam. Menurut mantasiah, yang menjelaskan video dari segi media menjadi tolak ukur yang menetapkan tingkat kesuksesan dalam kegiatan pembelajaran. Sebab dari video yang digunakan sebagai media tersebut akan membantu menyampaikan materi yang lebih jelas, karena terhadap kegiatan pembelajaran media bertugas agar penyampaian pesan menjadi lebih jelas.²³

Grade IV, V, di SD Islamic Center Aisyiah Cianjur, Seminar Internasional Kesehatan Global (ISGH), (Cimahi: Stikes Jenderal Achmad Yani, 2017), h. 265

²²Departemen Agama RI, *op.cit*, h. 517

²³Hardianti & Wahyu Kurniati Asri, *Keefektifan Penggunaan Media Video dalam Keterampilan Menulis Karangan Sederhana Bahasa Jerman Siswa Kelas XII IPA SMA Negeri 11 Makassar*, Jurnal Pendidikan Bahasa Asing dan Sastra, Vol. 1 No.2, 2017, (Makassar: Universitas Negeri Makassar), h. 124

Dalam perkembangannya, untuk memberikan bimbingan maupun konseling dari segi layanan yang disediakan bukan hanya sekedar adanya perantara yang diberikan pada saat guru BK menjalankan rancangan yang telah ditentukan akan tetapi juga menjadi tolak ukur yang dipergunakan agar program BK dapat dijalankan. Media BK dapat berperan sebagai alat bantu dalam bimbingan kelompok maupun bimbingan individu. Media BK pada penyelenggaraannya hendaknya bersifat sesuai terhadap penyediaan layanan maupun tujuan yang hendak dicapai, karena media BK harus melihat terlebih dahulu tujuan dan nilai yang optimal dalam layanan yang akan diberikan kepada siswa atau konseli.²⁴

Video yang dipergunakan dalam kegiatan pembelajaran menjadi aspek tertentu agar materi yang hendak disampaikan mampu dikemukakan dengan penayangan yang dilakukan melalui pemaparan gambar yang bersifat bergerak dibuat sedemikian rupa supaya menggambarkan karakter aslinya. Seperti yang kita ketahui bahwa media video termasuk dalam kategori yang bersifat audio visual atau pemaparan media juga dapat didengarkan sekaligus. Oleh karena itu, menurut Fechera bahwa penggunaan media video dapat meningkatkan pemahaman terhadap materi yang disampaikan dan bisa membuat remaja termotivasi untuk belajar.²⁵

²⁴Hartika Utami Fitri dan Kushendar. *Bimbingan dan Konseling Kelompok Berbantuan Media Powerpoint untuk Meningkatkan Pemahaman Remaja tentang Nilai-Nilai Persahabatan*. Jurnal Bimbingan Konseling & Kemasyarakatan, (Palembang: UIN Raden Fatah Palembang, 2019), h. 5

²⁵Andriana Johari, *et.al*, *Penerapan Media Video dan Animasi pada Materi Memvakum dan Mengisi Refrigeran Terhadap Hasil Belajar Siswa*, *Journal of Mechanical Engineering Education*, Vol.1 No.1 2014, (Bandung: FPTK UPI), h: 10

Berdasarkan permasalahan tersebut, adanya motivasi yang didapatkan penulis dalam melangsungkan penelitian dengan judul **“Keefektifan Bimbingan Kelompok dengan Media Video dalam Mengatasi Kecemasan akan *Menarche* Pada Remaja Dusun I, II dan III Desa Tanjung Atap”**.

B. Batasan Masalah

Sebagaimana dari latar belakang di atas maka penulis memberikan batasan penelitian khususnya kepada remaja putri yang belum mengalami menstruasi. Karena penelitian ini ingin mengetahui apa penyebab kecemasan *menarche* remaja putri. Penelitian ini hanya memfokuskan pada remaja putri yang mendapatkan nilai rendah pada kecemasan *menarche* yang dialami.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah:

1. Bagaimana tingkat kecemasan *menarche* pada remaja dusun I, II dan III Desa Tanjung Atap?
2. Bagaimana keefektifan bimbingan kelompok dengan media video dalam mengatasi kecemasan akan *menarche* pada remaja dusun I, II dan III Desa Tanjung Atap?
3. Bagaimana keefektifan bimbingan kelompok dalam mengatasi kecemasan akan *menarche* pada remaja dusun I, II dan III Desa Tanjung Atap?

D. Tujuan Penelitian

Tujuan dilakukan penelitian ini untuk mengetahui:

1. Tingkat kecemasan *menarche* pada remaja dusun I, II dan III Desa Tanjung Atap.
2. Keefektifan bimbingan kelompok dengan media video dalam mengatasi kecemasan akan *menarche* pada remaja dusun I, II dan III Desa Tanjung Atap.
3. Keefektifan bimbingan kelompok dalam mengatasi kecemasan akan *menarche* pada remaja dusun I, II dan III Desa Tanjung Atap.

E. Kegunaan Penelitian

1. Kegunaan Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat dan menjadi bahan bacaan dalam bidang Bimbingan Penyuluhan Islam, serta dapat menambah informasi mengenai keefektifan bimbingan kelompok dengan media video untuk mengatasi kecemasan *menarche* pada remaja dusun I, II dan III Desa Tanjung Atap, serta juga dapat menjadi pedoman pada penelitian selanjutnya.

2. Kegunaan Praktis

- a. Sebagai masukan bagi remaja supaya bisa lebih berpikir positif dan menambah wawasan dan pemahaman pada remaja akan kesiapan *menarche* sehingga bisa menjadi bahan pegangan ketika menghadapi menstruasi pertama nanti.

- b. Sebagai masukan bagi orangtua dan masyarakat bisa menjadi bahan pengetahuan yang penting untuk diberikan pada remaja putrinya supaya bisa ikut andil dalam memberikan bimbingan dan dukungan pada remaja untuk mempersiapkan menghadapi menstruasi pertama nanti.

F. Sistematika Penulisan Laporan

Untuk membuat pembahasan yang dipaparkan bersifat sesuai dengan prosedurnya, adanya klasifikasi yang ditentukan penulis terhadap lima bab yang diinterpretasikan demikian:

Bab I: Pendahuluan

Menjelaskan mengenai latar belakang masalah, rumusan masalah, batasan masalah, tujuan penelitian, kegunaan penelitian dan sistematika penulisan.

Bab II: Landasan Teori

Menjelaskan mengenai tinjauan pustaka, kerangka teori dan hipotesis penelitian.

Bab III: Metodologi Penelitian

Menjelaskan mengenai metode penelitian, pendekatan penelitian, data dan sumber data, lokasi penelitian/objek penelitian, variabel penelitian, populasi dan sampel, uji validitas dan realibilitas data, teknik pengumpulan data, teknik analisis data dan sistematika penulisan.

Bab IV: Hasil dan Pembahasan

Memaparkan dan menganalisis data-data yang didapatkan dari hasil pengujian dan gambaran umum lokasi penelitian.

Bab V: Penutup

Menginterpretasikan kesimpulan yang didapatkan kemudian memberikan saran sesuai pengalaman dalam lapangan agar tahapan pengujian berikutnya dapat mengalami perbaikan.

BAB II

TINJAUAN TEORI

A. Tinjauan Pustaka

Pada skripsi yang dilangsungkan pada penelitian berikut contohnya memiliki tujuan, maka adanya upaya dari pihak penulis agar tulisan tersebut dapat mengalami pengembangan serta mendapatkan bantuan melalui berbagai buku maupun skripsi yang dihasilkan. Terdapat sejumlah penelitian yang berhubungan akan kecemasan pada remaja terhadap *menarche*, antara lain:

Penelitian pertama, Sri Rahmah Haruna dan Alfyan Rahim (2020) dengan judul “*Hubungan Tingkat Pengetahuan dan Kesiapan Menghadapi Menarche dengan Kecemasan Siswi Pada Kelas V dan VI di SD Inpres Tello Baru 1/1*”.²⁶ Hasil dari penelitian ini adalah besarnya pemahaman terkait menstruasi yang telah melekat pada siswi yakni sebesar 51 pihak yang menjadi responden atau diperkirakan 72,9%. Sedangkan dari segi potensi yang menunjukkan bentuk siap untuk melewati *menarche* yang akan dihubungkan terhadap sisi dari bidang kesiapannya sebesar 61 pihak yang menjadi responden setara dengan 87,1% dengan rasa cemas yang dialami bagi mereka khususnya kelas V maupun VI Yang menunjukkan tingkat rasa cemas dalam kategori ringan yakni sebanyak 44 pihak yang menjadi responden setara dengan 62,9%.

Dari segi *Fisher exact test* terhadap uji *Chi square* melalui penentuan dari signifikan perhitungan yang telah melampaui $0.000 < 0,05$ melalui signifikan 0,05. Namun hal yang membedakan melalui pelaksanaan penelitian tersebut terhadap

²⁶Haruna & Alfyan Rahim Hubungan, “*Tingkat Pengetahuan dan Kesiapan Menghadapi Menarche dengan Kecemasan Siswi Pada Kelas V dan VI di SD Inpres Tello Baru 1/1*”, Jurnal Akrab Juara, Vol. 5 No. 4, (Makassar: Universitas Megarezky Makassar, 2020).

pihak penulis yakni tidaknya penerapan bimbingan terhadap kelompok dari layanan yang diberikan melalui media video sebagai perlakuan yang akan diberikan pada remaja sedangkan pada penelitian ini agar memahami hubungan dari segi pemahaman maupun bentuk kesiapan untuk melewati *menarche* terhadap rasa cemas yang dialami.

Penelitian kedua, Dewi Novita, Heni Purwaningsih dan Eko Susilo (2020) dengan judul “*Kesiapan Menghadapi Menarche pada Anak Sekolah Dasar Sebelum dan Setelah Diberikan Pendidikan Kesehatan*”.²⁷ Hasil dari penelitian ini adalah tingkat ketidaksiapan masing-masing remaja untuk melewati masa *menarche* pada saat belum melangsungkan pengetahuan terhadap kesehatan menunjukkan peningkatan sebesar 100% dan sesudah adanya pemberian pengetahuan tersebut yang berhubungan akan *menarche* menunjukkan adanya penurunan yakni sebanyak 90,7% siap menghadapi *menarche* setelah dilakukan pendidikan kesehatan. maka dari itu terdapat perbedaan kesiapan bagi siswi SD Negeri 01 Genuk Kecamatan Ungaran Barat Kabupaten Semarang pada saat belum dan sesudah melangsungkan pendidikan dalam aspek kesehatan tentang *menarche*.

Namun yang menjadi pembeda terhadap kelangsungan penelitian berikut yakni dimana pihak penulis selain memberikan bantuan berupa pemberian pendidikan tentang *menarche* tidak terdapat layanan yang lain seperti bentuk bimbingan kelompok yang memanfaatkan video sebagai media, sedangkan terhadap penulis selain memberikan edukasi mengenai *menarche* yang dikemas

²⁷Dewi Novita, *ed.all, Kesiapan Menghadapi Menarche Pada Anak Sekolah Dasar Sebelum dan Setelah Diberikan Pendidikan Kesehatan, Journal of TSCSIKep*, Vol.5 No.2 (Semarang: Universitas Ngudi Waluyo Ungaran, 2020).

dalam sebuah video, juga memberikan perlakuan bimbingan kelompok dengan media video.

Penelitian ketiga, Achmad Setya Roswendi dan Salma Luqyana Nabila (2017) dengan judul "*Pengaruh Bimbingan Kelompok dengan Teknik Home Room Terhadap Tingkat Kecemasan Remaja Putri yang Dihadapi Menarche Grade IV, V, di SD Islamic Center Aisyiah Cianjur*".²⁸ Hasil penelitian menunjukkan tingkat kecemasan berdasarkan skor rata-rata bagi remaja putri yang duduk di kelas IV maupun V menghadapi *menarche* pada saat adanya bimbingan kelompok dengan teknik *home room* adalah 58,35 termasuk ke dalam kecemasan ringan. Sementara rata-rata tingkat rasa cemas yang dialami oleh mereka menghadapi aspek tersebut pada saat belum melangsungkan pembimbingan kelompok melalui teknik *home room* sejumlah 39,05 termasuk kedalam tidak khawatir.

Maka kesimpulan yang paling tepat adanya dampak yang dihasilkan melalui bimbingan kelompok yang menerapkan *home room* sebagai teknik terhadap rasa cemas yang dialami menghadapi *menarche* kelas IV dan V di SD Aisyiyah *Islamic Center* Cianjur, dengan $P\text{ value}=0,0001$ ($p\text{ value} < \alpha$) digunakan 0,05. Persamaan yakni masing-masing dari penelitian ini dan penelitian penulis menggunakan bimbingan kelompok untuk layanan yang akan diterapkan pada penelitian. Sedangkan perbedaan yang dilangsungkan dari penelitian berikut terhadap pihak penulis adanya penggunaan teknik dalam masing-masing penelitian, adanya teknik *home room* yang dipergunakan pada penelitian yang

²⁸Achmad Setya Roswendi dan Salma Luqyana Nabila, *Pengaruh Bimbingan Kelompok dengan Teknik Home Room terhadap Tingkat Kecemasan Remaja Putri yang dihadapi Menarche Grade IV, V, di SD Islamic Center Aisyiah Cianjur*, Seminar Internasional Kesehatan Global (ISGH), (Cimahi: Stikes Jenderal Achmad Yani, 2017).

memanfaatkan media video pembelajaran sebagai perlakuan yang akan diberikan pada remaja.

Penelitian keempat, Hartika Utami Fitri dan Kushendar (2019) "*Bimbingan dan Konseling Kelompok Berbantuan Media Powerpoint untuk Meningkatkan Pemahaman Remaja tentang Nilai-Nilai Persahabatan*".²⁹ Perolehan yang didapatkan menunjukkan pembimbingan kelompok yang diberikan melalui *powerpoint* sebagai media bahwa dampak pada pengetahuan mengenai aspek persahabatan yang diberikan bagi mereka yang menduduki kelas XI Pada Sekolah Menengah Atas Negeri 9 Palembang. Dalam tinjauan menyeluruh adanya penelitian yang dilangsungkan untuk memberikan bimbingan kelompok sebagai suatu layanan yang dijalankan terhadap *powerpoint* sebagai media yang dipergunakan mempunyai dampak yang begitu besar pada pengetahuan persahabatan bagi siswa apabila diadakan perbandingan terhadap penggunaan yang tidak menerapkan *powerpoint* sebagai media layanan.

Hal tersebut dapat dipaparkan melalui observasi yang dijalankan dari kelangsungan bimbingan kelompok. Aspek tersebut memaparkan hasil dari rata-rata dari siswa yang ditetapkan sebagai subjek dalam penelitian menunjukkan adanya hal yang berubah dalam tahapan tersebut yang sudah dilalui dari penerapannya. Hal yang membedakan pada jurnal ini dengan penelitian penulis yakni pada jenis media pembelajaran yang digunakan, yakni menggunakan media *powerpoint*. Namun pada layanannya sama-sama menggunakan bimbingan kelompok dengan penelitian penulis.

²⁹Hartika Utami Fitri dan Kushendar. *Bimbingan dan Konseling Kelompok Berbantuan Media Powerpoint untuk Meningkatkan Pemahaman Remaja tentang Nilai-Nilai Persahabatan*. Jurnal Bimbingan Konseling & Kemasyarakatan, (Palembang: UIN Raden Fatah Palembang, 2019).

Dengan menyesuaikan pengamatan tersebut maka tidak adanya topik yang ditemukan terhadap karya ilmiah dari pihak peneliti yang berkaitan pada keefektifan bimbingan kelompok dengan media video dalam mengatasi kecemasan akan *menarche* pada remaja dusun I, II Dan III Desa Tanjung Atap dengan demikian adanya ketertarikan penulis dalam memahami begitu mendalam terkait keefektifan bimbingan kelompok dengan media video dalam mengatasi kecemasan akan *menarche* pada remaja tersebut.

B. Kerangka Teori

1. Bimbingan Kelompok

a. Pengertian Bimbingan Kelompok

Bimbingan maupun konseling menjadi sebagai suatu layanan yang disediakan adanya penyelenggaraan yang bersifat positif dalam aspek individu ataupun kelompok. Dalam tinjauan individu penyelenggaraan aspek tersebut akan dihubungkan pada individu sementara yang bersifat kelompok yakni menghubungkan kelompok. Maka dari jenis-jenis kegiatan layanan tersebut, pada penelitian ini penulis hanya fokus membahas mengenai bimbingan dalam kelompok.³⁰ Aspek tersebut menjadi bentuk layanan yang disediakan membahas terkait sejumlah aspek yang bermanfaat terhadap individu yang mengalami perubahan serta berupaya agar suatu persoalan pada seseorang dapat ditemukan

³⁰Sisca Folastris & Itsar Bolo Rangka, *Prosedur Layanan Bimbingan & Konseling Kelompok*, (Bandung: Mujahid Press, 2006), h. 13

solusinya yang termasuk kedalam bagian kelompok dengan memanfaatkan dinamikanya.³¹

Bimbingan kelompok menjadi bentuk kemudahan yang didapat seseorang yang dijalankan pada kelompok dengan menginterpretasikan adanya informasi yang disampaikan, kemudian mengkaitkan berbagai persoalan dalam ruang lingkup pendidikan, kemudian personal dan aspek sosial serta lain sebagainya.³² Berdasarkan pengertian yang telah dipaparkan demikian, membuat penulis mengambil kesimpulan terkait bimbingan kelompok menjadi penyediaan layanan dari aspek pemilihan maupun konseling yang dikemukakan terhadap anggotanya dalam suatu bantuan yang tentunya bertujuan agar suatu persoalan dapat diantisipasi serta berguna terhadap masing-masing pihak yang menjadi bagian kelompok.

Bimbingan kelompok yang tersedia mampu membuat remaja memperoleh hal-hal yang ada padanya selaras terhadap potensi yang dimiliki serta mempunyai potensi agar persoalan yang dihadapi dapat dipecahkan dengan bantuan dari anggota kelompok, memberikan dukungan dan pencegahan masalah agar remaja bisa berkembang secara optimal dan mandiri, sebagaimana firman Allah SWT. dalam Q.S. al-Insyirah: 2-3, yaitu:

وَوَضَعْنَا عَنْكَ وِزْرَكَ (٢) الَّذِي أَنْقَضَ ظَهْرَكَ (٣٠)

Artinya: “Dan Kami telah menghilangkan daripadamu bebanmu, yang memberatkan punggungmu?”. (Q.S. al-Insyirah: 2-3)³³

³¹*Ibid*, h. 16

³²Achmad Juntika Nurihsan, *Bimbingan Konseling dalam Berbagai Latar Kehidupan (Edisi Revisi)*, (Bandung: PT Refika Aditama, 2018), h. 23

³³Departemen Agama RI, *op.cit*, h. 596

Penyelenggaraan aspek tersebut tanpa mengenal waktu, kemudian juga dapat dilaksanakan pada ruangan tertentu ataupun sebaliknya, begitupun dalam sekolah ataupun kebalikannya, di rumah klien atau lain sebagainya. Bahkan di manapun asalkan dalam pelaksanaannya harus memanfaatkan ruang lingkup kelompok, sebagai halnya pelaksanaan yang bersifat sosiodrama dan berbagai teknik yang lain. Sehingga terdapat perkembangan dan dapat mencapai apa yang akan dituju. aspek tersebut tentunya mempunyai tujuan agar mengantisipasi suatu persoalan mengalami perkembangan terhadap masing-masing orang.³⁴

Bimbingan kelompok terdiri atas tiga kelompok, yaitu kelompok kecil (2-6 orang), kelompok sedang (7-12 orang), dan kelompok besar (13-20 orang) serta kelompok kelas (20-40 orang).³⁵ Kegiatan bimbingan kelompok berisi beberapa kegiatan, seperti penyampaian informasi yang berhubungan dengan masalah umum, misalnya masalah yang sering diperbincangkan baik yang didengar maupun yang dilihat di media massa (media cetak atau elektronik), dan masalah di lingkungan sekitar. Hal tersebut juga sesuai dengan pendapat Prayitno, bahwa bimbingan kelompok bisa sebagai media pemberian informasi pada sekelompok individu.³⁶

Dalam perkembangannya, layanan bimbingan konseling sebagai suatu media bukan hanya sekedar dimanfaatkan menjadi perantara yang diterapkan bagi guru BK dengan menjalankan seluruh rancangan yang telah diupayakan. Akan tetapi juga menjadi tolak ukur yang memudahkan agar program yang dimilikinya dapat terbantu. Dengan begitu media BK dapat berperan sebagai alat bantu dalam

³⁴Sisca Folastris & Itsar Bolo Rangka, *loc.cit.*

³⁵Achmad Juntika Nurihsan, *loc.cit.*

³⁶*Ibid*, h. 17

bimbingan kelompok maupun bimbingan individu. Maka hendaknya adanya keakuratan pada media BK yang diterapkan terhadap penyediaan layanan yang diberikan, karena media BK harus melihat terlebih dahulu tujuan dan nilai yang optimal dalam layanan yang akan diberikan kepada siswa atau konseli.³⁷

Pemberian informasi dalam bimbingan kelompok dapat berupa berbagai alat serta penggunaan media dalam aspek pendidikan, sebagai contoh yakni OHP, audio visual maupun video, majalah, buku dan lain sebagainya. Kemudian adanya ahli yang didatangkan oleh pihak konselor agar memperoleh informasi terkait beberapa aspek.³⁸

b. Tujuan Bimbingan Kelompok

Berdasarkan pendapat Mulyadi, adanya bimbingan kelompok dari segi layanan yang diberikan tentunya mempunyai tujuan agar hubungan dalam ruang lingkup sosial dapat mengalami perkembangan, yakni khusus terhadap mereka yang menjadi anggota bimbingan kelompok itu sendiri. Dalam tinjauan lebih khusus adanya bimbingan kelompok sebagai layanan yang tentunya mempunyai tujuan agar memberikan dukungan terhadap keras akan menjadi lebih berkembang, begitupun dengan apa yang diperkirakan dan dipandang, pengetahuan serta sikap yang timbulnya dari perilaku yang begitu mendominasi, yaitu suatu komunikasi yang bersifat verbal ataupun kebalikannya pada individu.³⁹

³⁷Hartika Utami Fitri dan Kushendar, *op.cit.*, h. 5

³⁸Achmad Juntika Nurihsan, *op.cit.*, h. 24

³⁹Mulyadi, *Bimbingan Konseling di Sekolah dan Madrasah*, (Jakarta: Prenadamedia Group, 2016), h. 295

Selain itu Prayitno, juga menerangkan tujuan yang hendak dicapai mencakup aspek umum hingga ke khusus. Dalam tinjauan umum prosedur kelompoknya membuat permasalahan mereka dapat diatasi. Sedangkan secara khusus untuk membantu masing-masing anggota kelompok mengembangkan pribadinya, dari segi keadaan yang menimbulkan rasa senang ataupun yang dilihat dari rasa sedih.⁴⁰

Dengan begitu kesimpulan yang paling tepat dalam aspek tersebut mampu mendorong masing-masing orang agar mengeluarkan beberapa aspek yang mengganggu perasaan, sehingga dengan adanya fungsi pencegahan dari bimbingan kelompok ini diupaya mampu memberikan kelonggaran dari permasalahan yang ada.

c. Manfaat Bimbingan kelompok

Berdasarkan pendapat dari Elida P, terdapat sejumlah kegunaan yang dihasilkan melalui ruang lingkup kelompok yang menyediakan bimbingan kelompok sebagai suatu layanan yang diikuti, yaitu:⁴¹

- 1) Mendapatkan pengetahuan yang bersifat personal serta identitas yang melekat padanya secara unik mampu mengalami pengembangan.
- 2) Peningkatan terhadap dirinya secara personal dapat diterima dengan baik, kemudian bentuk keyakinan serta apresiasinya untuk mendapatkan pengetahuan terbaru yang berhubungan padanya atau ruang lingkup terdekat.
- 3) Kebutuhan dan perasaan orang lain yang tinggi.
- 4) Anggota kelompok memahai permasalahan dan kebutuhan dalam kelompok.

⁴⁰Hartika Utami Fitri dan Kushendar, *loc.cit.*

⁴¹Sisca Folastris & Itsar Bolo Rangka, *op.cit.*, h. 18-19

- 5) Dalam hidup, adanya sejumlah nilai yang dijadikan bagian dari tuntutan.
- 6) Dalam memilih satu pilihan maka adanya tindakan yang efektif untuk dijalankan.
- 7) Dalam memilih satu pilihan dilakukan dengan cara yang arif bijaksana.

Berdasarkan manfaat di atas, maka dapat disimpulkan bahwa ketika setiap anggota kelompok sudah mendapatkan manfaat dalam bimbingan kelompok maka bisa dipastikan bahwa tujuan dalam bimbingan kelompok tersebut sudah tercapai sesuai dengan yang diinginkan.

d. Fungsi Bimbingan kelompok

Adapun fungsi layanan bimbingan kelompok menurut Bakar. Berikut fungsi bimbingan kelompok tersebut, antara lain:⁴²

- 1) Fungsi pemahaman, yaitu fungsi yang bertujuan bagi individu yang dimiliki potensi pada dirinya dan lingkungannya dibantu pemimpin kelompok untuk memahaminya.
- 2) Fungsi pengembangan, yaitu fungsi yang bertujuan untuk pemimpin kelompok membantu mengembangkan potensi yang ada pada individu. Dalam fungsi pengembangan terdapat teknik yang digunakan, yaitu layanan informasi, tutorial, bimbingan secara kelompok atau konsultasi, kunjungan rumah (*home room*), serta karya wisata.

⁴²Annisa Lestari dan Siska Dwi Paramitha, *Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Meningkatkan Kemampuan Penyesuaian Diri Mahasiswa, IJoCE: Indonesian Journal of Counseling and Education*, Vol. 1, No. 1, (Bangka Belitung:Institut Agama Islam Negeri Syakih Abdurrahman Siddik Bangka Belitung 2020), h. 21

Maka dapat disimpulkan dari fungsi-fungsi di atas bahwa dalam bimbingan kelompok akan ada gambaran peran sebagai patokan untuk mengerjakan sesuatu supaya sesuai dengan aturan tertentu.

e. Asas-asas dalam Bimbingan Kelompok

Menurut Munro, Manthei dan Small menjelaskan bahwa ada tiga asas-asas yang wajib untuk diterapkan dalam bimbingan kelompok, yaitu antara lain:⁴³

1) Asas kerahasiaan

Dalam bimbingan kelompok terdapat sesuatu yang menjadi rahasia kelompok yang harus dijaga anggota kelompok untuk tidak boleh dibahas dan disebarluaskan di luar kelompok.

2) Asas kesukarelaan

Dalam membina setiap anggota kelompok untuk turut aktif dalam kelompok, maka pemimpin kelompok harus menerapkan syarat-syarat kelompok. Kesukarelaan dalam bimbingan kelompok ini dilakukan sejak awal dimulainya pembentukan kelompok.

3) Asas-asas lain (Kegiatan, keterbukaan, kekinian, kenormatifan dan keahlian)

e. Asas kegiatan dan asas keterbukaan. Diharapkan setiap anggota menerapkan asas kegiatan dan asas keterbukaan dengan begitu dinamika bimbingan kelompok akan semakin intensif dan efektif. Dengan keaktifan anggota kelompok, tidak ada rasa takut, malu atau ragu akan dipastikan setiap anggota akan memperoleh hal-hal berharga dari layanan ini.

⁴³Sisca Folastris & Itsar Bolo Rangka, *op.cit.*, hal.30-31

Asas kekinian. Dalam asas ini diharapkan anggota kelompok mengemukakan hal-hal atau pengalaman yang lalu dan berlaku sekarang ini, dimana dari pengalaman yang lalu dan sekarang akan dilihat dampaknya dan apa yang akan dilakukan sekarang.

Asas kenormatifan. Dalam asas ini terdapat cara-cara dalam berkomunikasi, tata krama dan mengemas isi bahasan dalam kelompok.

Asas keahlian. Dalam asas ini diupayakan penyelenggaraan bimbingan kelompok dilakukan oleh orang yang ahli dibidangnya, seperti konselor dan guru BK.

Berdasarkan asas-asas di atas maka adanya bimbingan kelompok harus dilaksanakan sesuai dengan kaidah-kaidah yang bisa menjamin efisien dan efektivitas dalam proses bimbingan kelompok tersebut.

f. Keuntungan menggunakan Bimbingan Kelompok

Menurut Elida P, dalam layanan bimbingan kelompok ini ada keuntungan yang dapat dicapai oleh anggota kelompok, yaitu antara lain:⁴⁴

- 1) Perubahan sikap, keyakinan, perasaan pada diri sendiri dan orang lain, serta tingkah laku secara keseluruhan dapat terjadi dalam bimbingan kelompok.
- 2) Sebagai tempat untuk belajar dalam berhubungan dengan orang lain dan belajar keterampilan dalam membina keakraban dengan orang lain.
- 3) Dapat mendiskusikan pendapatnya dan mau menerima masukan dari sesama anggota.
- 4) Anggota kelompok dapat berpetualangan dengan dunia keseharian dalam bimbingan kelompok walaupun terdapat perbedaan minat, umur, perhatian,

⁴⁴*Ibid*, h. 29-30

latar belakang, status sosial-ekonomi dan tipe masalah antar anggota kelompok.

- 5) Anggota kelompok mendapatkan masukan tentang dirinya sendiri dari orang lain.
- 6) Dari sesama anggota kelompok, individu mendapatkan pemahaman masalah.
- 7) Anggota kelompok memperoleh interaksi keakraban dan perasaan memiliki (*sense of belonging*) kelompok.

Dengan menggunakan pendekatan kelompok tersebut, maka ada beberapa keuntungan yang diperoleh, yaitu antara lain:⁴⁵

- 1) Anak akan dibantu mengenal dirinya, begitupun terhadap temannya juga akan dibantu agar dapat memperoleh apa yang ada padanya. Sebab hakikatnya kebhinekaan tersebut bagi anak berperan menjadi sosok yang individu kemudian sosok sosial.
- 2) Adanya nilai yang termasuk kedalam aspek positif bagi anak, sebagai contoh senantiasa mentoleransi, menunjukkan bentuk penghargaan, memiliki sifat kooperatif, mengetahui yang menjadi tugasnya, pendisiplinan, Inovasi dan berbagai aspek lainnya dapat dikembangkan dalam bimbingan kelompok.
- 3) Berbagai aspek moral sebagai suatu pembebanan, yang dapat dilihat dari rasa malu, rasa takut, dan hal lainnya yang menunjukkan bentuk egois dalam bimbingan kelompok akan dapat dihilangkan.

⁴⁵Sitti Hartinah, *Konsep Dasar Bimbingan Kelompok*, (Bandung: PT Refika Aditama, 2017), h. 10

- 4) Berbagai ketegangan yang menghubungkan pada aspek emosi, kemudian berbagai pertentangan, serta rasa kecewa, curiga dan lain-lainnya akan dihilangkan terhadap bimbingan kelompok.
- 5) Adanya rangsangan dalam kehidupan untuk menjalankan tanggung jawab, seperti memberikan penolong, dengan kemudian pendisiplinan yang akan dikembangkan pada aspek tersebut.

Dari beberapa keuntungan dia atas dapat disimpulkan maka anggota kelompok dalam kegiatan layanan bimbingan kelompok akan mendapatkan apa yang ia inginkan dan perubahan apa yang ingin dibuatnya.

g. Tahap-tahap Perkembangan Kegiatan Bimbingan Kelompok

Para ahli telah mengenalkan tahap-tahap perkembangan kegiatan bimbingan kelompok ini. Walaupun dengan bahasa dan istilah yang berbeda, tetapi isinya tetap sama. Berikut tahap-tahap tersebut, yaitu antara lain:⁴⁶

1) Tahap I: Pembentukan

Tahap awal dimulai dengan mengumpulkan para (calon) anggota kelompok, setelah itu setiap anggota kelompok melibatkan diri dalam kelompok dengan memperkenalkan diri, dan mengungkapkan tujuan atau harapan-harapan yang akan dicapai baik secara individu maupun kelompok. Pemimpin kelompok memberikan penjelasan mengenai bimbingan kelompok, alasan melaksanakan bimbingan kelompok, penyampaian asas-asas kerahasiaan supaya orang di luar kelompok tidak mengetahui permasalahan yang dibahas di dalam kelompok.

⁴⁶Prayitno, *Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok (Dasar dan Profil)*, (Jakarta: Ghalia Indonesia, 1995), h. 40-59

2) Tahap II: Peralihan

Tahap peralihan, kegiatan kelompok sudah bisa diperkenalkan oleh pemimpin kelompok ketika dalam kelompok sudah tumbuh suasana yang dinamis. Karena itu tahap peralihan disebut tahap "jembatan" yakni jembatan antara tahap pertama dan tahap ketiga. Pada tahap ini, pemimpin kelompok bertugas menjelaskan kegiatan yang akan dilaksanakan, mempertanyakan kesediaan anggota kelompok untuk melanjutkan tahap berikut, dan anggota kelompok juga ditanyai harapan yang akan dicapainya. Sehingga ketika anggota kelompok sudah merasa jelas dengan kegiatan yang akan diikuti maka tidak akan timbul keraguan dalam diri anggota kelompok.

3) Tahap III: Kegiatan

Pada tahap ketiga ini, terdapat beberapa kegiatan, yaitu antara lain:

- a) Mengungkapkan masalah.
- b) Pemilihan masalah/topik
- c) Pembahasan masalah/topik

Tujuan dari kegiatan-kegiatan tersebut untuk mengungkap permasalahan yang dirasakan dan dialami anggota kelompok. Sehingga dari permasalahan tersebut dapat tercapainya ketuntasan.

4) Tahap IV: Pengakhiran

Keberhasilan kegiatan kelompok dilihat dari hasil yang telah dicapai kelompok tersebut ketika menghentikan pertemuan bukan dari banyaknya pertemuan yang telah dilakukan. Selain itu, supaya pelaksanaan bimbingan kelompok tidak merasa sia-sia dan anggota kelompok akan mendapatkan

manfaat yang ia peroleh, maka pemimpin kelompok menekankan akan pentingnya penerapan hal-hal yang sudah dipelajari dalam kehidupan sehari-hari.

2. Media video

a. Pengertian Media Video

Jenis-jenisnya media pembelajaran sangat banyak. Faktor utama karena adanya pengaruh teknologi dan multimedia. Sehingga mampu membantu proses mengajar yang dilakukan pengajar menjadi lebih efektif lagi dengan adanya berbagai macam jenis media pembelajaran tersebut. Supaya media yang dipilih akan menjadi tepat dan cocok ketika diberikan nanti pada proses belajar mengajar dalam pemilihan media pembelajaran sebagai alat pengajaran bagi pengajar harus memperhatikan beberapa hal.

Kata media pembelajaran digunakan sebagai penyampaian materi yang tujuannya telah ditetapkan terlebih dahulu supaya bisa tersampainya pesan dengan baik dan sempurna untuk melaksanakan usaha penyampaian materi yang sengaja dilaksanakan. Maka media pembelajaran merupakan suatu proses pembelajaran untuk menyalurkan pesan supaya dapat merangsang pikiran, perasaan, perhatian, dan kemauan si belajar secara sengaja.⁴⁷

Jenis media yang bisa dipergunakan sesuai dengan kebutuhan pembelajaran, seperti media pembelajaran visual, audio visual, komputer, video, *microsoft powerpoint*, dan internet. Dalam penelitian ini, penulis memilih media pembelajaran video sebagai media atau perantara untuk melakukan penelitian

⁴⁷Aryadillah, dkk, *Teknologi Media Pembelajaran (Teori & Praktik)*, (Bogor: Herya Media, 2017), h. 16

tersebut karena media video ini dianggap cocok dan tepat terhadap objek yang bersangkutan.

Media video sendiri menurut Arief, merupakan suatu penyajian pesan yang berupa fakta (kejadian, peristiwa, dan berita) ataupun berupa fiktif (cerita), dimana pesan tersebut bisa bersifat informatif, edukatif, ataupun instruksional yang dikemas dalam penampilan gambar dan suara.⁴⁸ Sedangkan menurut Daryanto, video merupakan suatu bahan ajar yang memberikan informasi kepada audiens dalam bentuk non cetak. Dengan video, apa yang didengar dan dilihat bisa dengan mudah untuk diingat sehingga informasi yang diberikan lebih realistis dan mempermudah proses pembelajaran dengan adanya visual.⁴⁹

Maka dengan pengertian media video di atas dapat disimpulkan bahwa media video merupakan suatu alat perantara yang berisi bahan ajar untuk keperluan proses belajar mengajar yang dapat diputar secara berulang-ulang dan cocok karena dapat mendorong dan meningkatkan motivasi belajar.

b. Manfaat Media Video

Menurut Arsyad, ada beberapa manfaat yang diberikan ketika menggunakan media video, yaitu antara lain:⁵⁰

- 1) Ketika siswa membaca, diskusi, praktik, dan lain-lain video dapat menjadi pelengkap atas pengalaman-pengalaman dasar tersebut..
- 2) Proses kegiatan dan dapat disaksikan secara berulang-ulang dapat ditayangkan dalam bentuk video.

⁴⁸Amar Nugraha, *Modul 09 Pembuatan Media Video Pembelajaran Berbasis TIK*, (Ciputat: Pusdatin Kemendikbud, 2021), h. 6

⁴⁹Hardianti dan Wahyu Kurniati Asri, *op.cit.*, h. 126

⁵⁰Azhar Arsyad, *Media Pembelajaran: Edisi Revisi*, (Depok: Rajawali Pers, 2020), h. 50

- 3) Selain sebagai dorongan dan meningkatkan motivasi, video juga dapat menanamkan sikap dan segi-segi afektif lainnya.
- 4) Selain mengandung nilai-nilai positif, video juga mengundang terjadi diskusi dalam kelompok.
- 5) Ketika dilihat secara langsung, video dapat menyajikan peristiwa yang berbahaya.
- 6) Kelompok kecil, kelompok besar, kelompok heterogen, atau kelompok perorangan dapat diberikan pembelajaran dalam bentuk video.
- 7) Penayangan yang memiliki durasi sampai satu minggu dapat ditayangkan hanya dalam beberapa menit saja, hal tersebut karena adanya kemampuan dan teknik pengambilan *frame* demi *frame* dalam sebuah video.

Maka dapat disimpulkan bahwa dengan manfaat yang diberikan dalam media pembelajaran video merupakan media yang memberikan penyampaian materi pembelajaran tetapi juga memberikan pengalaman bagi individu. Selain itu pengalaman yang diperoleh akan memberikan pengaruh sikap karena kesan baik yang diberikan video, serta dengan video akan tercipta diskusi materi prasetasi yang ditampilkan tersebut.

c. Kelebihan Media Video

Menurut Johari, bahwa media video memiliki kelebihan dari media lainnya, yaitu 1) video dapat digunakan dalam jangka waktu yang lama dan kapanpun dengan materi dari video masih relevan dengan keadaan yang ada, 2) menyenangkan dengan media video, 3) dalam proses mengajar, video sangat berguna bagi peserta didik memahami materi dari guru, dan 4) kalangan

masyarakat dapat mengakses video. Sedangkan menurut Munir, video memiliki kelebihan, yaitu 1) fenomena yang nyata dapat dijelaskan, 2) materi pengembangan skill (psikomotorik) sangat cocok, 3) media video lebih efektif dari media teks, dan 4) materi perintah yang berurutan terdapat dalam sebuah video.⁵¹

Adapun menurut Rusman, bahwa media video juga memiliki kelebihan, yaitu 1) pemerataan pesan yang diterima siswa, 2) sangat tepat menerangkan materi tentang proses, 3) dapat mengatasi ruang dan waktu yang terbatas, 4) video dapat diulang-ulang dan dihentikan serta lebih realistis, dan 5) kesan baik yang diberikan video dapat mempengaruhi sikap siswa.⁵²

Maka dari penjelasan mengenai kelebihan media video di atas bahwa media video merupakan media yang sangat cocok dan tepat untuk memperjelas materi fenomena yang sulit dilihat secara langsung seperti *menarche* ini. Selain itu media video tidak hanya bisa diakses dalam lingkup orang tertentu saja tetapi juga dalam lingkup masyarakat luas karena sifat video penggabungan antara gambar dan teks yang bisa dinikmati oleh kalangan apapun.

3. Kecemasan

a. Pengertian Kecemasan

Kecemasan pasti dimiliki orang dengan penyebabnya masing-masing. Ada cemas akan ujian, tampil di depan umum, cemas dengan lingkungan baru, ada

⁵¹Muhammad Ridwan Apriansyah, *et. all.*, *Pengembangan Media Pembelajaran Video Berbasis Animasi Mata Kuliah Ilmu Bahan Bangunan Di Program Studi Pendidikan Teknik Bangunan Fakultas Teknik Universitas Negeri Jakarta*, Jurnal Pendidikan Teknik Sipil (Jpensil) Vol. 9, No.1, (Jakarta: Universitas Negeri Jakarta, 2020), h. 11

⁵²Putu Darma Wisada, *et.all.*, *Pengembangan Media Video Pembelajaran Berorientasi Pendidikan Karakter*, *Journal of Education Technology*. Vol. 3, No. 3, (Bali: Universitas Pendidikan Ganesha, 2019), h. 141

juga cemas akan apa yang belum tentu terjadi. Menurut Nevid dkk, cemas atau *anxietas* yang artinya perasaan khawatir, takut yang penyebabnya tidak pasti. Kecemasan merupakan respon terhadap sesuatu yang mengancam, tapi cemas sendiri akan menjadi tidak wajar ketika respon dan penyebabnya tidak tepat, baik intensitas maupun tingkatan gejalanya.⁵³

Sedangkan menurut Kartono, cemas merupakan hal-hal yang tidak jelas pada kerisauan. Kecemasan merupakan gangguan yang dialami individu yang muncul pada waktu dan tempat yang berbagai seperti sukacita, kesedihan, kebingungan, kesedihan dan kegelisahan.⁵⁴ Dari sudut pandang keagamaan, kecemasan merupakan tujuan beragama yang bertolak belakang dengan kondisi mental seseorang, yakni mengalami ketenangan jiwa. Allah SWT. berfirman:

يَا أَيُّهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ ﴿٢٧﴾ ارْجِعِي إِلَىٰ رَبِّكِ رَاضِيَةً مَّرْضِيَّةً ﴿٢٨﴾
فَادْخُلِي فِي عِبَادِي ﴿٢٩﴾ وَاَدْخُلِي جَنَّتِي ﴿٣٠﴾

Artinya: “Hai jiwa yang tenang, kembalilah kepada Tuhanmu dengan hati yang puas lagi diridhai; lalu masuklah ke dalam jemaah hamba-hamba-Ku, dan masuklah ke dalam surga-Ku”. (Q.S. al-Fajr: 27-30).⁵⁵

Jones, kecemasan (*anxiety*) merupakan apa yang ada pada setiap orang yang termasuk bagian kondisi kehidupannya. Lang, yakni adanya ungkapan “aku takut” menjadi penggambaran kecemasan dalam sesuatu, dimana terdapat respon fisik seperti rasa gugup, berkeringat, tegangan, atau adanya ungkapan menghindar,

⁵³Aditya Dedy Nugraha, *Memahami Kecemasan (Perspektif Psikologi Islam)*, Indonesian Journal of Islamic Psychology, Vol. 2 No. 1, (Yogyakarta: UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2020), h. 3-4

⁵⁴Syafrianto Tambunan, *op.cit.*, h. 78

⁵⁵Departemen Agama RI, *op.cit.*, h. 594

pergi/lari.⁵⁶ Maka dari beberapa pendapat para ahli di atas, dapat disimpulkan bahwa kecemasan merupakan perasaan yang timbul karena sesuatu yang tidak menyenangkan atau ketakutan yang berasal dari pemikiran diri individu akan suatu objek yang tidak jelas dan kadang rasa takut tersebut berlebihan akan suatu hal yang tidak diketahui penyebabnya.

b. Jenis-jenis Kecemasan

Menurut Freud, kecemasan merupakan keadaan yang bisa membuat seseorang berbuat sesuatu karena ia merasa tegang. Berikut jenis kecemasan, yaitu:⁵⁷

- 1) Kecemasan realita (*reality anxiety*) merupakan ancaman akan suatu bahaya sehingga menimbulkan perasaan takut.
- 2) Kecemasan neorotik (*neurotic anxiety*) merupakan perasaan takut akan diri bisa kalap berbuat sesuatu yang menyebabkan mendapatkan hukuman.
- 3) Kecemasan moral (*moral anxiety*) merupakan melakukan sesuatu yang keluar dari moral sehingga timbul perasaan takut.

Menurut Spielberger (dalam Slameto) membedakan kecemasan menjadi dua jenis, yaitu 1) kecemasan sebagai suatu sifat (*trait anxiety*) adalah kondisi yang sebenarnya tidak berbahaya tetapi menimbulkan kecemasan pada seseorang, dan 2) kecemasan sebagai suatu keadaan (*state anxiety*) adalah kecemasan dengan

⁵⁶Abdul Hayat, *Kecemasan dan Metode Pengendaliannya*, Khazanah Vol. 12. No. 1, (Institut Agama Islam Negeri Antasari: Banjarmasin, 2014), h. 53

⁵⁷*Ibid.* h. 54

emosional sementara terhadap perasaan tegang dan kekhawatiran yang bersifat subjektif serta meningginya sistem saraf otonom.⁵⁸

c. Faktor-faktor kecemasan

Ada beberapa faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya kecemasan, yaitu antara lain:⁵⁹

- 1) Lingkungan atau tempat tinggal sekitar. Kecemasan bisa disebabkan pada pengalaman individu dengan keluarga, teman, rekan kerja dan lain-lain yang bisa mempengaruhi cara pandang individu tersebut.
- 2) Emosi yang tertekan. Kecemasan ini terjadi pada permasalahan hubungan personal individu dan tidak mampu menemukan jalan keluar dari masalah tersebut. Hal ini akan berdampak jika individu menekankan rasa marah atau frustrasi dalam jangka waktu yang lama.
- 3) Sebab-sebab fisik. Kecemasan ini muncul karena pikiran dan tubuh yang menimbulkan interaksi. Misalnya dalam kondisi hamil, semasa remaja dan waktu pulih dalam suatu penyakit.
- 4) Keturunan. Dalam beberapa kasus, pemicu terjadinya kecemasan adanya gangguan emosi yang ditemukan dalam keluarga.

Dari beberapa faktor-faktor penyebab terjadi kecemasan di atas, maka dapat menjadi suatu acuan terhadap kecemasan yang dialami seseorang sehingga dengan begitu kita bisa dengan mudah menilai terjadinya kecemasan pada seseorang tersebut.

⁵⁸*Ibid.* h. 55

⁵⁹Savitri Ramaiah, *Kecemasan (Bagaimana Mengatasi Penyebabnya)*, (Jakarta: Pustaka Populer Obor, 2003), h. 11-12

4. *Menarche*

a. *Pengetian Menarche*

Perkembangan organ seksual yang dimulai sejak dalam kandungan sampai mencapai puncaknya pada fase pubertas dan terjadinya kelambatan fungsinya dalam fase menopause. Dimana semua fase-fase tersebut masing-masing memiliki tahap-tahapan dalam setiap perkembangannya. Begitu juga pada fase pubertas yang merupakan perkembangan yang penting bagi setiap individu.

Masa pubertas antara laki-laki dan perempuan memiliki perbedaan masing-masing. Pubertas yang terjadi pada anak perempuan menjadi suatu permasalahan yang hebat dibandingkan pubertas pada anak laki-laki. Karena kemunculan menstruasi yang menjadi ciri pubertas anak perempuan terjadi begitu saja tanpa ada sebab-sebab keluarnya darah menstruasi. Sehingga tak jarang bagi anak yang belum memiliki pengetahuan menstruasi dan menganggapnya sebagai penyakit. Anak juga akan malu untuk menanyakan penjelasan sehingga menyebabkan ia menjadi takut, ragu-ragu, kegoncangan, kecemasan dan penyakit psikis lainnya.⁶⁰

Sesuai perkembangan biologis, maka remaja akan mencapai kematangan organ-organ seks pada usia tertentu, yang disebut *menarche* atau haid pertama. *Menarche* merupakan menstruasi pertama dengan munculnya perubahan fisik dan mental yang termasuk dalam perubahan fisiologis. Berbeda dengan pubertas yang menunjukkan tanda-tandanya, namun pada *menarche* berlangsung secara tiba-tiba akan kemunculannya. Oleh karena itu, secara tidak langsung remaja akan

⁶⁰Ahmad Husain Ali Salim, *op.cit.*, h. 59-60

mengalami kecemasan namun sesuai kadar informasi yang diperoleh, jika informasinya sedikit maka akan memicu terjadinya kecemasan pada remaja.⁶¹

Menarche merupakan menstruasi pertama yang terjadi pada masa awal remaja ditengah masa pubertas sebelum memasuki masa reproduksi yang terjadi pada usia 10-16 tahun. Dalam *menarche* terjadinya perubahan seperti pertumbuhan payudara, pertumbuhan rambut pada daerah pubis (kemaluan) dan aksila (ketiak), serta terjadinya penambahan lemak pada pinggul.⁶²

Hinchliff mendefinisikan bahwa *menarche* merupakan terjadi menstruasi pertama pada masa pubertas wanita. Sedangkan menurut Pearce, *menarche* merupakan menstruasi pertama yang terjadi pada masa pubertas direntang usia 11 tahun sampai 14 tahun. Selain itu, juga terjadi perubahan fisik dan psikis yang menandakan bahwa anak sudah memasuki kematangan organ seksual dalam tubuhnya.⁶³

Maka dari itu *menarche* merupakan menstruasi pertama pada wanita dengan ditandai keluarnya pada perubahan-perubahan yang mengikutinya. Ketika remaja putri mengalami *menarche* ia sudah dikatakan bisa matang secara jiwa dan raga melalui masa remaja menuju dewasa. Namun dalam kalangan masyarakat saat ini memiliki anggapan tabu untuk membicarakan tentang *menarche*. Maka tak jarang ketika remaja putri mengalami *menarche*, mereka akan merasa bingung dihadapkan dengan situasi tersebut. Karena kurang pengetahuan *menarche* akan mempengaruhi mental dan sikap mereka seperti mengalami cemas dan takut.

⁶¹Sri Rahmah Haruna & Alfyan Rahim, *op.cit.*, h. 195

⁶²Atikah Proverawati dkk, *o.cit.*, h. 58-59

⁶³*Ibid*, h. 59

b. Saat Menstruasi Pertama Datang

Hadirnya menstruasi pertama kali (*menarche*) membuat wanita akan merasakan perasaan bingung, gelisah, cemas, takut, tidak nyaman yang selalu menyelimuti perasaannya. Perasaan yang dirasakan tersebut, sangat wajar karena pasti dialami wanita ketika mengalami *menarche*. Namun menjadi tidak wajar ketika perasaan tersebut menjadi semakin parah. Hal ini dikarenakan kurangnya pengetahuan remaja mengenai menstruasi dan pendidikan orang tua yang kurang. Serta adanya anggapan orang tua bahwa menstruasi itu merupakan hal yang tabu untuk diperbicangkan dan menganggap anak akan mengetahui dengan sendirinya.⁶⁴

Selain itu terdapat gejala lain yang dialami wanita, seperti sakit kepala, pegal-pegal di kaki dan pinggang untuk beberapa jam, kram perut dan sakit perut, pegal linu, rasa nyeri di payudara, perasaan seperti kembung, dan muncul jerawat. Tak hanya itu, biasanya ada perubahan emosional, seperti marah, suntuk, lebih sensitif, sedih, dan kadang timbul perasaan malas karena adanya perelepasan beberapa hormon. Berbagai perubahan juga terjadi bersamaan dengan peristiwa *menarche*, seperti perkembangan payudara (*the larche*), perkembangan rambut aksila dan pubis (*adrenarche*), pertumbuhan berat badan, dan perubahan psikis.⁶⁵

c. Usia Terjadi *Menarche*

d. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kecemasan *Menarche*

⁶⁴*Ibid*, h. 60

⁶⁵*Ibid*, h. 61

Menurut Desi dan Ferika, menerangkan bahwa ada beberapa faktor yang bisa menyebabkan terjadi kecemasan *menarche* pada remaja, yakni antara lain:⁶⁶

1) Pengetahuan

Menurut Proverawati dan Misaroh, pemberian pengetahuan pada remaja putri bisa dengan dengan cara pemberian informasi kesehatan tentang produksi remaja (KRR), khususnya tentang menstruasi.⁶⁷

2) Usia *menarche*

Usia *menarche* pada remaja sekarang mengalami kecenderungan penurunan usia pada usia yang lebih dini sehingga banyak anak Sekolah Dasar (SD) sudah mengalami *menarche*. Karena ini disebabkan oleh beberapa faktor, seperti kesehatan, berat badan dan status nutrisi.⁶⁸

3) Dukungan ibu

Pada masa ini remaja membutuhkan peran orangtua. Karena peran keluarga khususnya ibu sangat diperlukan dalam mengenalkan menstruasi pada remaja putri. Tapi kenyataannya, masih ada seorang ibu yang enggan berbagi pengetahuan menstruasi pada anaknya. Karena selain faktor pengetahuan ibu yang kurang dan adanya perasaan canggung sehingga menganggap bahwa remaja putri bisa mempersiapkan menstruasinya sendiri.⁶⁹

4) Sumber informasi

Permasalahan remaja putri adalah kurangnya respon dan informasi dari orangtua serta peran tenaga kesehatan sebagai pendidik dalam memberikan

⁶⁶Dwi Retnaningsih, *et al.*, *op.cit.*, h. 58

⁶⁷Surya Mustika Sari & Henny Vidia Effendy, *loc.cit.*

⁶⁸Nurul Hidayah & Sara Palila, *po.cit.*, h. 107-108

⁶⁹*Ibid.*

informasi tentang *menarche*. Sehingga pendidikan kesehatan jarang dilakukan mengenai tanda-tanda pubertas khususnya mengenai *menarche*, hal ini menyebabkan remaja putri kurang memahami tentang *menarche* dan menimbulkan kecemasan dalam menghadapi *menarche* pada remaja putri.⁷⁰

5) Ketidaksiapan.

Menarche juga dapat dipengaruhi oleh munculnya respon negatif seperti perasaan malu, cemas, takut dan bingung, ketika tidak adanya persiapan akan permulaan menstruasi.⁷¹

e. Kesiapan Menghadapi *Menarche*

Menurut Yusuf, terdapat tiga aspek kesiapan menghadapi *menarche*, yaitu antara lain:⁷²

- 1) Pemahaman artinya pemahaman perempuan akan *menarche* dapat dilihat dari banyaknya pengalaman yang ia ambil dari kejadian *menarche*. Sehingga ketika ia sudah mengerti dan paham, maka saat ia mengalami *menarche* akan ada kesiapan untuk menghadapinya.
- 2) Penghayatan artinya kondisi dimana perempuan sudah mengerti bahwa *menarche* merupakan salah satu ciri pubertas pada perempuan yang bersifat wajar. Selain itu bahwa *menarche* adalah karunia yang diberikan Allah SWT. yang diberikan sebagai pengalaman pada perempuan. Sebab dalam Islam, seorang perempuan dikatakan *baligh* ketika ia mengalami menstruasi sehingga dengan kata lain bahwa menstruasi menjadikan perempuan memiliki kewajiban terhadap syari'at agama.

⁷⁰Surya Mustika Sari dan Henny Vidia Effendy, *op.cit*, h. 43-44

⁷¹Nurul Hidayah & Sara Palila, *op.cit*, h. 108

⁷²*Ibid*, h. 109-110

- 3) Kesiadaan artinya bisa dilihat dari sikap yang diberikan perempuan ketika datangnya *menarche*. Perempuan yang memiliki kesiapan akan *menarche* memberikan sikap positif sedangkan perempuan yang tidak siap akan memberikan sikap negatif.

Dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa kesiapan menghadapi *menarche* merupakan sikap siap perempuan dalam menyambut datangnya *menarche*, dimana kesiapan ini akan dipengaruhi oleh aspek pemahaman, penghayatan dan kesiadaan.

5. Menstruasi

a. Pengertian Menstruasi

Kata menstruasi dalam Islam berarti haid. Asal kata haid yakni *ha'da-haidhon* (keluarnya darah haid). Sedangkan menurut bahasa yakni mengalirnya sesuatu.⁷³ Adapun menurut syara', haid berarti keluar darah dari rahim wanita yang terdalam dengan cara yang normal dan tanpa ada sebab tertentu.⁷⁴

Definisi haid mengandung 4 perkara:

- 1) Haid adalah darah alami maksudnya biasa dialami seorang wanita.
- 2) Haid keluar dari rahim wanita terdalam dan terjauh.
- 3) Haid adalah darah yang keluar secara alami tanpa ada sebab. Berbeda dengan nifas dan istihadhoh yang keluar karena suatu hal.
- 4) Haid memiliki masa tertentu, yakni masa minimal, masa maksimal dan masa rata-rata haid.⁷⁵

Allah SWT. dalam QS. al-Baqarah: 222, berfirman:

⁷³Ahmad Husain Ali Salim, *op.cit.*, h. 63

⁷⁴Sayyid Abdurraman bin Abdullah bin Abdulqodir Assegaf, *op.cit.*, h.12

⁷⁵*Ibid*, h. 2

وَيَسْأَلُونَكَ عَنِ الْمَحِيضِ قُلْ هُوَ أَدْنَىٰ فَاعْتَزِلُوا النِّسَاءَ فِي الْمَحِيضِ
 وَلَا تَقْرَبُوهُنَّ حَتَّىٰ يَطْهُرْنَ ۖ فَإِذَا تَطَهَّرْنَ فَأْتُوهُنَّ مِنْ حَيْثُ أَمَرَكُمُ اللَّهُ ۗ
 إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ التَّوَّابِينَ وَيُحِبُّ الْمُتَطَهِّرِينَ

Artinya: “Dan mereka menanyakan kepadamu (Muhammad) tentang haid. Katakanlah, “Itu adalah sesuatu yang kotor.” Karena itu jauhilah istri pada waktu haid; dan jangan kamu dekati mereka sebelum mereka suci. Apabila mereka telah suci, campurilah mereka sesuai dengan (ketentuan) yang diperintahkan Allah kepadamu. Sungguh, Allah menyukai orang yang tobat dan menyukai orang yang menyucikan diri”. (QS. al-Baqarah: 222).⁷⁶

Menurut Uripmi, menstruasi merupakan reaksi yang ditimbulkan dari kematangan seksual. Reaksi tersebut, misalnya reaksi hormonal, biologis, dan psikis yang dimana berlangsungnya reaksi tersebut secara berganti-ganti.⁷⁷ Sedangkan menurut Proverawati, bahwa menstruasi merupakan pendarahan secara periodic dan siklik, disertai pelepasan (deskuamasi) endometrium dari uterus. Maksudnya yakni menstruasi itu terjadinya perdarahan yang muncul dalam waktu tertentu dari uterus (rahim) sebagai tanda bahwa sudah berfungsi dengan matang organ kandungan.⁷⁸

Maka dari pendapat di atas, maka dapat disimpulkan bahwa menstruasi merupakan keluarnya darah dari rahim yang terjadi secara alami sebagai tanda kematangan seksual dan mampu untuk reproduksi. Menstruasi biasanya terjadi setiap bulan. Walaupun menstruasi merupakan hal yang wajar, tetapi peristiwa

⁷⁶Departemen Agama RI, *op.cit.*, h. 43

⁷⁷Dewinny Septalia & Emielda Ananda Dale, *Psikologi Kebidanan (Memahami Psikis Wanita Sepanjang Daur Hidup dalam Pelayanan Kebidanan)*, (Yogyakarta: PustakaBaru Press, 2019), h. 123

⁷⁸Desta Ayu Cahya Rosyida, *op.cit.*, h. 33

tersebut bisa menimbulkan keterkejutan. Misalnya pada anak perempuan yang baru pertama kali mengalami menstruasi (*menarche*).

b. Siklus menstruasi

Menstruasi merupakan proses keluarnya sedikit darah setiap bulannya dari vagina. Dalam haid terdapat masa minimal, maksimal dan masa rata-rata. Masa minimal yakni sehari semalam yang artinya 24 jam, masa maksimal yakni 15 hari 15 malam, dan masa rata-rata yakni 6 atau 7 hari yang artinya rata-rata perempuan mengalami haid biasanya selama 6-7 hari. Darah haid memiliki beragam sifat warna yaitu hitam, merah, coklat, kuning dan keruh (antara kuning dan putih). Serta juga terkadang darah tersebut kental dan kadang berbau tidak enak.⁷⁹

c. Gangguan-gangguan saat Menstruasi

Ada beberapa gangguan menstruasi pada segi fisik yang sering terjadi pada wanita, yaitu antara lain:⁸⁰

- 1) Dismenorea merupakan rasa nyeri pada perut bagian bawah yang terus menerus terjadi sebelum menstruasi, selama menstruasi, atau sesudah menstruasi.
- 2) Amenorea merupakan pada masa teratur, menstruasi mengalami pemberhentian.

Selain itu ada juga gangguan menstruasi pada segi psikologi pada wanita, yaitu antara lain:⁸¹

⁷⁹Sayyid Abdurraman bin Abdullah bin Abdulqodir Assegaf, *op.cit.*, h. 14-15

⁸⁰Namora Lumangga Lubis, *op.cit.*, h. 19

⁸¹*Ibid*, h. 19-20

- 1) Kecemasan atau ketakutan terhadap menstruasi yang bisa menyebabkan terjadi fobia. Maksudnya terjadi fobia pada menstruasi karena mengalami kecemasan yang terjadi secara terus menerus dan tidak segera diatasi.
- 2) Kebebasan diri dibatasi karena datangnya menstruasi. Tentu wanita akan mengalami kebebasannya terbatas misalnya, pada saat ia tidak bisa melaksanakan ibadah, olahraga, dan aktivitas lainnya.
- 3) Mudah marah atau tersinggung. Adanya rasa nyeri atau perubahan hormon pada saat menstruasi membuat timbulnya perasaan tersebut.
- 4) Meningkatnya pola makan, seperti makanan dengan rasa manis.
- 5) Adanya gangguan susah tidur (insomnia) dan gelisah.

Dampak ketika tidak mempersiapkan menghadapi *menarche*, antara lain:⁸²

- 1) Perilaku *higiene* saat menstruasi (perawatan diri)

Sebelum menghadapi *menarche* perlu akan kesiapan terlebih dahulu, seperti kesiapan akan adanya kemampuan menjaga kebersihan organewanitaan dan mengganti pembalut.

- 2) Kecemasan

Kecemasan terjadi ketika remaja mengalami ketidaksiapan akan *menarche* yang bisa dilihat ketika timbulnya perasaan seperti bingung, tegang, takut, kaget atau deg-degan.

Maka dari gangguan saat menstruasi di atas, sangat wajar untuk dialami setiap wanita dan merupakan bagian dari respon tubuh guna menuju kedewasaan. Siklus menstruasi kadang pada kesempatan mengalami tidak keteraturan. Namun

⁸²Sri Rahmah Haruna & Alfyan Rahim, *op.cit.*, h. 196

berjalannya usia siklus menstruasi akan datang secara teratur. Maka wanita harus pandai-pandai bersikap dalam meresponnya. Karena sikap cemas dan khawatir bukan sikap yang mencerminkan kedewasaan.

d. Pemeliharaan Alat dan Organ Reproduksi Perempuan

Berikut secara umum cara pemeliharaan alat reproduksi pada perempuan, yaitu antara lain:⁸³

- 1) Mengganti celana dalam minimal 2 kali sehari.
- 2) Membersihkan kotoran yang keluar dari alat kelamin dan anus dengan air bersih atau tisu. Cara membersihkannya dimulai dari bagian vagina terlebih dahulu supaya bisa mencegah kotoran pada anus tidak masuk pada vagina.
- 3) Mencuci vagina dengan air bersih.
- 4) Selalu rutin mencukur rambut pada kemaluan untuk menghindari berkembangbiaknya jamur dan kutu yang bisa menyebabkan gatal dan tidak nyaman.

Cara pemeliharaan organ reproduksi remaja perempuan, yaitu sebagai berikut:⁸⁴

- 1) Tidak memasukan benda asing ke dalam vagina.
- 2) Celana dalam yang dipakai menyerap keringat.
- 3) Celana dalam yang digunakan tidak ketat.
- 4) Membilas vagina secukupnya.

Saat menstruasi pembuluh dalam rahim sangat mudah infeksi karena itu sangat diperlukan perawatan organ reproduksi saat menstruasi. Menjaga kebersihan pada organ reproduksi harus dijaga karena kuman mudah masuk dan

⁸³Desta Ayu Cahya Rosyida, *op.cit.*, h. 41

⁸⁴*Ibid*, h. 40

bisa menimbulkan penyakit. Pemakaian pembalut juga harus diperhatikan, pembalut tidak boleh dipakai selama enam jam atau harus diganti ketika dirasa pembalut sudah penuh oleh darah menstruasi.⁸⁵

Selama menstruasi tubuh membutuhkan asupan air lebih banyak daripada ketika saat tidak sedang menstruasi. Karena itu sering mengalami nyeri perut dan lainnya. Kondisi badan juga terasa kurang segar saat menstruasi karena tubuh memproduksi lebih banyak keringat, minyak, dan cairan tubuh lainnya. Maka keliru ketika orang mengatakan bahwa saat menstruasi tidak boleh keramas. Padahal remaja tetap harus mandi dan keramas seperti biasanya.⁸⁶

6. Hubungan Media Video dengan Kecemasan *Menarche*

Menurut Daryanto, video merupakan suatu perantara yang sangat efektif dalam membantu proses pembelajaran, baik pembelajaran masal, kelompok maupun individu. Selain itu juga, video juga berupa informasi non cetak dengan penyampaian informasi ke hadapan individu secara langsung dalam bentuk gambar bergerak dan suara yang menyertainya. Dengan video ini juga, diketahui dapat meningkatkan daya serap dan daya ingat individu terhadap materi pembelajaran karena dalam pemberian informasinya melalui dua indra sekaligus yakni indra pendengar dan indra penglihatan.⁸⁷

Menurut Irmawati, remaja putri memberikan reaksi yang berbeda-beda pada saat terjadinya menstruasi pertama (*menarche*), seperti reaksi negatif, misalnya terjadinya keluhan psikologis (sakit kepala, mual-mual, muntah), kondisi

⁸⁵*Ibid.*

⁸⁶*Ibid.*

⁸⁷Agustiningasih, *Video Sebagai Alternatif Media Pembelajaran Dalam Rangka Mendukung Keberhasilan Penerapan Kurikulum 2013 di Sekolah Dasar*, *Journal Pedagogia*, Vol. 4 No. 1, (Jember: Universitas Jember, 2015), h. 55

psikologis yang tidak stabil (bingung, sedih, stress, cemas, mudah tersinggung, marah emosional). Kemungkinan reaksi-reaksi tersebut muncul karena kurangnya pengetahuan dan ketidaktahuan remaja putri akan perubahan-perubahan fisiologis yang muncul pada awal tahap remaja yang disebabkan akan belum matangnya fisik dan psikologis remaja, kurangnya peran orangtua sehingga memicu timbulnya cemas dan takut yang dialami remaja ketika terjadinya *menarche*.⁸⁸

Pemberian pengetahuan tentang menstruasi pada anak remaja putri akan memberikan manfaat yang sangat besar bagi remaja putri itu sendiri untuk menghadapi menstruasi pertamanya (*menarche*). Hal ini didukung juga oleh pernyataan dari Wawan, bahwa pemberian pendidikan pada anak perempuan menjelang remaja mengenai menstruasi akan mempengaruhi kesiapannya dalam menghadapi *menarche* nanti. Maka dari itu, pengetahuan yang diberikan pada remaja putri mengenai menstruasi sangat dianjurkan sehingga bisa menumbuhkan rasa kesiapan dalam menghadapi *menarche*.⁸⁹

Oleh karena itu, pemberian pengetahuan dengan berbantu media video menjadi sangat efektif bagi remaja putri supaya mereka dapat pembekalan mengenai menstruasi sehingga remaja putri akan merasa tenang dan siap menghadapi *menarche*. Seperti pendapat dari Fajriannor, bahwa remaja putri sangat membutuhkan pengetahuan mengenai menstruasi. Karena perasaan-

⁸⁸Dewi Novita, *et al.*, *loc.cit.*

⁸⁹Elvina Sari Sinaga & Aminah Lubis, *Faktor yang Berhubungan dengan Siswi Kelas VII dalam Menghadapi Menarche, Gentle Birth*, Vol. 4 No.1, (Medan: Universitas Prima Indonesia, 2021), h. 24-25

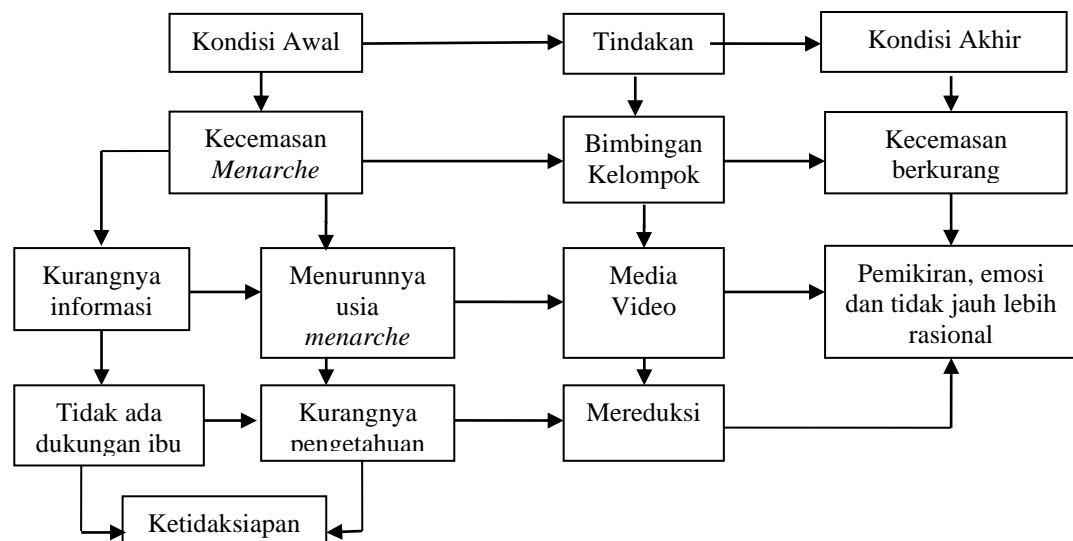
perasaan ketika wanita pertama kali mengalami menstruasi selalu menyelubungi seperti bingung, gelisah, dan tidak nyaman.⁹⁰

C. Kerangka Berpikir

Kerangka berpikir merupakan kesimpulan sementara atau sintesa yang disusun atas teori untuk dihubungkan dengan variabel penelitian.⁹¹ Berikut kerangka berpikir pada penelitian ini dapat dilihat pada gambar 2.1

Gambar 2.1

Kerangka Berpikir



Kerangka berpikir dari penelitian ini menunjukkan bahwa kondisi awal remaja mengalami kecemasan *menarche* pada kategori tinggi dan sedang. Hal tersebut terjadi karena beberapa sebab, misalnya kurangnya informasi, menurunnya usia *menarche*, tidak ada dukungan dari ibu, kurangnya pengetahuan, dan ketidaksiapan. Maka dari beberapa penyebab kecemasan *menarche* diharapkan mengalami penurunan dengan menggunakan perlakuan bimbingan

⁹⁰Haruna & Alfyan Rahim, *op.cit.*, h. 196

⁹¹Sugiono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2016), h. 60

kelompok dengan media video. Melalui bimbingan kelompok mampu memberikan bantuan kepada anggota kelompok untuk mencegah timbulnya suatu masalah dengan memberikan informasi dan bermanfaat bagi setiap anggota kelompok.

Sedangkan dengan media video mampu menyampaikan materi pembelajaran melalui penayangan gambar bergerak yang dibuat sedemikian rupa supaya menggambarkan karakter aslinya. Pemberian pengetahuan tentang menstruasi pada anak remaja putri akan memberikan manfaat yang sangat besar bagi remaja putri itu sendiri untuk menghadapi menstruasi pertamanya (*menarche*). Sehingga dari perlakuan yang diberikan mampu memberikan hasil akhir dari remaja yakni berkurangnya kecemasan *menarche* yang dialami remaja.

D. Hipotesis Penelitian

Hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian, dimana rumusan masalah penelitian ini telah dinyatakan dalam bentuk kalimat pernyataan.⁹² Berikut hipotesis dalam penelitian ini:

Ha: Bimbingan kelompok dengan media video efektif untuk mengatasi kecemasan *menarche* pada remaja

Ho: Bimbingan kelompok dengan media video tidak efektif untuk mengatasi kecemasan *menarche* pada remaja

⁹²Sugiono, *op.cit.*, h. 63

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Metode/Pendekatan Penelitian

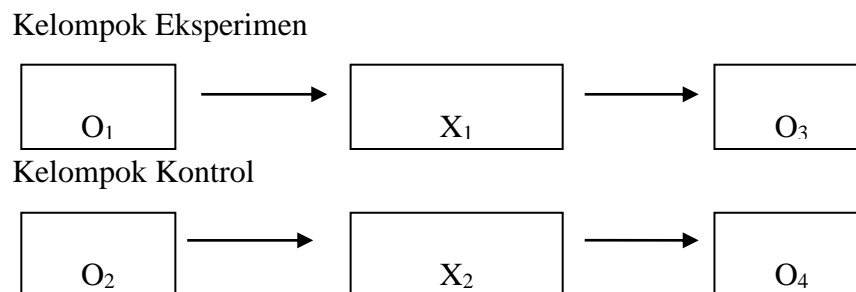
Dalam penelitian ini, menggunakan jenis penelitian eksperimen, menurut Creswell, mengatakan bahwa di dalam penelitian eksperimen peneliti akan menguji sebuah perlakuan untuk menentukan apakah terdapat pengaruh antara variabel independen dengan variabel dependen.⁹³ Sehingga dalam penelitian ini akan diketahui pengaruh variabel independen yakni perlakuan bimbingan kelompok dengan media video terhadap variabel dependen yaitu sikap kecemasan remaja. Peneliti juga berperan untuk memberikan edukasi mengenai *menarche* dengan bantuan media video dalam kegiatan bimbingan kelompok.

Adapun jenis penelitian eksperimen yang dipakai dalam penelitian ini yakni eksperimen *Non-equivalent Control Group Design*, salah satu desain dari *quasi experimental* yang terdapat kelompok kontrol dan kelompok eksperimen.⁹⁴

Berikut dapat dilihat pada gambar 3.1

Gambar 3.1

Alur Desain *Non-Equivalen Control Group Design*



⁹³Taufik Agung Pranowo, *Efektivitas Bimbingan Kelompok melalui Teknik Bermain Peran dalam Meningkatkan Sikap Prososial pada Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Semester 1*, Jurnal Bimbingan dan Konseling Vol. 1 No. 1 (Yogyakarta: Universitas PGRI Yogyakarta, 2016), h. 6

⁹⁴*Ibid*, h. 77

Keterangan:

- X₁ : *Treatment 1* (pembelajaran menggunakan media video)
 X₂ : *Control 2* (bimbingan kelompok)
 O₁ : Hasil *pretest* (pengukuran pengetahuan tentang *menarche* Pada remaja sebelum diberikan layanan informasi)
 O₂ : Hasil *pretest* (pengukuran pengetahuan tentang *menarche* Pada remaja sebelum diberikan layanan informasi)
 O₃ : Hasil *posttest* (Pemberian *posttest* untuk mengukur tingkat pengetahuan tentang *menarche* kelompok eksperimen setelah diberikan layanan informasi menggunakan media video)
 O₄ : Hasil *posttest* (Pemberian *posttest* untuk mengukur tingkat pengetahuan tentang *menarche* kelompok kontrol setelah diberikan layanan bimbingan kelompok)

Maka dalam penelitian ini, peneliti berperan untuk memberikan edukasi mengenai *menarche* dengan bantuan media pembelajaran video dalam kegiatan bimbingan kelompok. Dengan begitu, kegiatan bimbingan kelompok tak akan lepas dari tahapan-tahapan kegiatan pelaksanaan itu sendiri, berikut tahapan-tahapan tersebut, sebagai berikut:

1. Pengambilan sampel pada populasi sebagai anggota dengan dilakukan pertimbangan tertentu. Peneliti menyeleksi beberapa remaja yang berpatokan pada usia 11-13 tahun yang diduga mengalami kecemasan pada *menarche*. Selanjutnya, menetapkan kelompok yang akan dijadikan sebagai kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.
2. Memberikan *pretest* pada kedua kelompok, yakni kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Maka dari *pretest* tersebut, akan terlihat gambaran awal sebelum dilakukan perlakuan.
3. Memberikan perlakuan pada kelompok eksperimen yakni memberikan bimbingan kelompok dan penanyangan video tentang *menarche*, dari perlakuan ini diharapkan mampu memberikan pengetahuan supaya remaja siap

mengalami (menstruasi pertamanya) *menarche*. Sedangkan kelompok kontrol hanya diberikan bimbingan kelompok saja tanpa video, sebagaimana dalam bimbingan kelompok terdapat fungsi pencegahan yang bermaksud untuk mencegah timbulnya masalah pada diri remaja sehingga mereka bisa terhindar dari masalah kecemasan *menarche* dan mereka siap menghadapi menstruasi pertamanya.

4. Memberikan *posttest* pada kelompok eksperimen dan kontrol untuk mengetahui apakah perlakuan yang telah diberikan memberikan pengaruh terhadap kelompok, apakah kecemasan *menarche* yang dialami remaja mengalami penurunan atau kenaikan. Selanjutnya dari kedua hasil *pretest* dan *posttest* akan dilihat perbandingannya. Instrumen atau angket ini menggunakan skala *likert* dengan menggunakan angket adaptasi dari penelitian Siti Nazariana (2017), “*Hubungan Antara Pengetahuan Mengenai Menstruasi dengan Kecemasan Remaja dalam Menghadapi Menstruasi Pertama (Menarche)*”, sebagai instrumen acuan yang sudah teruji validitas dan reliabilitasnya sehingga kevalidan dari penelitian ini tidak bisa diragukan lagi.

B. Lokasi Penelitian/Objek Penelitian

Lokasi penelitian yang dipilih sebagai tempat untuk melakukan penelitian yakni bertempat di dusun I, II dan III desa Tanjung Atap kecamatan Tanjung Batu kabupaten Ogan Ilir.

C. Variabel Penelitian

Hakikatnya variabel yang ditentukan dalam penelitian dapat diinterpretasikan dengan hal apapun yang sudah ditentukan dari pihak peneliti agar dikaji dengan begitu mendapatkan informasi yang dibutuhkan dan menentukan kesimpulan yang tepat menyesuaikan interpretasi demikian.⁹⁵ Maka objek dari penelitian suatu tindakan akan merujuk kepada variabel yakni:

1. Variabel Bebas

Variabel Bebas (X) merupakan variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel terikat (Y).⁹⁶

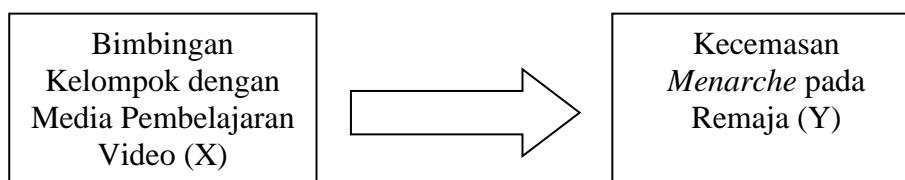
2. Variabel Terikat

Variabel Terikat (Y) merupakan variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat, karena adanya variabel bebas (X).⁹⁷

Dari penjelasan tersebut, maka variabel bebas (X) dalam penelitian ini adalah bimbingan kelompok dengan media pembelajaran video dan variabel terikat (Y) adalah kecemasan *menarche* pada remaja. Berikut dapat dilihat pada gambar 3.2

Gambar 3.2

Variabel Penelitian



⁹⁵Sugiyono, *op.cit.*, h. 39

⁹⁶*Ibid.*

⁹⁷*Ibid.*

D. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Menurut Sugiyono, populasi merupakan objek atau subjek yang memiliki kualitas dan karakteristik tertentu yang berasal dari wilayah generalisasi yang dipilih oleh peneliti untuk dipelajari dan ditarik kesimpulannya.⁹⁸ Maka dapat disimpulkan bahwa populasi merupakan objek yang memiliki kualitas yang diambil sebagai bahan pelajaran untuk ditarik kesimpulan.

Dalam penelitian ini, populasinya seluruh remaja putri yang berusia 11-13 tahun dengan jumlah 32 orang remaja putri di dusun I, II dan III desa Tanjung Atap, dikarenakan remaja putri pada usia 11-13 tahun akan mengalami *menarche* dimana mereka pun dominan masih minim akan pengetahuan *menarche*.

2. Sampel

Sampel yakni populasi yang memiliki cakupan sesuai dengan kuantifikasi maupun kualifikasinya.⁹⁹ dengan demikian akan dirujuk terhadap ketersediaan populasi yang ada. Jika besarnya hasil populasi serta tidak memungkinkan bagi pihak peneliti untuk memahami segala bentuk ketersediaannya maka penting untuk mengetahui pembatasan dari segi pendanaan, kemudian waktu serta tenaga yang dimiliki, dengan begitu adanya pengambilan sampel melalui ketersediaan populasi.¹⁰⁰ Untuk menentukan sampel menggunakan rumus Slovin dengan nilai $e = 0,1$ (10%) untuk populasi dalam jumlah besar.¹⁰¹

⁹⁸*Ibid*, h. 80

⁹⁹*Ibid*, h. 81

¹⁰⁰*Ibid*.

¹⁰¹Dodi Sukma R.A, *et.all*, *Analisa Tingkat Kepuasan Mahasiswa Terhadap Perkuliahan Daring Pada Era Pandemi COVID-19*, Jurnal Sistem Informasi Vol. 3 No. 2 (Riau: Universitas Lancang Kuning. 2015), h. 132

Rumus:

$$n = \frac{N}{1 + N(e)^2}$$

Keterangan:

n = Ukuran sampel

N = Ukuran populasi

E = Persentase kelonggaran ketelitian kesalahan pengambilan sampel yang bisa di toleransi

e = 0,1

Maka sampel pada penelitian ini yakni berjumlah 24 orang remaja putri terdiri atas 2 kelompok, yang termasuk dalam golongan eksperimen adanya penerapan yang diberikan terhadap media video dan kelompok kontrol diberikan perlakuan bimbingan kelompok, yang masing-masing terdiri dari 12 remaja putri.

Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik yang disebut dengan *purposive sampling*, yaitu adanya pengambilan sampel terhadap hal yang akan dipertimbangkan.¹⁰² Alasan menggunakan teknik sampel ini karena dalam pengambilan sampel pada populasi sebagai anggota dengan dilakukan pertimbangan tertentu.

Berikut beberapa kriteria pengambilan sampel sebagai berikut:

- a. Remaja putri yang bertempat tinggal dusun I, II dan III desa Tanjung Atap.
- b. Berdasarkan patokan usia mulai 11-13 tahun.
- c. Kondisi remaja putri belum mengalami menstruasi.
- d. Dalam penelitian ini remaja putri bersedia untuk menjadi responden.

¹⁰²*Ibid*, h. 85

E. Uji Validitas dan Reliabilitas Data

1. Validitas Data

Menurut Sugiyono, valid yakni instrumen yang digunakan tersebut mampu menentukan hal-hal yang semestinya ditentukan pengukurannya. Tingkat kevalidan yang dihasilkan dalam penelitian yakni adanya pengumpulan data yang memiliki kesamaan terhadap data yang sebenarnya pada objek yang ditentukan dalam penelitian.¹⁰³ Uji validitas digunakan untuk pengecekan kevalidan pada instrumen yakni angket dengan rumus korelasi jawaban disetiap item dihubungkan dengan skor keseluruhan.

Peneliti menggunakan angket adaptasi dari penelitian yang telah dilakukan Siti Nazariana (2017) yang dimana dari jumlah 34 pernyataan dinyatakan valid dengan menggunakan rumus korelasi *person product moment*. Peneliti juga melakukan uji validitas untuk instrumen kecemasan *menarche* karena walaupun menggunakan instrumen yang sama tetapi keadaan dan kondisi peneliti dengan penelitian Siti Nazariana (2017) berbeda satu sama lain. Oleh karena itu, dilakukan uji validitas pada instrumen *pretest* dengan menggunakan teknik korelasi *person product moment* berbantu *software SPSS 26*. Instrumen ini diujikan pada 24 remaja putri yang telah memenuhi kriteria yang ada.

Berdasarkan uji validitas tersebut, dari 34 item pernyataan diperoleh sebanyak 34 item yang valid dengan $N=24$ pada signifikansi $5\%=0,404$. Data tersebut terdapat pada tabel 3.1

¹⁰³*Ibid*, h. 121

Tabel 3.1
Uji Validitas *Person Product Moment*

No. Item	r_{hitung}	r_{tabel}	Kriteria	Keterangan
Item 1	0,709	0,404	r _{hitung} > r _{tabel}	Valid
Item 2	0,680	0,404	r _{hitung} > r _{tabel}	Valid
Item 3	0,487	0,404	r _{hitung} > r _{tabel}	Valid
Item 4	0,663	0,404	r _{hitung} > r _{tabel}	Valid
Item 5	0,601	0,404	r _{hitung} > r _{tabel}	Valid
Item 6	0,565	0,404	r _{hitung} > r _{tabel}	Valid
Item 7	0,773	0,404	r _{hitung} > r _{tabel}	Valid
Item 8	0,768	0,404	r _{hitung} > r _{tabel}	Valid
Item 9	0,804	0,404	r _{hitung} > r _{tabel}	Valid
Item 10	0,786	0,404	r _{hitung} > r _{tabel}	Valid
Item 11	0,774	0,404	r _{hitung} > r _{tabel}	Valid
Item 12	0,706	0,404	r _{hitung} > r _{tabel}	Valid
Item 13	0,697	0,404	r _{hitung} > r _{tabel}	Valid
Item 14	0,677	0,404	r _{hitung} > r _{tabel}	Valid
Item 15	0,520	0,404	r _{hitung} > r _{tabel}	Valid
Item 16	0,698	0,404	r _{hitung} > r _{tabel}	Valid
Item 17	0,692	0,404	r _{hitung} > r _{tabel}	Valid
Item 18	0,734	0,404	r _{hitung} > r _{tabel}	Valid
Item 19	0,721	0,404	r _{hitung} > r _{tabel}	Valid
Item 20	0,809	0,404	r _{hitung} > r _{tabel}	Valid
Item 21	0,721	0,404	r _{hitung} > r _{tabel}	Valid
Item 22	0,721	0,404	r _{hitung} > r _{tabel}	Valid
Item 23	0,771	0,404	r _{hitung} > r _{tabel}	Valid
Item 24	0,676	0,404	r _{hitung} > r _{tabel}	Valid
Item 25	0,735	0,404	r _{hitung} > r _{tabel}	Valid
Item 26	0,637	0,404	r _{hitung} > r _{tabel}	Valid
Item 27	0,716	0,404	r _{hitung} > r _{tabel}	Valid
Item 28	0,604	0,404	r _{hitung} > r _{tabel}	Valid
Item 29	0,630	0,404	r _{hitung} > r _{tabel}	Valid
Item 30	0,637	0,404	r _{hitung} > r _{tabel}	Valid
Item 31	0,733	0,404	r _{hitung} > r _{tabel}	Valid
Item 32	0,764	0,404	r _{hitung} > r _{tabel}	Valid
Item 33	0,733	0, 404	r _{hitung} > r _{tabel}	Valid
Item 34	0,498	0,404	r _{hitung} > r _{tabel}	Valid

Sumber: Hasil pengolahan data menggunakan SPSS.26

2. Reliabilitas Data

Reliabilitas yakni instrumen bila digunakan untuk melakukan pengukuran beberapa kali, maka hasilnya akan sama.¹⁰⁴ Reliabilitas merupakan suatu hasil pengukuran yang memiliki indikator keandalan atau kepercayaan dengan jawaban yang konsisten sama. Dalam suatu penelitian, pengukuran yang konsisten dari waktu ke waktu sehingga dapat dikatakan suatu pengukuran yang handal dan dapat dipercaya.¹⁰⁵

Peneliti ini menggunakan instrumen adaptasi dari penelitian yang telah dilakukan Siti Nazariana (2017) bahwa item yang di uji reliabilitas yang lolos dalam konsistensi internal yaitu sebanyak 34 item pernyataan kecemasan *menarche*. Hasil uji reliabilitas tersebut adalah sebesar 941. Peneliti juga melakukan uji reliabilitas guna mengetahui keabsahan data maka untuk mengetahui, apakah hasil dari pengujian reliabilitas ini menunjukkan reliabel atau tidak maka menggunakan teknik *alpha cronbath*. Adapun data tersebut dapat dilihat pada tabel 3.2

Tabel 3.2

Uji Reliabilitas *Alpha Cronbath*

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.959	34

Sumber: Hasil pengolahan data menggunakan SPSS.26

¹⁰⁴Sugiyono, *op.cit.*, h. 122

¹⁰⁵Morissan, *Metode Penelitian Survei*, (Jakarta: Kencana, 2015), h. 99

Maka dari tabel di atas dapat dilihat bahwa variabel yang berjumlah 34 item pernyataan dinyatakan *reliable* karena menghasilkan nilai *alpha cronbath* $> 0,6$ atau dinyatakan dengan nilai 0,959.

F. Teknik Pengumpulan Data

Adapun metode dalam pengambilan dan pengumpulan data penelitian yang penulis gunakan yakni:

1. Angket (Kuesioner)

Angket dapat dimaknai sebagai tindakan agar data dapat dikumpulkan melalui adanya sejumlah pertanyaan yang dikemukakan terhadap pihak yang mampu memberikan jawaban sebagai responden.¹⁰⁶ Dengan kata lain menyebutnya segala bentuk pertanyaan dalam tulisan yang dimanfaatkan agar suatu informasi dihasilkan melalui responden tersebut, padahal ini yakni adanya suatu laporan yang berhubungan pada aspek personal dan lain sebagainya. Penggunaan angket berdasarkan jenisnya terhadap kelangsungan penelitian yang dimaksud angket yang bersifat langsung, yang melalui skala *likert* terhadap suatu pernyataan yang termasuk ke dalam aspek tertutup tapi adanya jawaban terhadap pengajuan pernyataan yang dikemukakan.

Dalam hal ini, peneliti menggunakan angket adaptasi dari penelitian Siti Nazariana (2017), yang dipilih sebagai acuan dalam penelitian ini. Angket ini menggunakan beberapa alternatif jawaban kepada responden atas pernyataan-pernyataan yang diajukan, serta selanjutnya responden menentukan alternatif

¹⁰⁶Sugiyono, *op.cit.*, h. 142.

jawaban yang sesuai dengan keadaannya dan memberikan tanda *check list* (√) pada alternatif jawaban tadi.¹⁰⁷ Instrumen tadi memakai skala *likert* menggunakan gradasi jawaban, yakni (a) sangat tidak sesuai, (b) tidak sesuai, (c) sesuai, dan (d) sangat sesuai.

Dengan menggunakan skala *likert* ini sebagai skala pengukuran untuk mengukur kecemasan *menarche* yang dialami remaja putri dusun I, II, dan III desa Tanjung Atap, yang jawaban dari skala *likert* tersebut akan diberikan skor pada tabel 3.3

Tabel 3.3

Alternatif Jawaban Angket

Alternatif Jawaban	Pertanyaan	
	Positif	Negatif
a. Sangat Tidak Sesuai	1	4
b. Tidak Sesuai	2	3
c. Sesuai	3	2
d. Sangat Sesuai	4	1

2. Dokumentasi

Aspek tersebut sebagai tindakan agar segala bentuk data yang dibutuhkan akan terkumpul dan dihubungkan pada bentuk hasil dokumentasi yang bersifat resmi maupun lain sebagainya. Asal-muasal dari dokumen itu sendiri dapat diinterpretasikan terhadap bentuk tulisan. Dengan demikian sebagai suatu upaya agar segala bentuk data dapat dihasilkan berhubungan pada variabel yang diinterpretasikan dengan pencatatan, transkrip, buku, surat kabar, majalah, prasasti,

¹⁰⁷*Ibid*, h. 85.

notulen rapat, agenda dan sebagainya.¹⁰⁸ Dalam penelitian ini, metode dokumentasi digunakan untuk mendapatkan data profil desa, hasil *pretest* dan *posttest* dari remaja.

G. Teknik Analisis Data

Analisis data akan dilakukan ketika data sudah terkumpul dari responden. Data pada penelitian ini merupakan data kuantitatif mengenai kecemasan *menarche* pada remaja dusun I, II dan III desa Tanjung Atap. Dimana data tersebut dibutuhkan untuk menguji keefektifan bimbingan kelompok dengan media video untuk mengatasi kecemasan *menarche* pada remaja. Pertama-tama sebelum menguji keefektifan, maka terlebih dahulu mengelompokkan kategori kecemasan *menarche* remaja menjadi beberapa kategori yakni kategori tinggi, sedang dan berat. Dengan tujuan untuk mengetahui gambaran umum kecemasan *menarche* pada remaja.

Sebelum melakukan pengujian pada hipotesis harus ada prasyarat yang harus dipenuhi terlebih dahulu, yakni sebagai berikut:

1. Uji Normalitas

Tujuan uji normalitas yakni untuk mengetahui apakah sampel berasal dari populasi yang terdistribusi normal atau tidak. Maka pada penelitian ini menggunakan uji *kolmogorof smirnov* berbantu program SPSS 26 dengan taraf signifikan 5%. Berikut hasil uji *kolmogorof smirnov* sebagai berikut:

Jika signifikansi $> 0,05$, maka nilai residual berdistribusi normal.

¹⁰⁸Suharsimi Arikunto, *op.cit.*, h. 274

Jika signifikansi $< 0,05$, maka nilai residual tidak berdistribusi normal.

2. Uji Homogenitas

Kemudian jika diketahui bahwa apabila data terdistribusi dengan normal, maka dilanjutkan dengan uji homogenitas. Pengujian homogenitas pada penelitian ini menggunakan uji *homogeneity of variance* berbantu program SPSS 26 dengan taraf signifikan 5%. Berikut hasil uji *homogeneity of variance* sebagai berikut:

Jika signifikansi $> 0,05$, maka distribusi data adalah homogen.

Jika signifikansi $< 0,05$ maka distribusi data adalah tidak homogen.

3. Uji Hipotesis

Tujuan dari uji hipotesis yakni untuk menghitung korelasi antara variabel X dan variabel Y dengan menggunakan teknik *paired sample T Test (t-test)* dengan bantuan SPSS 26, berikut hasil hipotesis dalam penelitian ini:

Nilai signifikansi (2-tailed) $< 0,05$

H_a: Bimbingan kelompok dengan media video efektif untuk mengatasi kecemasan *menarche* pada remaja

H₀: Bimbingan kelompok dengan media video tidak efektif untuk mengatasi kecemasan *menarche* pada remaja.

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

1. Gambaran Umum Desa Tanjung Atap

Desa Tanjung Atap terdiri atas yakni Desa Tanjung Atap dan Desa Tanjung Atap Barat. Pada penelitian kali ini, peneliti melaksanakan bertempat di Desa Tanjung Atap. Karena permasalahan yang diangkat yakni masalah kecemasan *menarche* terdapat di Desa Tanjung Atap. Kabupaten Ogan Ilir terbentuk ada tahun 2003, yang dimana sebelumnya merupakan pelepasan diri dari kabupaten Ogan Komering Ilir. Sebagai salah satu Desa yang berada dikabupaten Ogan Ilir, Desa Tanjung Atap berdiri sejak pada tanggal 12 Februari 2007 lalu. Dengan terus mewujudkan masyarakat yang berakhlak, cerdas dan kreatif, harus sejalan dengan motto, visi dan misi Desa Tanjung Atap, yaitu sebagai berikut:

a. Visi:

Menyatukan Masyarakat Menuju Tanjung Atap yang Berakhlak, Sejahtera dan Terdepan.

b. Misi

- 1) Mewujudkan kembali nilai-nilai keagamaan dan kerohanian di tengah-tengah masyarakat Desa Tanjung Atap.
- 2) Meningkatkan perekonomian dan Pendapatan Masyarakat melalui pengembangan sektor kerajinan *home* industri serta budidaya perikanan.
- 3) Membangun *icon* yang menjadi ciri khas Desa Tanjung Atap.

2. Bidang Pemerintahan dan Kependudukan

Desa Tanjung Atap adalah sebuah Desa yang terletak di Kecamatan Tanjung Batu Kabupaten Ogan Ilir Provinsi Sumatera Selatan. Desa Tanjung Atap di sebelah Utara berbatasan dengan Tanjung Pinang I, di sebelah Selatan berbatasan dengan Tanjung Batu, di sebelah Barat berbatasan dengan Desa Tanjung Atap Barat, dan di sebelah Timur berbatasan dengan PTPN VII Cinta Manis. Desa Tanjung Atap memiliki kisaran luas wilayah 17,9 Ha yang terbagi menjadi tanah permukiman, tanah kas Desa, areal perkantoran pemerintahan, fasilitas umum seperti pemakaman umum, masjid, dan lain-lain.

Sesuai hasil wawancara dengan Kepala Dusun (Kadus) 1 bahwa Kartu Keluarga (KK) Dusun I terdapat jumlah remaja putri sebanyak 14 orang, Dusun II dengan jumlah remaja putri 15 orang, dan Dusun III dengan jumlah remaja putri 3 orang.¹⁰⁹ Untuk mempermudah pelaksanaan roda pemerintah dengan jumlah penduduk yang cukup banyak tersebut, Desa Tanjung Atap terbagi menjadi 3 dusun 6 RT. Selain itu, terdapat juga lembaga-lembaga kemasyarakatan yang mendukung perangkat Desa dalam memberikan pelayanan optimal bagi masyarakat seperti BPD, LPMD, LKD, karang taruna, PKK, lembaga adat, dan lainnya.

3. Bidang Sosial Politik dan Keamanan

Dalam masyarakat Tanjung Atap, adat istiadat dan tradisi yang masih bernafaskan ke-Islaman seperti perkawinan, kelahiran, khitanan dan kematian. Dalam perkawinan memiliki proses yang panjang mulai dari yaitu, a) perkenalan,

¹⁰⁹Muhammad Umari, Kepala Dusun (Kadus) 1, Wawancara tanggal 7 April 2022

b) lamaran, c) pembentukan panitia, dan d) dilanjutkan dengan pernikahan atau akad nikah dan resepsi pernikahan.

Pada bidang keamanan di Desa Tanjung Atap terdapat kegiatan yang menunjang demi keamanan dan ketertiban masyarakat di Desa itu sendiri. Seperti adanya ronda malam yang sudah berjalan selama ini, walaupun sebenarnya ketentuan ronda malam tersebut belum tersusun dengan rapi. Tetapi hasilnya cukup memuaskan ini terbukti tidak adanya tindak kriminal pencurian, perampokan, penodongan dan perkelahian sudah jarang terdengar dari masyarakat. Sebab masyarakat Desa Tanjung Atap sudah menyadari bahwasannya semua tindakan tersebut akan ada pertanggungjawaban dengan pihak hukum.

4. Bidang Perekonomian

Masyarakat Desa Tanjung Atap sebagian besar bermata pencaharian dalam sektor kerajinan ada menjadi ciri khas dari Desa Tanjung Atap seperti kerajinan aluminium (seng) dan tikar purun dan sampai sekarang kerajinan tersebut masih diproduksi oleh penduduk sebagai industri rumah tangga.

5. Bidang Kesehatan dan Keluarga Berencana

Desa Tanjung Atap mempunyai kegiatan untuk menunjang kesehatan bagi masyarakat seperti UPTB KB, PP dan TP. PKK kecamatan Tanjung Batu. Masyarakat juga dibantu oleh 1 orang bidan Desa, 1 orang dukun dan 1 buah posyandu. Tak hanya itu, masyarakat juga sudah memulainya dari hal yang paling terdekat dengannya yakni mulai dari rumah, rumah di Desa Tanjung Atap sudah mempunyai sumur, WC atau jamban dan saluran pembuangan air limbah. Tercatat juga dari data yang ada tidak ditemukan penyakit menular di Desa Tanjung Atap.

Program keluarga berencana di Desa Tanjung Atap keberhasilannya bisa dibilang pada taraf cukup berhasil. Tercatat dari sebanyak 592 Kepala Keluarga (KK) yang ada, pada bulan April 2022 ini terdapat 288 pasangan usia subur dan dari jumlah tersebut dapat dilihat sebanyak 87 orang akseptor KB aktif.

6. Bidang Pendidikan

Pendidikan yang dimiliki masyarakat Desa Tanjung Atap berada pada tingkat SMP/ sederajat keatas. Pendidikan formal yang bisa digunakan dari PAUD hingga SD dengan fasilitas yang bisa menunjang pendidikan.

7. Lembaga kemasyarakatan

Desa Tanjung Atap dipimpin oleh kepala Desa dan kepala dusun untuk pimpinan setiap dusun di Desa tersebut, dimana terdapat 3 dusun yang masing-masing dipimpin oleh kepala dusun. Dalam kepemimpinan kepala Desa di Desa Tanjung Atap sudah tercatat sebanyak 12 (dua belas) masa pemerintahan kepala Desa. Untuk sekarang masa pemerintahan Desa Tanjung Atap terdiri dari 1 orang kepala Desa, 1 orang sekretaris Desa, 3 orang kepala urusan, 3 orang kepala seksi, 3 orang kepala dusun, dan 6 orang ketua rukun tetangga RT. Kemudian badan permusyawaratan Desa (BPD) sebagai lembaga legislatif Desa sebanyak 7 orang.

Tak hanya itu saja, Desa Tanjung Atap juga memiliki lembaga pemerintahan yakni terdiri dari lembaga kemasyarakatan Desa dan kelurahan (LKMD/LPM), PKK, karang taruna, RT, lembaga adat, bumdes, Forum komunikasi kader pemberdayaan masyarakat, posyandu, ikatan remaja masjid (IRMA) dan kelompok pengajian masjid. Berikut ini nama-nama pejabat Kepala Desa Tanjung Atap, terdapat pada tabel 4.1

Tabel 4.1**Nama-nama Pejabat Kepala Desa Tanjung Atap**

No.	Nama	Jabatan	Tahun
1.	Basuni	Kerio	Abad 19 s.d 1995
2.	Waidi Umar	Kerio	1966 s.d 1984
3.	M. Rawatauhiddin	Kepala Desa	1985 s.d 1987
4.	M. Zen Aqimad	Kepala Desa	1988 s.d 1989
5.	Kaharuddin	Kepala Desa	1989 s.d 1994
6.	A Rizal Samsu	Pjs. Kepala Desa	1994 s.d 1998
7.	A Rizal Samsu	Kepala Desa	1998 s.d 2007
8.	Wardi Karim	Kepala Desa	2007 s.d 2013
9.	M. Abdu Ishak	Pjs. Kepala Desa	2013 s.d 2013
10.	Sahlan Hasyim	Kepala Desa	2013 s.d 2019
11.	Fairus Saleh	Pjs. Kepala Desa	2019 s.d 2019
12.	Firmansyah	Kepala Desa	2019 s.d Sekarang

8. PKK dan Aktivitasnya

Kegiatan pemberdayaan kesejahteraan keluarga (PKK) dengan 10 program pokok PKK-nya dalam segi keaktifan sangat diperlukan untuk Desa dan masyarakat sudah merasakannya di Desa Tanjung Atap.

9. Karang Taruna dan Aktivitasnya

Karang taruna menjadi sebuah wadah bagi pemuda di Desa Tanjung Atap dalam berkreatifitas, berkreasi, bersosialisasi antar sesama pemuda-pemudi di Desa tersebut. Berikut kegiatan-kegiatan dalam bidang kepemudaan yang telah banyak melakukan kegiatan, yaitu sebagai berikut:

- a. Adanya kegiatan peringatan HUT RI setiap tahunnya yang diikuti dengan berbagai perlombaan baik tingkat Desa maupun tingkat kecamatan.
- b. Adanya kegiatan peringatan hari-hari besar Islam yang melibatkan semua lembaga di Desa seperti BPD, PKK, LPA, Pemdes dan LPMD).

- c. Ikut serta dalam kegiatan bantuan kemanusiaan seperti kebakaran yang terjadi di Desa dan sekitarnya.
- d. Rutin mengadakan pertemuan setiap bulannya.

10. APBDes dan Partisipasi Swadaya

Pada data yang ada bahwa anggaran dan Pendapatan Belanja Desa (APBDes) Tanjung Atap dari tahun 2021 ke tahun 2022 mengalami penurunan, yakni pada tahun 2021 APBDes bernilai sebesar Rp. 1.307.133.243,00 maka pada tahun 2022 bernilai sebesar 1.202.256.925,00 atau mengalami penurunan sebesar 0,919% atau lebih tepatnya kurang dari 1%. Dalam hal ini digunakan untuk keperluan pembangunan di Desa itu sendiri seperti, kegiatan pembangunan jalan Desa, fisik kantor, pembuatan patok jalan, pembuatan plat nama Desa, lorong, dan nama di atas meja, pembuatan gapura, pembuatan lampu jalan, rehap turab jembatan dan lain sebagainya.

B. Hasil Penelitian

1. Deskripsi Pelaksanaan Penelitian

Penelitian dilaksanakan di Desa Tanjung Atap, kecamatan Tanjung batu kabupaten Ogan Ilir yang berjalan selama tiga minggu mulai pada tanggal 14 April 2022 sampai dengan 6 Mei 2022 dengan judul penelitian *“Keefektifan Bimbingan Kelompok dengan Media Video dalam Mengatasi Kecemasan akan Menarche Pada Remaja Dusun I, II dan III Desa Tanjung Atap”*. Adapun jadwal pelaksanaan yang terdapat pada tabel 4.2

Tabel 4.2**Jadwal penelitian**

No.	Kelompok	Jenis Kegiatan	Keterangan
1.	Eksperimen	Pemberian pretest	14 April 2022
	kontrol	Pemberian pretest	15 April 2022
2.	Eksperimen	Pelaksanaan bimbingan kelompok dengan media video: a. Pertemuan ke-1 b. Pertemuan ke-2 c. Pertemuan ke-3 d. Pertemuan ke-4 e. Pertemuan ke-5	16 April 2022 21 April 2022 23 April 2022 28 April 2022 30 April 2022
3.	Kontrol	Pelaksanaan bimbingan kelompok dengan media video: a. Pertemuan ke-1 b. Pertemuan ke-2 c. Pertemuan ke-3 d. Pertemuan ke-4 e. Pertemuan ke-5	17 April 2022 22 April 2022 24 April 2022 29 April 2022 1 Mei 2022
4.	Eksperimen	Pemberian posttest	5 Mei 2022
5.	Kontrol	Pemberian posttest	6 Mei 2022

Penelitian dilakukan sebanyak 5 kali pertemuan dengan memberikan perlakuan bimbingan kelompok dengan media video kepada remaja putri dusun I, II dan III Desa Tanjung Atap sebanyak 24 orang. Pelaksanaan kegiatan dilakukan di kantor kepala Desa Tanjung Atap.

2. Gambaran Tingkat Kecemasan *Menarche* Remaja

Remaja putri dusun I, II dan III Desa Tanjung Atap yang berada pada rentang usia 11-13 tahun berjumlah 32 orang, peneliti hanya mengambil sebanyak 24 orang remaja putri yang memenuhi kriteria. Pengambilan sampel menggunakan teknik *sampling purposive* dan memberikan perlakuan bimbingan kelompok dengan media video, terdapat pada tabel 4.3

Tabel 4.3

Kategori Gambaran Kecemasan *Menarche*

No.	Nilai	Range	Frekuensi	Persentase
1.	Tinggi	> 132	4	17%
2.	Sedang	107 sampai 131	18	75%
3.	Rendah	< 106	2	8%
Total			24	100%

Sumber: Hasil pengolahan data menggunakan SPSS.26

Maka dari data di atas, bahwa gambaran tingkat kecemasan *menarche* pada remaja putri dusun I, II dan III Desa Tanjung Atap yang terdapat 24 responden dan 34 butir pernyataan dengan rincian 2 orang dalam keadaan rendah dengan persentase 8%, 18 orang dalam keadaan sedang dengan persentase 75%, dan 4 orang dalam keadaan tinggi dengan persentase 17%. Sehingga kesimpulannya terdapat tingkat kecemasan *menarche* pada remaja putri dusun I, II dan III Desa Tanjung Atap dalam kategori sedang.

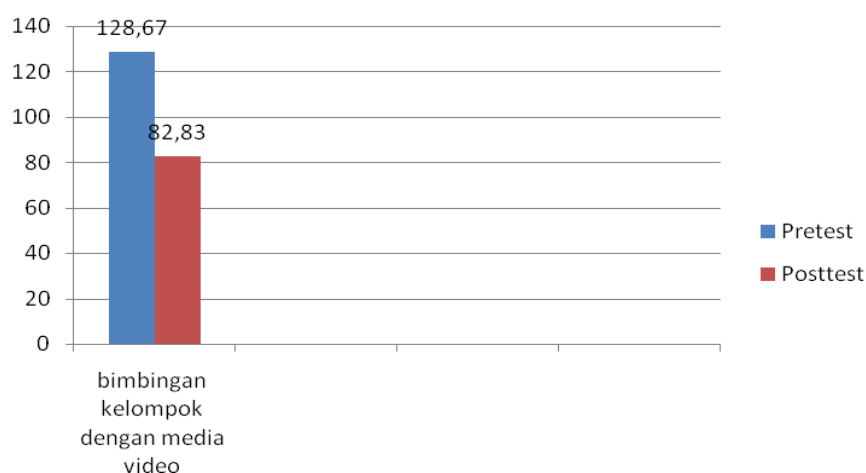
Dari 18 remaja putri yang mengalami kecemasan *menarche* pada rentang sedang, akan diambil sebanyak 12 orang untuk diberikan perlakuan bimbingan kelompok dengan media video. Hal ini sesuai dengan pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive random sampling*. Pemilihan kelompok eksperimen dan kontrol dilakukan tanpa penugasan *random* yakni kelompok eksperimen sebanyak 12 orang yang diberikan perlakuan bimbingan kelompok dengan media video dan kelompok kontrol sebanyak 12 orang yang diberikan bimbingan kelompok.

3. Keefektifan Bimbingan Kelompok dengan Media Video dalam Mengatasi Kecemasan akan *Menarche* pada Remaja

Dalam memperoleh data, peneliti melakukan penyebaran angket pada kelompok eksperimen sebelum dilakukannya perlakuan dengan tujuan untuk mengetahui keefektifan melalui bimbingan kelompok dengan media video tersebut. Mean (rata-rata) hasil perhitungan dari *pretest* masing-masing dari kelompok eksperimen sebelum diberikannya perlakuan maka diperoleh, mean dari kelompok eksperimen $M=128,67$ dan setelah diberikan perlakuan maka diperoleh, mean dari kelompok eksperimen $M=82,83$. Maka dapat disimpulkan bahwa baik kelompok eksperimen mengalami penurunan pada tingkat kecemasan. Data tersebut dapat dilihat pada grafik gambar 4.1

Gambar 4.1

Skor Kecemasan *Menarche* Remaja Putri Kelompok Eksperimen



Dari grafik di atas, maka dapat dilihat bahwa terdapat penurunan tingkat kecemasan *menarche* setelah diberikan perlakuan pada remaja putri. Kelompok eksperimen terlihat pada *pretest* berada pada tingkat kecemasan sedang, namun

setelah diberikannya perlakuan bimbingan kelompok dengan media video mengalami penurunan pada data *posttest*. Berikut data penurunan tingkat kecemasan *menarche* pada setiap individu, dapat dilihat pada tabel 4.4

Tabel 4.4

Skor Kecemasan *Menarche* Remaja Putri Kelompok Eksperimen

No.	Nama respon. (Inisial)	<i>Pretest</i>	%	Kategori	<i>Posttest</i>	%	Kategori
1.	SK	120	4%	Sedang	93	5%	Rendah
2.	FS	123	4%	Sedang	84	4%	Rendah
3.	PZZ	132	5%	Sedang	85	4%	Rendah
4.	DRD	132	5%	Sedang	88	4%	Rendah
5.	TNF	136	5%	Tinggi	98	5%	Rendah
6.	NZ	120	4%	Sedang	88	4%	Rendah
7.	MY	136	5%	Tinggi	83	4%	Rendah
8.	NR	134	5%	Tinggi	84	4%	Rendah
9.	SA	119	4%	Sedang	84	4%	Rendah
10.	NA	135	5%	Tinggi	82	4%	Rendah
11.	NS	129	4%	Sedang	76	4%	Rendah
12.	RD	128	4%	Sedang	94	5%	Rendah
Mean (SD)= 128,67 (6,56)					Mean (SD)=88,00 (5,25)		

Dari tabel di atas dapat dilihat bahwa pada kelompok eksperimen mengalami penurunan kecemasan *menarche* remaja. Yakni setelah diberikan perlakuan bimbingan kelompok dengan media video tingkat kecemasan *menarche* remaja berada pada kategori rendah yang awalnya berada pada kategori sedang.

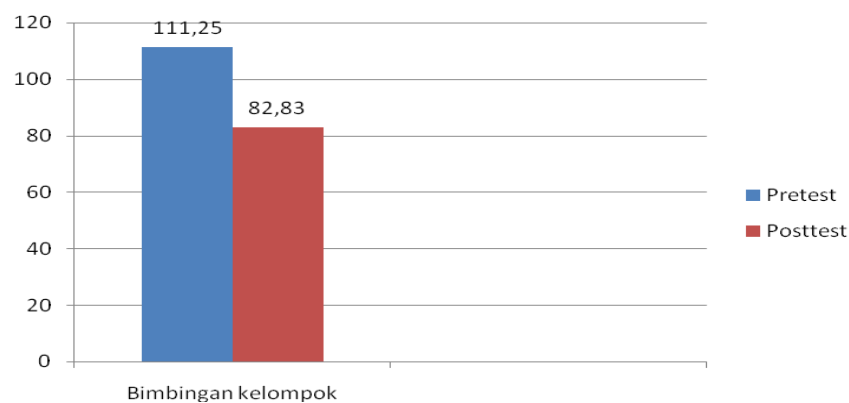
4. Keefektifan Bimbingan Kelompok dalam Mengatasi Kecemasan akan *Menarche* pada Remaja

Dalam memperoleh data, peneliti melakukan penyebaran angket pada kelompok kontrol sebelum dilakukannya perlakuan dengan tujuan untuk mengetahui keefektifan melalui bimbingan kelompok tersebut. Mean (rata-rata) hasil perhitungan dari *pretest* masing-masing dari kelompok kontrol sebelum

diberikannya perlakuan maka diperoleh, mean dari kelompok kontrol $M=111,25$ dan setelah diberikan perlakuan maka diperoleh, mean dari kelompok kontrol $M=82,83$. Maka dapat disimpulkan bahwa kelompok kontrol mengalami penurunan pada tingkat kecemasan. Data tersebut dapat dilihat pada grafik gambar 4.2

Gambar 4.2

Skor Kecemasan *Menarche* Remaja Putri Kelompok Kontrol



Dari grafik di atas, maka dapat dilihat bahwa terdapat penurunan tingkat kecemasan *menarche* setelah diberikan perlakuan pada remaja putri. Kelompok kontrol terlihat pada *pretest* berada pada tingkat kecemasan sedang, namun setelah diberikannya perlakuan bimbingan kelompok mengalami penurunan pada data *posttest*. Berikut data penurunan tingkat kecemasan *menarche* pada setiap individu, terdapat pada tabel 4.5

Tabel 4.5

Skor Kecemasan *Menarche* Remaja Putri Kelompok Kontrol

No.	Nama respon. (Inisial)	Pretest	%	Kategori	Posttest	%	Kategori
1.	PA	123	4%	Sedang	85	4%	Rendah
2.	ANU	115	4%	Sedang	83	4%	Rendah
3.	IA	116	4%	Sedang	85	4%	Rendah
4.	ARZ	112	4%	Sedang	81	5%	Rendah
5.	NP	114	5%	Sedang	73	5%	Rendah
6.	ZAP	110	4%	Sedang	81	4%	Rendah
7.	CZP	113	5%	Sedang	88	4%	Rendah
8.	CK	116	4%	Sedang	82	4%	Rendah
9.	FF	112	4%	Sedang	82	4%	Rendah
10.	B	89	4%	Rendah	81	4%	Rendah
11.	AZ	125	4%	Sedang	83	4%	Rendah
12.	IN	90	3%	Rendah	84	4%	Rendah
Mean (SD)=111,25 (11,06)				Mean (SD)=82,83 (2,94)			

Dari tabel di atas dapat dilihat bahwa pada kelompok kontrol mengalami penurunan kecemasan *menarche* remaja. Yakni setelah diberikan perlakuan bimbingan kelompok tingkat kecemasan *menarche* remaja berada pada kategori rendah yang awalnya berada pada kategori sedang.

5. Hasil Uji Keefektifan Bimbingan Kelompok dengan Media Video untuk Mengatasi Kecemasan *Menarche* Remaja

a. Uji Normalitas

Uji normalitas menggunakan uji *kolmogorov Smirnov* dengan berbantu SPSS.26, berikut hasil perhitungannya terdapat pada tabel 4.6

Tabel 4.6

Uji Normalitas Data Pretest dan Posttest Setiap Kelompok

Data	Variabel	K-S	P	Keterangan
Pretest	BK + MV	0,200	> 0,05	Normal
	BK	0,07	> 0,05	Normal
Posttest	BK + MV	0,69	> 0,05	Normal
	BK	0,200	> 0,05	Normal

Sumber: Hasil pengolahan data menggunakan SPSS.26

Berdasarkan hasil uji normalitas diketahui nilai signifikansi $> 0,05$. Maka dari itu, dapat disimpulkan bahwa nilai residual setiap kelompok berdistribusi normal.

b. Uji Homogenitas

Uji homogenitas ini menggunakan uji *homogeneity of variance* dengan berbantu SPSS.26 Input data ini dilakukan pada data *posttest* kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Hasil dari uji homogenitas adalah $0,266 > 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa kelompok *posttest* kelas eksperimen dan kelas kontrol adalah sama atau homogen. Oleh karena itu, salah satu syarat (tidak mutlak) dari uji *paired sample t-test* sudah dapat terpenuhi.

c. Uji Paired Sampel T-Test

1) Kelompok Eksperimen

Hasil uji *Paired Sampel T-Test* dari kelompok eksperimen yaitu memiliki nilai signifikansi $0,000 < 0,05$. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara pelaksanaan *pretest* dan hasil *posttest*, maka terdapat pengaruh yang bermakna terhadap bimbingan kelompok dengan media video untuk mengatasi kecemasan *menarche* remaja putri. Dapat disimpulkan untuk kelompok eksperimen bahwa H_a diterima dan H_o ditolak sehingga

penerapan bimbingan kelompok dengan media video ini efektif mengatasi kecemasan *menarche* remaja. Data tersebut terdapat pada tabel 4.7

Tabel 4.7

Uji Paired Sampel T-Test Kelompok Eksperimen

		Paired Samples Test							
		Paired Differences							
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference		t	df	Sig. (2-tailed)
					Lower	Upper			
Pair 1	PRE_EKS - POST_EKS	44.33333	7.25300	2.09376	39.72499	48.94167	21.174	11	.000

Sumber: Hasil pengolahan data menggunakan SPSS.26

2) Kelompok Kontrol

Hasil uji *Paired Sampel T-Test* dari kelompok kontrol yaitu memiliki nilai signifikansi $0,000 < 0,05$. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara pelaksanaan *pretest* dan hasil *posttest*, maka terdapat pengaruh yang bermakna terhadap bimbingan kelompok untuk mengatasi kecemasan *menarche* remaja putri. Dapat disimpulkan untuk kelompok kontrol bahwa H_a diterima dan H_o ditolak sehingga penerapan bimbingan kelompok ini efektif mengatasi kecemasan *menarche* remaja. Data tersebut terdapat pada tabel 4.8

Tabel 4.8

Uji Paired Sampel T-Test Kelompok Kontrol

		Paired Samples Test							
		Paired Differences							
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference		t	df	Sig. (2-tailed)
					Lower	Upper			
Pair 1	PRE_KON - POST_KON	29.08333	11.42930	3.29935	21.82151	36.34516	8.815	11	.000

Sumber: Hasil pengolahan data menggunakan SPSS.26

C. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kecemasan *menarche* pada remaja dan keefektifan bimbingan kelompok dengan media video dalam mengatasi kecemasan akan *menarche* pada remaja dusun I, II dan III Desa Tanjung Atap. Penjabarannya sebagai berikut:

1. Gambaran tingkat kecemasan *menarche* Remaja

Dari penelitian yang telah dilakukan, didapatkan bahwa tingkat kecemasan *menarche* remaja putri berada pada tingkat sedang. Hal yang ditemukan di lapangan umumnya remaja putri memiliki pemahaman dan pengetahuan akan menstruasi yang tidak mendalam serta malu untuk bertanya pada orangtua, saudara perempuan, teman ataupun guru. Adanya lingkungan yang tabu akan informasi menstruasi dan kurangnya edukasi yang diberikan tenaga kesehatan. Rendahnya pengetahuan dan pemahaman remaja putri ini akan berdampak pada kurangnya kesiapan akan menstruasi sehingga muncul respon negatif seperti perasaan malu, cemas, takut dan bingung, sehingga tidak adanya persiapan akan permulaan menstruasi.

Hal ini sejalan dengan penelitian Dwi, yang dilakukan pada 36 siswi SDN Plalangan 01 Semarang tahun 2017 yang mengalami kecemasan *menarche* berada pada kategori sedang.¹¹⁰ Dalam penelitian Hemi, juga menjelaskan bahwa kecemasan remaja di SDN Baros Mandiri 4 Cimahi yang dilakukan sebanyak 18 remaja menunjukkan pada kategori sedang.¹¹¹ Hasil penelitian ini selaras dengan

¹¹⁰Dwi Retnaningsih, *et al.*, *op.cit.*, hal. 60

¹¹¹Hemi Fitriani dan Riry Yulia Rohman, *op.cit.*, hal. 90

penelitian yang dilakukan Rifrianti mengatakan bahwa rata-rata tingkat kecemasan siswi kelas VII berada pada kategori sedang.¹¹²

Hal ini juga diperkuat pada penelitian Humairah yakni rata-rata tingkat kecemasan siswi kelas VII berada pada kategori sedang. Menurut mansur, *menarche* dapat menimbulkan reaksi negatif yang disebabkan oleh pandangan remaja putri terhadap datangnya *menarche*. Seperti kecemasan yang timbul karena ketidaktahuan remaja putri akan perubahan fisiologis yang dialami oleh remaja putri ini sendiri.¹¹³

Menurut Irmawati, remaja putri memberikan reaksi yang berbeda-beda pada saat terjadinya menstruasi pertama (*menarche*), seperti reaksi negatif, misalnya terjadinya keluhan psikologis (sakit kepala, mual-mual, muntah), kondisi psikologis yang tidak stabil (bingung, sedih, stress, cemas, mudah tersinggung, marah emosional). Kemungkinan reaksi-reaksi tersebut muncul karena kurangnya pengetahuan dan ketidaktahuan remaja putri akan perubahan-perubahan fisiologis yang muncul pada awal tahap remaja yang disebabkan akan belum matangnya fisik dan psikologis remaja, kurangnya peran orangtua sehingga memicu timbulnya cemas dan takut yang dialami remaja ketika terjadinya *menarche*.¹¹⁴

Pemberian pengetahuan tentang menstruasi pada anak remaja putri akan memberikan manfaat yang sangat besar bagi remaja putri itu sendiri untuk menghadapi menstruasi pertamanya (*menarche*). Hal ini didukung juga oleh pernyataan dari Wawan, bahwa pemberian pendidikan pada anak perempuan

¹¹²*Ibid.*

¹¹³*Ibid.*

¹¹⁴Dewi Novita, *et al.*, *loc.cit.*

menjelang remaja mengenai menstruasi akan mempengaruhi kesiapannya dalam menghadapi *menarche* nanti. Maka dari itu, pengetahuan yang diberikan pada remaja putri mengenai menstruasi sangat dianjurkan sehingga bisa menumbuhkan rasa kesiapan dalam menghadapi *menarche*.¹¹⁵

Maka dari itu, masalah kecemasan *menarche* ini tentu memerlukan penanganan untuk mengatasinya. Karena itu pada penelitian ini telah dilakukan dengan memanfaatkan bimbingan kelompok dengan media video demi harapan bisa mengatasi kecemasan *menarche* remaja putri.

2. Keefektifan bimbingan kelompok dengan media video

Dari penelitian yang telah dilakukan, didapatkan bahwa tingkat kecemasan *menarche* remaja putri pada *pretest* berada pada tingkat sedang, berarti hal ini adanya pemahaman dan pengetahuan akan menstruasi yang tidak mendalam pada remaja putri. Kemudian ketika diberikan perlakuan pada *posttest* berada pada tingkat rendah. Hasil pemberian *pretest* dan *posttest* mengalami penurunan, hal ini terlihat dari pelaksanaan penelitian ini terpantau lancar. Maka bimbingan kelompok dengan video efektif mengatasi kecemasan *menarche* remaja dusun I, II dan III Desa Tanjung Atap.

Pelaksanaan bimbingan kelompok dengan media video dilakukan sebanyak 5 kali pertemuan dengan dimulai dengan menjelaskan topik bahasan yang telah dipersiapkan, yakni tentang *menarche* yang disajikan dalam video edukasi, disini terlihat peneliti mengetahui bahwa penyebab terjadinya kecemasan *menarche*

¹¹⁵Elvina Sari Sinaga & Aminah Lubis, *op.cit.*, h. 24-25

pada remaja putri dikarenakan kurang informasi akan menstruasi itu sendiri, baik dari ibu sebagai orangtua, teman, guru maupun tenaga kesehatan.

Bimbingan kelompok menurut Abu Bakar, bertujuan untuk mengemukakan pendapat dalam berkomunikasi. Membahas topik permasalahan yang dapat mengembangkan atau meningkatkan kemampuan pada individu.¹¹⁶ Sehingga bimbingan kelompok dapat dikatakan sebagai media untuk mengembangkan dan meningkatkan kemampuan pada individu yang bisa diterapkan pada lingkungan sekitar. Menurut Daryanto, video merupakan suatu perantara yang sangat efektif dalam membantu proses pembelajaran, baik pembelajaran masal, kelompok maupun individu.¹¹⁷

Selain itu, video juga berupa informasi non cetak dengan penyampaian informasi ke hadapan individu secara langsung dalam bentuk gambar bergerak dan suara yang menyertainya. Dengan video ini juga, diketahui dapat meningkatkan daya serap dan daya ingat individu terhadap materi pembelajaran karena dalam pemberian informasinya melalui dua indra sekaligus yakni indra pendengar dan indra penglihatan.¹¹⁸ Tak hanya itu, pada penelitian Nugrahani, bahwa dalam pelaksanaan media audio visual dapat memperbaiki proses pembelajaran sebesar 16,275% karena audio visual memang baik untuk menyampaikan informasi dan mempengaruhi sikap dan emosi.¹¹⁹

¹¹⁶Annisa Lestari dan Siska Dwi Paramitha, *loc.cit.*

¹¹⁷Agustiningsih, *Video Sebagai Alternatif Media Pembelajaran Dalam Rangka Mendukung Keberhasilan Penerapan Kurikulum 2013 di Sekolah Dasar*, Journal Pedagogia, Vol. 4 No. 1, (Jember: Universitas Jember, 2015), h. 55

¹¹⁸*Ibid.*

¹¹⁹Elvi Eka Wahyuni, *et.all.*, *Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Media Video Terhadap Kecemasan Menghadapi Menarche Pada Siswi Kelas V di Sekolah Dasar Negeri 88 Palembang Tahun 2019*, Journal Fakultas Ilmu Kesehatan UMTAS, Vol. 2 No. 1, (Palembang: STIKes Muhammadiyah Palembang), 2019, hal. h. 8-9

Notoatmodjo berpendapat tingkat pengetahuan dan pemahaman tentang *menarche* akan mempengaruhi kesadaran. *Menarche* adalah proses alamiah yang dialami setiap wanita. Sehingga menimbulkan rasa tertarik untuk memperhatikan kesehatan dan merawat tubuhnya. Dengan begitu remaja putri relatif tidak mudah mengalami permasalahan kesehatan dan tidak mudah mengalami kecemasan.¹²⁰ Kelompok eksperimen yang diberikan perlakuan bimbingan kelompok dengan media video, semua remaja berada pada kategori rendah. Dengan selisih rata-rata (mean) dari *pretest* dan *posttest* yakni 40,67. Maka bimbingan kelompok dengan media video efektif untuk mengatasi kecemasan *menarche* remaja, Hal ini sejalan dengan penelitian Prasetyo yang meneliti tentang penerapan bimbingan kelompok dengan media video untuk meningkatkan pemahaman siswa tentang bahaya narkoba, dengan metode ini diharapkan mampu meningkatkan pemahaman siswa tentang narkoba.¹²¹

3. Keefektifan bimbingan kelompok

Penelitian ini, tidak hanya menggunakan bimbingan kelompok dengan media video, namun juga menggunakan bimbingan kelompok untuk mengatasi kecemasan *menarche*. Hasil menunjukkan bahwa kecemasan *menarche* mengalami penurunan baik sebelum dan sesudah diberikan edukasi tentang *menarche*, kelompok kontrol yang diberikan bimbingan kelompok mengalami kategori rendah, dengan selisih rata-rata (mean) dari *pretest* dan *posttest* yakni 28,42.

¹²⁰*Ibid.* h. 9

¹²¹Yulius Prasetyo Rahayu, *Penerapan Bimbingan Kelompok dengan Media Video untuk Meningkatkan Pemahaman Siswa Tentang Bahaya Narkoba Pada Siswa Kelas VIII-D SMP Negeri 2 Ngoro*, Jurnal BK UNESA, Vol. 4 No. 1, Surabaya: Universitas Negeri Surabaya), 2013, h. 133

Maka bimbingan kelompok efektif mengatasi kecemasan *menarche* remaja dusun I, II dan III Desa Tanjung Atap.

Bimbingan kelompok dalam penelitian ini bertujuan untuk memberikan informasi yang berguna bagi remaja putri mengenai menstruasi supaya ketika mereka mengalami menstruasi dapat mengaplikasikan ilmu tersebut. Seperti pada penelitian Andana, yang meneliti efektivitas layanan bimbingan kelompok dalam meningkatkan kegiatan merespon pembelajaran pada mahasiswa, dengan metode ini diharapkan mahasiswa mampu mengimplementasikan apa yang telah didapatkan dari kegiatan.¹²² Begitu juga pada penelitian ini, peneliti berharap remaja dapat mengaplikasikan apa yang telah diperoleh dari pembelajaran yang telah dilakukan bimbingan kelompok yakni menekankan pembelajaran pada remaja untuk mengatasi kecemasan *menarche*.

Sama halnya seperti penelitian ini, peneliti menunjukkan bahwa penggunaan bimbingan kelompok dengan media video mampu memberikan pemahaman pada remaja putri akan *menarche* supaya mereka siap menghadapi menstruasi pertamanya. Maka dapat disimpulkan, menggunakan bimbingan kelompok dengan media video dapat menjadi salah satu referensi bagi konselor untuk mengatasi kecemasan *menarche* pada remaja putri tersebut.

Walaupun dalam penelitian ini tujuannya sudah tercapai yakni keefektifan bimbingan kelompok dengan media video untuk mengatasi kecemasan *menarche* pada remaja. Namun masih ada keterbatasan yang perlu diperhatikan, antara lain sebagai berikut:

¹²²Rizky Andana Pohan, *Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok dalam Meningkatkan Kegiatan Merespon Pembelajaran, Islamic Counseling: Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam*, Vol. 4, No. 1, (Banda Aceh: Universitas Islma Negeri (UIN) Ar-raniry Banda Aceh, 2020), h. 27

- a. Fokus permasalahan hanya pada kecemasan *menarche* dari segi umum dan belum mengkhususkan pada permasalahan khusus.
- b. Responden hanya berjumlah 24 orang yang belum bisa dikatakan menggambarkan keadaan yang sesungguhnya.
- c. Informasi kuesioner yang diberikan responden masih belum sesuai dengan keadaan diri responden yang sebenarnya.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil dari penelitian yang telah dilakukan maka peneliti dapat memberikan kesimpulan, sebagai berikut:

1. Tingkat kecemasan *menarche* remaja dusun I, II dan III Desa Tanjung Atap berada pada kategori sedang dengan rincian yakni 2 orang dalam keadaan rendah dengan persentase 17%, 18 orang dalam keadaan sedang dengan persentase 75%, dan 4 orang dalam keadaan tinggi dengan persentase 8%.
2. Pelaksanaan bimbingan kelompok dengan media video efektif untuk mengatasi kecemasan *menarche* pada remaja dusun I, II dan III Desa Tanjung Atap. Kelompok eksperimen yang diberikan perlakuan bimbingan kelompok dengan media video memiliki selisih rata-rata (mean) dari *pretest* dan *posttest* yakni 40,67.
3. Pelaksanaan bimbingan kelompok untuk mengatasi kecemasan *menarche* pada remaja dusun I, II dan III Desa Tanjung Atap. Kelompok eksperimen yang diberikan perlakuan bimbingan pada kelompok kontrol memiliki selisih rata-rata (mean) dari *pretest* dan *posttest* yakni 28,42. Bimbingan kelompok dengan media video atau bimbingan kelompok sama-sama efektif untuk mengatasi kecemasan *menarche* remaja, namun dengan kata lain, terdapat perbedaan tingkat keefektifan antara bimbingan kelompok dengan media video dan bimbingan kelompok.

B. Saran

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan terdapat saran yang diajukan, antara lain sebagai berikut:

1. Bagi remaja putri, diharapkan mampu memahami dan mengaplikasikan informasi yang diberikan dalam penanggulangan kecemasan *menarche*.
2. Bagi Kepala Desa Tanjung Atap, diharapkan menindaklanjuti dengan bekerjasama dalam mengadakan program edukasi mengenai menstruasi di Desa.
3. Bagi penelitian selanjutnya, diharapkan dapat menjadi bahan referensi untuk penelitian selanjutnya dengan penelitian yang sama namun pada sudut pandang yang berbeda.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdurraman bin Abdullah bin Abdulqodir Assegaf, Sayyid. 2017. *Kupas Tuntas Haid, Nifas dan Istihadhoh*. Terjemahan al-Ibanah wallfadhoh. Ummu Umar Baagil. Malang: Ponpes Dar Ummahatil Mu'minin.
- Agama RI, Departemen. 2010. *Al-Hikmah: Al-Qur'an Al Karim dan Terjemahannya*. Bandung: Diponegoro.
- Agung Pranowo, Taufik. 2016. "Efektivitas Bimbingan Kelompok melalui Teknik Bermain Peran dalam Meningkatkan Sikap Prososial pada Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Semester "1, Jurnal Bimbingan dan Konseling, 1(1). Yogyakarta: Universitas PGRI Yogyakarta. 1-8.
- Agustiningsih. 2015. *Video Sebagai Alternatif Media Pembelajaran Dalam Rangka Mendukung Keberhasilan Penerapan Kurikulum 2013 di Sekolah Dasar*. Journal Pedagogia. 4 (1). Jember: Universitas Jember. 50-58.
- Ali, Mohammad & Mohammad Asrori. 2016. *Psikologi Remaja (Perkembangan Peserta Didik)*. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Andana Pohan, Rizky & Syaiful Indra. 2020. *Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok dalam Meningkatkan Kegiatan Merespon Pembelajaran, Islamic Counseling: Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam 4 (1)*. Banda Aceh: Universitas Islam Negeri (UIN) Ar-raniry Banda Aceh. 17-30.
- Apriansyah, dkk. 2020. *Pengembangan Media Pembelajaran Video Berbasis Animasi Mata Kuliah Ilmu Bahan Bangunan di Program Studi Pendidikan Teknik Bangunan Fakultas Teknik Universitas Negeri Jakarta*. Jurnal

- Pendidikan Teknik Sipil (Jpensil). 9 (1). Jakarta: Universitas Negeri Jakarta. 8-18.
- Arikunto, Suharsimi. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Arsyad, Azhar. 2020. *Media Pembelajaran: Edisi Revisi*. Depok: Rajawali Pers.
- Aryadillah, dkk. 2017. *Teknologi Media Pembelajaran (Teori & Praktik)*. Bogor: Herya Media.
- Ayu Cahya Rosyida, Desta. 2019. *Buku Ajar Kesehatan Reproduksi Remaja dan Wanita*. Yogyakarta: PT Pustaka Baru.
- B. Hurlock, Elizabeth. 2003. *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Erlangga.
- Dedy Nugraha, Aditya. 2020. *Memahami Kecemasan (Perspektif Psikologi Islam)*, *Indonesian Journal of Islamic Psychology*. 2 (1.) Yogyakarta: UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta. 1-22.
- Diananda, Amita. 2018. *Psikologi Remaja dan Permasalahannya*. Istighna. 1 (1). Tangerang: Sekolah Tinggi Ilmu Tarbiyah (STIT) *Islamic Village* Tangerang. 116-133.
- Fauziah Silalahi, Yetti. 2020. *Pengaruh Peer Group Health Education Terhadap Tingkat Kecemasan Remaja Putri dalam Menghadapi Menarche di SD IT Ummi Aida Medan*. *Jurnal Ilmu Kebidanan*. 9 (1). Medan: Universitas Haji. 136-139.
- Fitriani, H & Yulia Rohman, R. 2016. *Pengaruh Konseling terhadap Kecemasan Remaja Putri yang Mengalami Menarche*. *Jurnal Ilmu Keperawatan*. 4 (2). Cimahi: Stikes Jenderal Achmad Yani. 86

- Folastri, Sisca & Itsar Bolo Rangka. 2006. *Prosedur Layanan Bimbingan & Konseling Kelompok*. Bandung: Mujahid Press.
- Hardianti & Kurniati Asri, W. 2017. *Keefektifan Penggunaan Media Video dalam Keterampilan Menulis Karangan Sederhana Bahasa Jerman Siswa Kelas XII IPA SMA Negeri 11 Makassar*. Jurnal Pendidikan Bahasa Asing dan Sastra. 1 (2). Makassar: Universitas Negeri Makassar. 123-130.
- Hartinah, Sitti. 2017. *Konsep Dasar Bimbingan Kelompok*. Bandung: PT Refika Aditama
- Haruna, R & Rahim Hubungan, A. 2020. *Tingkat Pengetahuan dan Kesiapan Menghadapi Menarche dengan Kecemasan Siswi Pada Kelas V dan VI di SD Inpres Tello Baru 1/1*. Jurnal Akrab Juara. 5 (4). Makassar: Universitas Megarezky Makassar.
- Hayat, Abdul. 2014. *Kecemasan dan Metode Pengendaliannya*. Khazanah Vol. 12 (1). Institut Agama Islam Negeri Antasari: Banjarmasin. 52-62.
- Hidayah, N & Palila, S. 2018. *Kesiapan Menghadapi Menarche pada Remaja Putri Prapubertas Ditinjau dari Kelekatan Aman Anak dan Ibu*. Jurnal Ilmiah Psikologi. 5 (1). Yogyakarta: UIN Sunan Kalijaga. 107-114.
- Husain Ali Salim, Ahmad. 2006. *Terapi Al-Qur'an: Untuk Penyakit Fisik & Psikis Manusia*. Terjemahan Al Mardh wa Asy Syifa fi Al-Qur'an, M. Al Mighwar. Jakarta: Penerbit Asta Buana Sejahtera.
- Johari, dkk. 2014. *Penerapan Media Video dan Animasi pada Materi Memvakum dan Mengisi Refrigeran Terhadap Hasil Belajar Siswa*. *Journal of Mechanical Engineering Education*. 1 (1). Bandung: FPTK UPI. 8-15.

- Juntika Nurihsan, Achmad. 2018. *Bimbingan Konseling dalam Berbagai Latar Kehidupan (Edisi Revisi)*. Bandung: PT Refika Aditama.
- Larasati, dkk. 2019. *Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Menarche Dini Pada Siswi SMP Setia Negara Depok Tahun 2018*. Jurnal Medika Respati. 14 (2). Jakarta: Universitas Pembangunan Nasional (UPN) Veteran Jakarta.
- Lestari, Annisa & Siska Dwi Paramitha. *Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Meningkatkan Kemampuan Penyesuaian Diri Mahasiswa. IJoCE: Indonesian Journal of Counseling and Education*. 1 (1). Bangka Belitung: Institut Agama Islam Negeri Syakih Abdurrahman Siddik Bangka Belitung 2020. 17-23
- Lumangga Lubis, Namora. 2013. *Psikologi Kespro Wanita & Perkembangan Reproduksi (Ditinjau dari Aspek Fisik dan Psikologis)*. Jakarta: Kencana.
- Morissan. 2015. *Metode Penelitian Survei*. Jakarta: Kencana.
- Mulyadi. 2016. *Bimbingan Konseling di Sekolah dan Madrasah*. Jakarta: Prenada media Group.
- Mustika Sari, S & Vidia Effendy, H. 2019. *Pengaruh Pendidikan Kesehatan Menarche terhadap Anxiety dalam Menghadapi Menarche di Ke-5 dan Siswa Kelas 6*. Jurnal Perawat dan Kesehatan. 8 (1). Mojokerto: STIKES Dian Husada. 43-49.

- Novita, dkk. 2020. *Kesiapan Menghadapi Menarche pada Anak Sekolah Dasar Sebelum dan Setelah diberikan Pendidikan Kesehatan. Journal of TSCSIKep.* 5 (2). Semarang: Universitas Ngudi Waluyo Ungaran. 1-14.
- Nugraha, Amar. 2021. *Modul 09 Pembuatan Media Video Pembelajaran Berbasis TIK.* Ciputat: Pusdatin Kemendikbud.
- Prasetyo Rahayu, Yulius. 2013. *Penerapan Bimbingan Kelompok dengan Media Video untuk Meningkatkan Pemahaman Siswa Tentang Bahaya Narkoba Pada Siswa Kelas VIII-D SMP Negeri 2 Ngoro.* Jurnal BK UNESA. 4 (1). Surabaya: Universitas Negeri Surabaya. 127-134
- Prayitno. 1995. *Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok (Dasar dan Profil).* Jakarta: Ghalia Indonesia.
- Proverawati, Atikah dkk. 2009. *Menarche (Menstruasi Pertama Penuh Makna).* Yogyakarta: Muha Medika.
- Ramaiah, Savitri. 2003. *Kecemasan (Bagaimana Mengatasi Penyebabnya).* Jakarta: Pustaka Populer Obor.
- Retnaningsih dkk. 2018. *Kesiapan Menghadapi Menarche dengan Tingkat Kecemasan pada Anak Usia Sekolah.* Jurnal Kesehatan Kusuma Husada. Semarang: STIKES Widya Husada. 57-64.
- Sari Sinaga, Elvina & Aminah Lubis. *Faktor yang Berhubungan dengan Siswa Kelas VII dalam Menghadapi Menarche. Gentle Birth.* Vol. 4 (1). Medan: Universitas Prima Indonesia. 2021. 19-29.

- Septalia, Dewinny & Emielda Ananda Dale. 2019. *Psikologi Kebidanan (Memahami Psikis Wanita Sepanjang Daur Hidup dalam Pelayanan Kebidanan)*. Yogyakarta: PustakaBaru Press.
- Setya Roswendi, A & Luqyana Nabila, S. 2017. *Pengaruh Bimbingan Kelompok dengan Teknik Home Room terhadap Tingkat Kecemasan Remaja Putri yang dihadapi Menacrhe Grade IV, V, di SD Islamic Center Aisyiah Cianjur*. Seminar Internasional Kesehatan Global (ISGH). Cimahi: Stikes Jenderal Achmad Yani. 264-270.
- Sugiono. 2016. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sukma R.A, Dodi. *et.all*, 2015. *Analisa Tingkat Kepuasan Mahasiswa Terhadap Perkuliahan Daring Pada Era Pandemi COVID-19*. Jurnal Sistem Informasi. 3 (2). Riau: Universitas Lancang Kuning. 130-142.
- Tambunan, Syafrianto. 2018. *Seni Islam dan Terapi Murattal Alquran sebagai Pendekatan Konseling untuk Mengatasi Kecemasan*. Al-Mishbah. 14 (1). Yogyakarta: UIN Sunan Kalijaga. 75-89.
- Tim Revisi Tahun 2018 Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Raden Fatah Palembang. *Pedoman Penulisan Skripsi*. Palembang: UIN Raden Fatah Palembang.
- Utami Fitri, H & Kushendar. 2019. *Bimbingan dan Konseling Kelompok Berbantuan Media Powerpoint untuk Meningkatkan Pemahaman Remaja tentang Nilai-Nilai Persahabatan*. Jurnal Bimbingan Konseling & Kemasyarakatan. Palembang: UIN Raden Fatah Palembang. 1-8.

- Wahyuni, dkk. 2019. *Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Media Video Terhadap Kecemasan Menghadapi Menarche Pada Siswi Kelas V di Sekolah Dasar Negeri 88 Palembang Tahun 2019*. Journal Fakultas Ilmu Kesehatan UMTAS. 2 (1). Palembang: STIKes Muhammadiyah Palembang. 1-12
- Wisada, dkk. 2019. *Pengembangan Media Video Pembelajaran Berorientasi Pendidikan Karakter*. *Journal of Education Technology*. 3 (3). Bali: Universitas Pendidikan Ganesha. 140-146.
- Yazia, V & Hamdayani, D. 2021. *Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kesiapan Anak SD dalam Menghadapi Haid Pertama*. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*. 4 (2). Padang: STIKes Mercubaktijaya Padang. 409-422.

LAMPIRAN-LAMPIRAN



Mengisi Instrumen sebelum perlakuan (*Pretest*)





Memberikan perlakuan menggunakan bimbingan kelompok dengan media video



Mengisi Instrumen setelah perlakuan (*Posttest*)

Perhitungan TSR Data Pretest

Nilai mean, standar deviasi nilai kecenderungan kecemasan *menarche* sebelum dilakukan bimbingan kelompok dengan media video, yaitu sebagai berikut:

Statistik *Pretest*

Statistics		
PRE		
N	Valid	24
	Missing	0
Mean		119.96
Median		120.00
Mode		112 ^a
Std. Deviation		12.582
Range		47

a. Multiple modes exist.

The smallest value is shown

Sumber: Hasil pengolahan data menggunakan SPSS.26

Dari perhitungan di atas, menunjukkan bahwa skor rata-rata (mean) yaitu 119.96; dan nilai standar deviasi (SD) yaitu 12.582;

Kemudian mengelompokan nilai ke dalam 3 kelompok yaitu tinggi, sedang, rendah (TSR), yaitu:

Tinggi = $M + 1.SD$

Sedang = $M - 1.SD$ sampai $M + 1.SD$

Rendah = $M - 1.SD$

Karena kita sudah mengetahui nilai mean dan SD, maka kita bisa membuat kriteria kategorisasi data.

Tinggi = $M + 1.SD$

$$= 119.96 + 12.582$$

$$= 132,542 = 132$$

Maka tinggi = > 132

Sedang = M - 1.SD sampai M + 1.SD

$$= 119.96 - 12.582 \text{ sampai } 119.96 + 12.582$$

$$= 107.378 \text{ sampai } 132,542$$

$$= 107 \text{ sampai } 132$$

Maka sedang = 107 sampai 132

Rendah= M - 1.SD

$$= 119.96 - 12.582$$

$$= 107.378$$

Maka, nilai rendah = < 106

Berdasarkan kategori nilai tinggi, sedang, rendah (TSR) tersebut, maka selanjutnya memasukkan ke dalam rumus persentase yang dapat dilihat pada tabel

4.7.

Uji Normalitas Data *Pretest*

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	Df	Sig.	Statistic	df	Sig.
PRE_EKS	.194	12	.200*	.873	12	.071
PRE_KON	.288	12	.007	.811	12	.012

*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

Sumber: Hasil pengolahan data menggunakan SPSS.26

Uji Normalitas Data Pretest

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	Df	Sig.	Statistic	df	Sig.
POST_EKS	.234	12	.069	.863	12	.053
POST_KON	.160	12	.200*	.955	12	.715

*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

Sumber: Hasil pengolahan data menggunakan SPSS.26

Uji Homogenitas

		Test of Homogeneity of Variance			
		Levene Statistic	df1	df2	Sig.
KECEMASA	Based on Mean	1.302	1	22	.266
N	Based on Median	1.564	1	22	.224
	Based on Median and with adjusted df	1.564	1	19.467	.226
	Based on trimmed mean	1.363	1	22	.256

Sumber: Hasil pengolahan data menggunakan SPSS.26

Media video

Perlakuan melalui media video dengan menggunakan 2 buah video.

Video pertama berjudul “persiapan menghadapi menstruasi pertama kali pada anak remaja putri” dengan durasi 13 menit dari Jurusan Kebidanan Poltekkes Jakarta III.



a. Menstruasi



Menstruasi merupakan siklus alamiah perempuan menjelang dewasa. Siklusnya terjadi selama 3-7 hari dan berulang setiap 21-30 hari, rata-rata 28 hari tapi bisa berbeda di tiap orang.

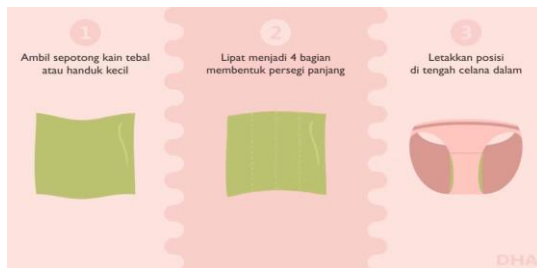
b. Hal-hal yang terjadi saat menstruasi



1. Menstruasi biasanya terjadi satu bulan dalam sebulan.
 2. Terjadinya perubahan fisik dan perilaku.
- c. Cara menggunakan pembalut



- d. Cara membuat pembalut kain yang ramah lingkungan



- e. Pengalaman yang dihadapi saat pertama menstruasi



1. Kram perut

Cara mengatasinya dengan tidur terlentang dan mengompres perutmu dengan air hangat.

2. Pusing

Cara mengatasinya banyak minum air putih dan istirahat yang cukup.

- f. Mitos-mitos yang sering ditemui di lingkungan sekitar tentang menstruasi



1. Larangan keluar rumah

Adanya anggapan bahwa saat menstruasi keadaan tubuh perempuan sedang “kotor” dan dengan keluar rumah akan mengotori tempat yang ia datangi. Padahal anggapan tersebut salah karena tidak ada buktinya.

2. Larangan berolahraga

Anggapan tersebut salah kerana justru dengan berolahraga tubuh menjadi lebih bugar.

3. Larangan berteman dengan laki-laki

Ada anggapan bahwa saat menstruasi sebaiknya dihindarkan dari anak laki-laki, hal tersebut salah mungkin karena takut anak laki-laki mengejek anak perempuan yang sedang menstruasi.

4. Minum soda menstruasi jadi lancar

Hal tersebut salah karena justru dengan minum soda perut akan kembung sebab soda memiliki kandungan gas.

5. Nanas bikin nyeri

Salah karena tidak ada bukti justru nanas memiliki vitamin yang sangat dibutuhkan tubuh.

6. Makan daging darah menjadi bau

Salah, justru tubuh memerlukan zat besi yang terdapat pada daging.

7. Pembalut bisa membuat menjaddi mandul

Salah, pembalut berguna untuk menampung darah menstruasi, jika tidak ada pembalut maka darah akan mengotori pakaian.

8. Membuang pembalut bekas sembarangan bisa diikuti setan

Salah, karena dengan membuang pembalut sembarangan tidak higienis, sebab akan menjadi sumber penyakit dan tidak ada hubungannya dengan setan.

9. Tidak boleh keramas

Salah, justru saat menstruasi harus ekstra menjaga kebersihan tubuh, maka dari itu harus mandi dengan sabun termasuk cuci rambut dengan sampo.

Video kedua berjudul “pengenalan kesehatan reproduksi” dengan durasi 8 menit dari Program Studi Sarjana Kebidanan Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya Malang.



a. Kesehatan reproduksi



Kesehatan reproduksi erat kaitannya dengan pubertas. Pubertas/puber merupakan masa peralihan dari anak-anak menuju dewasa. Ketika puber anak-

anak akan mengalami perubahan. Pada anak perempuan seperti pinggul akan melebar, tumbuh rambut di ketiak dan sekitar kelamin, payudara akan membesar, puting akan menonjol, mengalami menstruasi (haid), serta timbul jerawat. Menstruasi (haid) adalah peristiwa alami yang dialami perempuan yang dimulai dari usia 11-15 tahun, yakni keluarnya darah akibat luruhnya dinding rahim, melalui alat kelamin yang terjadi setiap bulan karena perubahan hormon yang terjadi pada perempuan.

Menstruasi pertama disebut *menarche*. *Menarche* merupakan hal yang penting karena dengan begitu alat reproduksi sudah mulai berfungsi, artinya sudah bisa hamil. Maka satu kali saja mengalami hubungan seksual akan langsung hamil. Lama menstruasi biasanya 5-7 hari dengan siklus 21-35 hari.

b. Pesan untuk anak perempuan



Saat menstruasi mengganti pembalut 4 jam sekali, mengompres dengan air hangat perut saat merasakan nyeri menstruasi, makan makanan yang bergizi saat menstruasi, dan memperbanyak minum air putih.

c. Menjaga kebersihan alat kelamin



Baik laki-laki maupun perempuan sangat dianjurkan menjaga kebersihan alat kelamin, karena untuk menjaga dari hal-hal yang bisa berdampak pada kesehatan diri sendiri, berikut cara menjaga alat kelamin, antara lain:

1. Setelah buang air kecil, cebok dengan air bersih.
2. Menggunakan celana dalam berbahan yang menyerap keringat.
3. Jika terasa gatal/perih, segera sampaikan kepada orangtua.
- d. Cara mencegah pelecehan atau kekerasan seksual



Ketahui bahwa "Tubuhmu adalah milikmu", maka tidak ada orang yang bisa melihat/menyentuh anggota tubuhmu yang bersifat pribadi. Coba untuk teriak dan katakan "Tidak mau!", apabila ada seseorang yang ingin melihat atau menyentuh di area pribadimu, yakni area yang tertutup pakaian dalam misalnya, bibir, dada/payudara, penis/vagina dan bokong. Lari dan teriak minta tolong jika ada seseorang yang ingin melihat atau menyentuh di area pribadimu dan laporkan pada orangtua, dokter, polisi, dan lain-lain.

Beritahu orangtua atau orang yang bisa kamu percayai apabila ada orang yang selalu memberi hadiah, memintamu menyimpan rahasia dan berusaha untuk berduaan saja denganmu, pastikan orangtua/orang dewasa yang kamu percayai untuk mengambil tindakan untuk membantumu, menyimpan nomor telepon orangtua/orang dewasa yang kamu percayai.

PERNYATAAN PERSETUJUAN***Informend Consent***

Saya menyatakan bersedia untuk menjadi responden penelitian dalam keadaan sadar, jujur dan tidak terdapat unsur paksaan dalam penelitian dari:

Nama : Cici Lestari Anggraini

NIM : 1820502026

Judul : Keefektifan Bimbingan Kelompok dengan Media Video
untuk Mengatasi Kecemasan *Menarche* pada Remaja Dusun I, II
dan III Desa Tanjung Atap

Saya bertanggungjawab atas dibuatnya pernyataan ini. Semoga dapat dipergunakan sebagaimana mestinya. Atas perhatiannya saya ucapkan terima kasih.

**Mengetahui,
Peneliti**

**Tanjung Atap, April 2022
Responden**

**CICI LESTARI ANGGRAINI
NIM. 1820502026**

.....

KISI-KISI KUESIONER

DOV	Aspek Kecemasan	Indikator	Sub Indikator	Butir Soal	Respon
Kecemasan adalah perasaan yang timbul karena sesuatu yang tidak menyenangkan yang berasal pikiran akan suatu objek yang tidak jelas dan kadang akan berlebihan pada hal yang tidak diketahui penyebabnya.	Reaksi emosional	Mengetahui perasaan sebagai respon diri	1) Perasaan menyenangkan 2) Sedih 3) Gelisah 4) Takut	1, 2, 5, 6, 7, 8, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 22	1) Sangat Sesuai 2) Sesuai 3) Tidak Sesuai 4) Sangat Tidak Sesuai
	Reaksi kognitif	Mampu berpikir jernih terhadap tuntutan lingkungan	1) Kekhawatiran 2) ketidakteraturan dalam berpikir 3) Bingung.	3, 4, 9, 10, 21, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30,	
	Reaksi fisiologis	Mengetahui respon yang diberikan tubuh	1) Jantung berdebar 2) Perut kram	31, 32, 33, 34	

KUESIONER
KEEFEKTIFAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN MEDIA
VIDEO UNTUK MENGATASI KECEMASAN *MENARCHE* PADA
REMAJA

A. Pengantar

Dengan penyelesaian pada tugas akhir atau skripsi, saya dari jurusan Bimbingan Penyuluhan Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi melakukan penelitian ini sebagai salah satu persyaratan untuk meraih gelar sarjana sosial. Salah satu cara dalam mengumpulkan data penelitian tersebut dengan menyebarkan angket kepada responden. Penelitian ini tidak akan menimbulkan pengaruh bagi kehidupan adik-adik. Penelitian ini juga tidak akan menimbulkan dampak yang merugikan bagi adik-adik selaku responden. Sebab peneliti akan menjamin kerahasiaan dari data adik-adik, sehingga data tersebut hanya akan menjadi keperluan riset dan tidak akan disebarluaskan pada khalayak umum.

Untuk itu, kepada adik-adik untuk mengisi data yang terdapat di dalam angket guna keperluan dari penelitian ini. Atas kerjasama dan kesempatannya saya ucapkan terimakasih.

B. Petunjuk Umum

1. Pada angket ini terdapat 34 pernyataan. Maka sebelum mengisi jawaban sebaiknya mempertimbangkan terlebih dahulu setiap pernyataan yang berkaitan dengan keadaan yang dialami dan berilah jawaban yang tepat dengan pilihanmu.
2. Pertimbangkan setiap pernyataan yang ada, jangan menjawab sesuai dengan contekan lembar angket teman.
3. Angket atau instrumen ini memiliki empat macam pilihan jawaban yang bisa dipilih sesuai dengan keadaan yang ada diri responden. Adapun alternatif pilihan jawaban tersebut, antara lain:
 - a. **STS**: Apabila pernyataannya **Sangat Tidak Sesuai** dengan diri anda

- b. **TS** : Apabila pernyataannya **Tidak Sesuai** dengan diri anda
- c. **S** : Apabila pernyataannya **Sesuai** dengan diri anda
- d. **SS**: Apabila pernyataannya **Sangat Sesuai** dengan diri anda

C. Petunjuk Khusus

Dibawah ini terdapat beberapa pernyataan, pilihlah jawaban dengan memberikan tanda ceklis (√) pada salah satu jawaban yang berada disebelah kanan.

Contoh pengisian jawaban:

NO	PERNYATAAN	STS	TS	S	SS
1	Saya suka membaca buku saat dikelas			√	

..... SELAMAT MENGERJAKAN.....

Nomor Responden : (Diisi peneliti)

Usia : tahun

Menstruasi : a. Belum

b. Sudah

NO.	PERNYATAAN	PILIHAN JAWABAN			
		STS	TS	S	SS
1.	Terjadinya menstruasi merupakan hal yang menakutkan bagi saya				
2.	Datangnya menstruasi pertama tidak membuat saya menjadi takut				
3.	Menurut saya menstruasi akan membuat sayamenjadi tidak bebas, terutama pada saat saya ingin bergerak				
4.	Datangnya menstruasi tidak akan membuat saya menjadi sulit untuk mengerjakan sesuatu, terutama jika saya ingin bergerak				
5.	Saya merasa sedih jika mengalami menstruasi, karena saya takut dijauhi oleh teman saya				
6.	Menurut saya mentruasi pertama itu sangat menyenangkan				
7.	Saya tidak suka jika saya mengalami menstruasi, karena menstruasi akan membuat saya menjadi repot				
8.	Saya merasa senang jika saya mengalami menstruasi, karena saya akan menjadi remaja putri yang dewasa				
9.	saya merasa khawatir jika mengalami menstruasi pertama, karena saya akan kehilangan banyak darah				
10.	Saya tidak khawatir jika saya mendapatkan menstruasi pertama				

11.	Saya merasa takut dengan datangnya menstruasi pertama				
12.	Saya tidak takut datangnya menstruasi pertama				
13.	Saya sering menduga bahwa menstruasi itu menyakitkan, oleh karena itu saya takut mengalami menstruasi pertama				
14.	Saya yakin bahwa menstruasi itu tidak menyakitkan, sehingga saya tidak takut mengalaminya				
15.	Saya takut menghadapi menstruasi pertama, karena kata teman-teman menstruasi itu menyakitkan				
16.	Saya tidak takut menghadapi menstruasi pertama, meskipun kata teman menstruasi itu menyakitkan				
17.	Saya tidak berani melihat darah karena menurut saya darah itu menjijikan dan kotor terutama pada saat menstruasi				
18.	Saya tidak takut melihat darah terutama pada saat menstruasi				
19.	Saat ini saya merasa gelisah, karena saya takut merasakan sakit pada saat menstruasi				
20.	Datangnya menstruasi pertama tidak akan membuat saya merasa gelisah				
21.	Setiap kali membayangkan tentang menstruasi saya merasa tidak tenang, karena saya takut merasakan sakit pada saat menstruasi pertama				
22.	Saya tidak takut merasakan sakit pada saat menstruasi pertama, karena saya tidak pernah membayangkan menstruasi itu merupakan hal yang buruk				
23.	Saya merasa bingung dan tidak tahu harus berbuat apa, apabila saya				

	mengalami menstruasi				
24.	Saya tahu apa yang harus dilakukan pertama kali jika saya mengalami menstruasi				
25.	Saya membayangkan sesuatu yang buruk tentang menstruasi, sehingga membuat saya menjadi takut untuk mengalaminya				
26.	Saya pernah membayangkan menstruasi pertama itu merupakan hal menyakitkan, tetapi saya siap mengalaminya				
27.	Merasakan sakit pada saat menstruasi, akan membuat saya menjadi sulit untuk berpikir				
28.	Rasa sakit pada saat menstruasi tidak akan membuat saya menjadi sulit untuk berpikir				
29.	Setiap kali saya membayangkan tentang menstruasi, perut saya terasa sakit				
30.	Setiap kali saya membayangkan tentang menstruasi, saya tidak merasakan sakit dibagian perut				
31.	Jantung saya berdebar kencang setiap kali membayangkan tentang menstruasi				
32.	Setiap kali saya membayangkan tentang menstruasi, saya merasa biasa saja sehingga tidak membuat jantung saya berdebar kencang				
33.	Perut saya terasa kram setiap kali membayangkan tentang menstruasi				
34.	Membayangkan tentang menstruasi tidak membuat perut saya terasa kram				

Silahkan periksa kembali jawabannya adik-adik. Jangan sampai ada yang terlewat. Terima kasih 😊

**RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN (RPL) BIMBINGAN
KELOMPOK DENGAN MEDIA VIDEO**

Pertemuan Ke-1

A	Komponen Layanan	Layanan dasar
B	Bidang Layanan	Pribadi
C	Topik/Tema Layanan	Kecemasan <i>menarche</i>
D	Fungsi Layanan	Pemahaman dan pencegahan
E	Tujuan Umum	Anggota Kelompok diharapkan memiliki pengetahuan <i>menarche</i> supaya mampu menghadapi menstruasi pertamanya (<i>menarche</i>).
F	Sasaran Layanan	Remaja putri dusun I, II dan III desa Tanjung Atap
G	Materi	a. Bimbingan Kelompok <ol style="list-style-type: none"> 1. Pengertian dan pentingnya bimbingan kelompok 2. Tujuan bimbingan kelompok 3. Proses pelaksanaan bimbingan kelompok 4. Asas-asas bimbingan kelompok b. Media Video <ol style="list-style-type: none"> 1. Pengertian media video 2. Kegunaan media video
H	Metode/Teknik	Visual/melalui video
I	Media/Alat	Pena, buku, laptop/Hp
J	Waktu	2 × 40 menit
K	Tempat Pelaksanaan	Kantor Desa dan rumah
L	Tanggal Pelaksanaan	April 2022
M	Pelaksanaan	
	1. Tahap I: Pembentukan	a. Pemimpin kelompok memberikan salam dan menyapa anggota kelompok. b. Pemimpin kelompok memimpin doa untuk memulai kegiatan. c. Pemimpin kelompok melakukan presensi. d. Pemimpin kelompok menyampaikan pengertian dan pentingnya bimbingan kelompok dan media video. e. Pemimpin kelompok menjelaskan tujuan kegiatan bimbingan kelompok. f. Pemimpin kelompok menjelaskan proses pelaksanaan bimbingan kelompok. g. Pemimpin kelompok menyampaikan asas-asas dalam bimbingan kelompok.

		<ul style="list-style-type: none"> h. Pemimpin kelompok memberikan penjelasan tentang topik yang akan dibicarakan. i. Memulai kegiatan dengan perkenalan antar anggota kelompok dengan permainan (rangkaiannya). j. Menjelaskan langkah-langkah kegiatan, tugas dan tanggung jawab anggota kelompok. k. Menjelaskan kontrak layanan (kesepakatan layanan), yakni akan melakukan kegiatan 2×40 menit selama pelayanan.
	2. Tahap II: Peralihan	<ul style="list-style-type: none"> a. Pemimpin kelompok menjelaskan kembali kegiatan bimbingan kelompok. b. Membina hubungan baik dengan anggota kelompok (menanyakan kabar, kegiatan sebelumnya, <i>ice breaking</i>).
	3. Tahap III: Kegiatan	<ul style="list-style-type: none"> a. Pemimpin kelompok menjelaskan topik bahasan yang telah dipersiapkan, yakni tentang <i>menarche</i> yang disajikan dalam video edukasi. b. Pemimpin kelompok menjelaskan pentingnya <i>menarche</i> tersebut dibahas dalam kelompok. c. Pemimpin kelompok memberikan lembar <i>informend consert</i> beserta angket (<i>pretest</i>) kepada anggota kelompok untuk diisi.
	4. Tahap IV: Pengakhiran	<ul style="list-style-type: none"> a. Pemimpin kelompok mengakhiri kegiatan bimbingan kelompok dengan mengucapkan terima kasih. b. Dilanjutkan dengan doa bersama.
N	Evaluasi	
	1. Evaluasi Proses	<p>Pemimpin kelompok melakukan evaluasi dengan memperhatikan proses yang terjadi:</p> <ul style="list-style-type: none"> a. Melakukan refleksi hasil, setiap anggota kelompok menuliskan di kertas yang sudah disiapkan. b. Mengamati sikap atau antusias anggota kelompok dalam mengikuti kegiatan. c. Mengamati cara anggota kelompok dalam menyampaikan pendapat atau bertanya.

		d. Mengamati cara anggota kelompok dalam memberikan penjelasan terhadap pertanyaan pemimpin kelompok.
	2. Evaluasi Hasil	<p>Evaluasi dengan instrumen yang sudah disiapkan, antara lain:</p> <p>a. Evaluasi tentang suasana pertemuan dengan instrumen: menyenangkan/kurang menyenangkan/tidak menyenangkan.</p> <p>b. Evaluasi terhadap topik yang dibahas: sangat penting/kurang penting/tidak penting.</p> <p>c. Evaluasi terhadap cara pemimpin kelompok dalam menyampaikan materi: mudah dipahami/tidak mudah/sulit dipahami.</p> <p>d. Evaluasi terhadap kegiatan yang diikuti: menarik/kurang menarik/tidak menarik untuk diikuti.</p>

Mengetahui
Kepala Desa Tanjung Atap



Firmansyah, S.Sos.I

Tanjung Atap, April 2022
Peneliti



Cici Lestari Anggraini
NIM. 1820502026

**RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN (RPL) BIMBINGAN
KELOMPOK DENGAN MEDIA VIDEO**

Pertemuan Ke-2, 3 dan 4

A	Komponen Layanan	Layanan dasar
B	Bidang Layanan	Pribadi
C	Topik/Tema Layanan	Kecemasan <i>menarche</i>
D	Fungsi Layanan	Pemahaman dan pencegahan
E	Tujuan Umum	Anggota Kelompok diharapkan memiliki pengetahuan <i>menarche</i> supaya mampu menghadapi menstruasi pertamanya (<i>menarche</i>).
F	Sasaran Layanan	Remaja putri dusun I, II dan III desa Tanjung Atap
G	Materi	<ol style="list-style-type: none"> a. Bimbingan Kelompok dan media video (pengulangan secara singkat) b. <i>Menarche</i> (edukasi video) <ol style="list-style-type: none"> 1) Pengertian <i>menarche</i> 2) Siklus <i>menarche</i> 3) Sebab terjadinya <i>menarche</i> 4) Keluhan selama menstruasi 5) Pembalut dan cara pemakaiannya 6) Menjaga kebersihan alat kelamin 7) Perasaan pertama kali menstruasi
H	Metode/Teknik	Visual/melalui video
I	Media/Alat	Pena, buku, laptop/Hp, video, LCD
J	Waktu	6 × 40 menit
K	Tempat Pelaksanaan	Kantor Desa dan rumah
L	Tanggal Pelaksanaan	April 2022
M	Pelaksanaan	
	1. Tahap I: Pembentukan	<ol style="list-style-type: none"> a. Pemimpin kelompok memberikan salam dan menyapa anggota kelompok. b. Pemimpin kelompok memimpin doa untuk mulai kegiatan. c. Pemimpin kelompok melakukan presensi.
	Tahap II: Peralihan	<ol style="list-style-type: none"> a. Pemimpin kelompok menjelaskan kembali kegiatan bimbingan kelompok. b. Membina hubungan baik dengan anggota kelompok (menanyakan kabar, kegiatan sebelumnya, <i>ice breaking</i>). c. Menanyakan kesiapan setiap anggota kelompok untuk kegiatan lebih lanjut. d. Mengenali suasana apabila anggota

		<p>secara keseluruhan/sebagian belum siap untuk memasuki tahap berikutnya dan mengatasi suasana tersebut.</p> <p>e. Menjelaskan topik yang akan dibahas dalam kelompok.</p> <p>f. Masing-masing anggota kelompok mengumpulkan lembar <i>pretest</i> mereka.</p>
	g. Tahap II: Kegiatan	<p>a. Pemimpin kelompok menjelaskan kembali topik bahasan yang telah dipersiapkan, yakni tentang <i>menarche</i> yang disajikan dalam video edukasi.</p> <p>b. Pemimpin kelompok menjelaskan pentingnya <i>menarche</i> tersebut dibahas dalam kelompok.</p> <p>c. Tanya jawab mengenai <i>menarche</i>.</p> <p>d. Pembahasan topik <i>menarche</i> tersebut secara tuntas.</p> <p>e. Selingan</p> <p>f. Pemimpin kelompok memberikan penegasan kepada anggota kelompok mengenai apa yang harus dilakukan berkenaan dengan topik <i>menarche</i> yang telah dibahas).</p> <p>g. Pemimpin kelompok memberikan lembar angket (<i>posttest</i>) kepada anggota kelompok untuk diisi.</p>
	h. Tahap IV: Pengakhiran	<p>a. Pemimpin kelompok mengakhiri kegiatan bimbingan kelompok dengan mengucapkan terima kasih.</p> <p>b. Dilanjutkan dengan doa bersama.</p>
N	Evaluasi	
	1. Evaluasi Proses	<p>Pemimpin kelompok melakukan evaluasi dengan memperhatikan proses yang terjadi:</p> <p>a. Melakukan refleksi hasil, setiap anggota kelompok menuliskan di kertas yang sudah disiapkan.</p> <p>b. Mengamati sikap atau antusias anggota kelompok dalam mengikuti kegiatan.</p> <p>c. Mengamati cara anggota kelompok dalam menyampaikan pendapat atau bertanya.</p> <p>d. Mengamati cara anggota kelompok dalam memberikan penjelasan terhadap pertanyaan pemimpin</p>

		kelompok.
	2. Evaluasi Hasil	<p>Evaluasi dengan instrumen yang sudah disiapkan, antara lain:</p> <ol style="list-style-type: none"> Evaluasi tentang suasana pertemuan dengan instrumen: menyenangkan/kurang menyenangkan/tidak menyenangkan. Evaluasi terhadap topik yang dibahas: sangat penting/kurang penting/tidak penting. Evaluasi terhadap cara pemimpin kelompok dalam menyampaikan materi: mudah dipahami/tidak mudah/sulit dipahami. Evaluasi terhadap kegiatan yang diikuti: menarik/kurang menarik/tidak menarik untuk diikuti.

Mengetahui
Kepala Desa Tanjung Atap



Firmansyah, S.Sos.I

TanjungAtap, April 2022
Peneliti



Cici Lestari Anggraini
NIM. 1820502026

**RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN (RPL) BIMBINGAN
KELOMPOK DENGAN MEDIA VIDEO**

Pertemuan Ke-5

A	Komponen Layanan	Layanan dasar
B	Bidang Layanan	Pribadi
C	Topik/Tema Layanan	Kecemasan <i>menarche</i>
D	Fungsi Layanan	Pemahaman dan pencegahan
E	Tujuan Umum	Anggota kelompok diharapkan memiliki pengetahuan <i>menarche</i> supaya mampu menghadapi menstruasi pertamanya (<i>menarche</i>).
F	Sasaran Layanan	Remaja putri dusun I, II dan III desa Tanjung Atap
G	Materi	Penutup kegiatan
H	Metode/Teknik	Visual/melalui video
I	Media/Alat	Pena, buku, laptop/Hp, video, LCD
J	Waktu	2 × 40 menit
K	Tempat Pelaksanaan	Kantor Desa dan rumah
L	Tanggal Pelaksanaan	April 2022
M	Pelaksanaan	
	1. Tahap I: Pembentukan	<ul style="list-style-type: none"> a. Pemimpin kelompok memberikan salam dan menyapa anggota kelompok. b. Pemimpin kelompok memimpin doa untuk mulai kegiatan. c. Pemimpin kelompok melakukan presensi.
	2. Tahap II: Peralihan	<ul style="list-style-type: none"> a. Pemimpin kelompok menjelaskan kembali kegiatan bimbingan kelompok. b. Membina hubungan baik dengan anggota kelompok (menanyakan kabar, kegiatan selumnya, <i>ice breaking</i>).
	3. Tahap III: Kegiatan	<ul style="list-style-type: none"> a. Pemimpin kelompok mengulangi kembali topik bahasan yang telah dipelajari selama berlangsungnya kegiatan. b. Tanya jawab mengenai <i>menarche</i>. c. Pemimpin kelompok memberikan penegasan kepada anggota kelompok mengenai apa yang harus dilakukan berkenaan dengan topik <i>menarche</i> yang telah dibahas).
	4. Tahap IV: Pengakhiran	<ul style="list-style-type: none"> a. Pemimpin kelompok menjelaskan bahwa bimbingan kelompok akan berakhir. b. Setiap masing-masing anggota kelompok

		<p>mengungkapkan kesan dan nilai kemajuan yang dicapai.</p> <p>c. Pembahasan apakah kegiatan bimbingan kelompok akan dilanjutkan.</p> <p>d. Masing-masing anggota kelompok menyampaikan pesan dan tanggapan.</p> <p>e. Penyerahan lembar angket (<i>posttest</i>) kegiatan oleh anggota kelompok kepada pemimpin kelompok.</p> <p>f. Pemimpin kelompok mengakhiri kegiatan bimbingan kelompok dengan mengucapkan terima kasih.</p> <p>g. Dilanjutkan dengan doa bersama.</p> <p>h. Perpisahan.</p>
N	Evaluasi	
	1. Evaluasi Proses	<p>Pemimpin kelompok melakukan evaluasi dengan memperhatikan proses yang terjadi:</p> <p>a. Melakukan refleksi hasil, setiap anggota kelompok menuliskan di kertas yang sudah disiapkan.</p> <p>b. Mengamati sikap atau antusias anggota kelompok dalam mengikuti kegiatan.</p> <p>c. Mengamati cara konseli dalam menyampaikan pendapat atau bertanya.</p> <p>d. Mengamati cara anggota kelompok dalam memberikan penjelasan terhadap pertanyaan pemimpin kelompok.</p>
	2. Evaluasi Hasil	<p>Evaluasi dengan instrumen yang sudah disiapkan, antara lain:</p> <p>a. Evaluasi tentang suasana pertemuan dengan instrumen: menyenangkan/kurang menyenangkan/tidak menyenangkan.</p> <p>b. Evaluasi terhadap topik yang dibahas: sangat penting/kurang penting/tidak penting.</p> <p>c. Evaluasi terhadap cara pemimpin kelompok dalam menyampaikan materi: mudah dipahami/tidak mudah/sulit dipahami.</p> <p>d. Evaluasi terhadap kegiatan yang</p>

		diikuti: menarik/kurang menarik/tidak menarik untuk diikuti.
--	--	--

Mengetahui
Kepala Desa Tanjung Atap



Firmansyah, S.Sos.I

TanjungAtap, April 2022
Peneliti



Cici Lestari Anggraini
NIM. 1820502026

LEMBAR KARTU BIMBINGAN DOSEN PEMBIMBING I



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI (UIN) RADEN FATAH
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI

Alamat : Jl. Prof. K. H. Zainal Abidin Fikry Kode Pos : 30126 Kotak Pos 54 Telp. (0711) 353276, Palembang

KARTU BIMBINGAN SKRIPSI

Nama : Cici Lestari Anggraini
NIM : 1820502026
Program Studi : Bimbingan Penyuluhan Islam
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi
Judul Skripsi : Keefektifan Bimbingan Kelompok dengan Media Video
untuk Mengatasi Kecemasan *Menarche* pada Remaja Dusun
I, II dan III Desa Tanjung Atap
Dosen Pembimbing I : Dr. Eni Murdiati, M.Hum

No.	Hari/Tanggal	Komentar	Paraf
01	26-01-22	perbaiki proposal	EF
02	1-2-22	perbaiki daftar isi	EF
03	29-2-22	perbaiki catatan kaki	EF
04	9-3-22	perbaiki Abstrak	EF
05	12-3-22	ACE Bab I s.d III	EF
06	29-5-22	perbaiki lampiran skripsi	EF

07	8/6/22	- praktikum kesimpulan	37
08	28/6/22	- praktikum analisis kuantitatif	37
09	20-06-2022	ACE Bab I & II untuk ujian komprehensif	37
10	4-07-2022	cek persiapan & prodi	37

LEMBAR KARTU BIMBINGAN DOSEN PEMBIMBING II



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI (UIN) RADEN FATAH
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI

Alamat : Jl. Prof. K. H. Zainal Abidin Fikry Kode Pos : 30126 Kotak Pos 54 Telp. (0711) 353276, Palembang

KARTU BIMBINGAN SKRIPSI

Nama : Cici Lestari Anggraini
NIM : 1820502026
Program Studi : Bimbingan Penyuluhan Islam
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi
Judul Skripsi : Keefektifan Bimbingan Kelompok dengan Media Video untuk Mengatasi Kecemasan *Menarche* pada Remaja Dusun I, II dan III Desa Tanjung Atap
Dosen Pembimbing II : Hartika Utami Fitri, M. Pd

No.	Hari/Tanggal	Komentar	Paraf
1	28/1/22	BAB I : revisi format data	
2	31/1/22	BAB II : Aca. Ganti bah. II	
3	2/2/22	BAB III : Aca. n. Lanjut 12ab III	
4	8/3/22	⊖ Bawa DVD + Angkut RPL ⊖ Revisi: asumsi catatan	
5	10/3/22	BAB III ke	
6	23/5/22	BAB IV : Revisi sekuritas dgn RPL aspek - format paragraf ke-3	
7	7/6/22	BAB IV : ket. tabel di TB	

a. 9	27/6/22 29/6/22	BAB 1-A Acc Layer Usaha I-D Cmpd Ujian	Acc 1
---------	--------------------	--	----------

SK Pembimbing

KEPUTUSAN DEKAN FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN FATAH PALEMBANG
NOMOR : 32 TAHUN 2022

TENTANG

PENUNJUKAN PEMBIMBING SKRIPSI STRATA SATU (S.1)
BAGI MAHASISWA TINGKAT AKHIR FAKULTAS DAKWAH
UIN RADEN FATAH PALEMBANG

DENGAN RAHMAT TUHAN YANG MAHA ESA
DEKAN FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
UIN RADEN FATAH PALEMBANG.

- Menimbang : 1. Bahwa untuk mengakhiri Program sarjana (S1) bagi Mahasiswa, maka perlu ditunjuk Tenaga ahli sebagai Pembimbing Utama dan Pembimbing kedua yang bertanggung jawab dalam rangka penyelesaian Skripsi Mahasiswa.
2. Bahwa untuk lancarnya tugas pokok itu, maka perlu dikeluarkan Surat Keputusan Dekan (SKD) tersendiri. Dosen yang ditunjuk dan tercantum dalam SKD ini memenuhi syarat untuk melaksanakan tugas tersebut.
- Mengingat : 1. Undang-undang No. 2 Tahun 1989 tentang sistem Pendidikan Nasional;
2. Peraturan Pemerintah No. 30 Tahun 1990 tentang Pendidikan tinggi;
3. Keputusan Menteri Agama RI No. 53 Tahun 2015 tentang Organisasi dan tata kerja Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang;
4. Keputusan Menteri Agama RI No. 62 tahun 2015 tentang statuta UIN Raden Fatah Palembang;
5. Keputusan Menteri Agama RI No. 27 Tahun 1995 tentang Kurikulum Nasional Program Sarjana (S1) Universitas Islam Negeri;
6. Keputusan Menteri Agama RI No. 232 Tahun 1991 yang telah disempurnakan dengan Keputusan Menteri Agama No. 298 Tahun 1993.

MEMUTUSKAN

MENETAPKAN


Pertama : Menunjuk sdr. : 1. Dr.Eni Mudiati, M.Hum NIP : 19680226 199403 2 006
2. Hartika Utami Fitri, M.Pd NIDN : 201403940

Dosen Fakultas Dakwah UIN Raden Fatah Palembang masing-masing sebagai Pembimbing Utama dan Pembimbing Kedua Skripsi Mahasiswa :

Nama : CICI LESTARI ANGGRAINI
NIM/Jurusan : 1820502026 / BPI
Semester/Tahun : VIII / 2021 - 2022
Judul Skripsi : Keefektifan Bimbingan Kelompok Dengan Media Video Untuk Mengatasi Kecemasan Menarche Pada Remaja Dusun I,II Dan III Desa tanjung Atap.

Kedua : Berdasarkan masa studi tanggal 19 bulan Juni Tahun 2022.
ketiga : Keputusan ini mulai berlaku satu tahun sejak tanggal ditetapkan dan akan ditinjau kembali apabila dikemudian hari ternyata terdapat kekeliruan dalam penetapan ini.

DITETAPKAN DI : PALEMBANG
TANGGAL : 19 - 01 - 2022
REKTOR UIN RADEN FATAH PALEMBANG
DEKAN FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI



Achmad Syarifudin

TEMBUSAN :

1. Rektor UIN Raden Fatah Palembang ;
2. Ketua Jurusan KPI/BPI / Jurnalistik / MD / PMI Fakultas Dakwah UIN - RF Palembang
3. Mahasiswa yang bersangkutan.

SURAT PENELITIAN DARI FAKULTAS



**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI (UIN)
RADEN FATAH PALEMBANG
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI**

Nomor : B.652/Un.09/V.1/PP.00.9/04/2022
Lampiran : -
Hal : Izin Penelitian

06 April 2022

Kepada Yth.
Kepala Desa Tanjung Atap
Kec. Tanjung Batu Kab. Ogan Ilir

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Dalam rangka menyelesaikan penulisan karya ilmiah berupa skripsi/makalah mahasiswa kami;

N a m a : Cici Lestari Anggraini
Smt / Tahun : VIII/2021-2022
NIM / Jurusan : 1820502026 / Bimbingan Penyuluhan Islam
A l a m a t : Jl. Inpres Dusun 1 Desa Tanjung Atap Kec. Tanjung Batu
Kab. Ogan Ilir
Waktu Penelitian : 07 April s.d 21 April, 2022
J u d u l : *Keefektifan Bimbingan Kelompok dengan Media Video Untuk Mengatasi Kecemasan Menarche Pada Remaja Dusun I,II dan III Desa Tanjung Atap*

Sehubungan dengan itu kami mengharapkan bantuan Bapak/Ibu semoga berkenan memberikan izin kepada mahasiswa tersebut untuk melaksanakan penelitian di lingkup wilayah kerja Bapak/Ibu, sehingga memperoleh bahan-bahan yang dibutuhkan untuk kemudian digunakan dalam penyusunan tugas mata kuliah tersebut. Semua bahan dan keterangan yang diperoleh akan digunakan semata-mata untuk perkembangan ilmu pengetahuan dan tidak akan dipublikasikan untuk umum.

Demikian atas bantuan dan kerjasamanya, kami sampaikan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.



Dekan,
UIN
RADEN FATAH
PALEMBANG
Dekan, Amad Syarifudin, S.Ag., MA.
NIP. 197311102000031003



SURAT BALASAN DARI KADES



**PEMERINTAH KABUPATEN OGAN ILIR
KECAMATAN TANJUNG BATU
DESA TANJUNG ATAP**

Sekretariat : Jl. Inpres Dusun I Desa Tanjung Atap Kecamatan Tanjung Batu Kabupaten Ogan Ilir Kode Pos 30664

SURAT IZIN PENELITIAN

Nomor: 140 / 0187 / KD-TA/IV/2022

Menindaklanjuti surat permohonan izin penelitian Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang, Fakultas Dakwah dan Komunikasi nomor : B.652/Un.09/V.1/PP.00.9/04/2022 tertanggal 06 April 2022. Maka selaku Kepala Desa Tanjung Atap Kecamatan Tanjung Batu Kabupaten Ogan Ilir, memberikan izin kepada :

Nama	: CICI LESTARI ANGGRAINI
Smt/Tahun	: VIII/2021-2022
NIM/Jurusan	: 1820502026/ Bimbingan Penyuluhan Islam
Alamat	: Jl. Inpres Dusun I Desa Tanjung Atap Kec. Tanjung Batu Kab. Ogan Ilir
Waktu Penelitian	: 14 April s/d. 6 Mei 2022
Judul	: <i>Keefektifan Bimbingan Kelompok dengan Media Video untuk Mengatasi Kecemasan Menarche pada Remaja Dusun I, II dan III Desa Tanjung Atap</i>

Untuk melakukan penelitian, observasi atau kegiatan lainnya yang berhubungan dengan penyelesaian karya ilmiah berupa skripsi/makalah sebagaimana tersebut di atas.

Demikian surat izin penelitian ini kami berikan untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Tanjung Atap, 14 April 2022

Kepala Desa Tanjung Atap



PRIMANSYAH, S.Sos.I

LEMBAR PLAGIAT

KETERANGAN HASIL CEK PLAGIASI

Nama : Cici Lestari Angraini

NIM : 1820502026

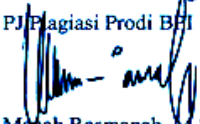
Judul Skripsi : Keefektifan Bimbingan Kelompok Dengan Media Video Untuk Mengatasi Kecemasan Menarche Pada Remaja Dusun I, II dan III Desa Tanjung Atap.

Similarity : 26%

Keterangan : Layak / ~~Tidak Layak~~ Mengikuti Ujian Munaqasyah*

Palembang, 18 Juli 2022

PJ Plagiasi Prodi BPI



Manah Rasmanah, M.Si
NIP. 197205072005012004

* Coret yang tidak perlu


CEK TURNITIN

Feedback Studio - Profile 1 - Microsoft Edge
https://ev.turnitin.com/app/cari/en_us/?lang=en_us&co=1871868862&u=10900312068&s=1

turnitin

Cici Lestari Angraini | KEEFEKTIFAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN M...

KEEFEKTIFAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN MEDIA VIDEO LUTIK MINGGATANI KEPEMILIHAN MANGRUCI PADA REMAJA BISNIS LI DAN HI DESA TANJUNG ATAP



SKRIPSI
Disusun Untuk Menempuh Salah Satu Syarat Guna Menempuh Gelar Sarjana S1 (Sarjana Sosial S. Sos) dalam Ilmu Da'wah dan Komunikasi
Jurusan Bimbingan, Pendidikan Islam

OLEH
CICI LESTARI ANGRAINI
12090301

PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN PSYKOHUMANISAM
FAKULTAS DA'WAH DAN KOMUNIKASI

26

Match Overview

26%

1	repository.radenfatah.a... Internet Source	2%
2	repository.radenfatah.a... Internet Source	2%
3	dakkom.radenfatah.ac.id Internet Source	1%
4	123dok.com Internet Source	1%
5	Fenni Supriadi, 'Pengar... Publication	1%
6	repository.iainkudus.ac... Internet Source	1%
7	www.scribd.com Internet Source	1%

Page: 1 of 119 | Word Count: 18840

Type here to search

Text-Only Report | High Resolution

30°C Cerah 9:45 AM 7/18/2022

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Penulis bernama lengkap Cici Lestari Anggraini dengan judul skripsi “Keefektifan Bimbingan Kelompok dengan media Video untuk Mengatasi Kecemasan *Menarche* pada Remaja Dusun I, II dan III Desa Tanjung Atap”. Penulis merupakan anak pertama dari bapak Husin dan Ibu Martina yang lahir pada tanggal 29 Mei 2000. Pada tahun 2012, penulis lulus di SDN 23 Tanjung Batu, tahun 2015, lulus di SMPN 1 Tanjung Batu, dan pada tahun 2018, penulis lulus di SMAN 1 Tanjung Batu. Setelah itu, penulis melanjutkan menempuh pendidikan di Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang dengan mengambil jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam Fakultas dakwah dan Komunikasi. Selama menempuh perkuliahan di UIN Raden Fatah Palembang, penulis aktif dalam organisasi LPTQ&D sejak tahun 2018.