

**GAMBARAN TINGKAT KECEMASAN PADA REMAJA AWAL YANG  
MENGHADAPI *MENARCHE* STUDI : *LITERATURE REVIEW***

**KARYA TULIS ILMIAH**



**DIAJUKAN OLEH :**

**UMMY MUTDMAINNAH**

**1811102416101**

**PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH KALIMANTAN TIMUR**

**2021**

**Gambaran Tingkat Kecemasan pada Remaja Awal yang menghadapi**

***Menarche Studi: Literature Review***

**Karya Tulis Ilmiah**

Untuk Memenuhi Syarat Memperoleh Gelar Ahli Madya Keperawatan

Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur



**Diajukan Oleh**

**Ummy Mutdmainnah**

**1811102416101**

**Program Studi Diploma III Keperawatan**

**Fakultas Ilmu Keperawan**

**Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur**

**2021**

## SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Umy Mutdmannah

Nim : 1811102416101

Program Studi : D3 Keperawatan

Judul :

### **GAMBARAN TINGKAT KECEMASAN REMAJA AWAL YANG MENGHADAPI *MENARCHE* : LITERATURE REVIEW**

Menyatakan bahwa penelitian yang saya tulis ini benar-benar hasil karya sendiri, bukan merupakan pengambilan alihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri. Apabila dikemudian hari dapat dibuktikan bahwa terdapat plagiat dalam penelitian ini, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai ketentuan perundang-undangan (Permendiknas no 17, tahun 2010).

Samarinda, 26 Juni 2021



Umy Mutdmannah  
NIM :1811102416101

**LEMBAR PERSETUJUAN**

**GAMBARAN TINGKAT KECEMASAN PADA REMAJA  
AWAL YANG MENGHADAPI MENARCHE  
TAHUN 2021**

**DI SUSUN OLEH :**

**UMMY MUTDMAINNAH  
1811102416101**

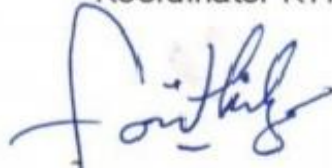
**DI SETUJUI UNTUK DI UJIKAN  
PADA TANGGAL**

**PEMBIMBING**



**Dr. Hj. Nunung Herlina, S.Kp., M.Pd  
NIDK : 8830940017**

**MENGETAHUI  
Koordinator KTI**



**Ns. Faried Rahman Hidayat, S.Kep., M.Kes  
NIDN : 1112068002**

**LEMBAR PENGESAHAN**

**GAMBARAN TINGKAT KECEMASAN PADA REMAJA AWAL  
YANG MENGHADAPI *MENARCHE***

**DI SUSUN OLEH :**

**UMMY MUTDMAINNAH  
1811102416101**

**DISEMINARKAN DAN DIUJIKAN PADA TANGGAL 26 JUNI  
2021**

**Penguji I**



**Ns. Maridi M Dirdjo, M.Kep  
NIDN : 1125037202**

**Penguji II**



**Dr. Hj. Nunung Herlina, S.Kp., M.Pd  
NIDK : 8830940017**

**Mengetahui**

**Ketua Program Studi DIII Keperawatan**



**Ns. Ramdhany Ismahmudi, S.Kep., MPH  
NIDN : 1110087901**

## **MOTTO**

**“Dan jangan kamu berputus asa dari rahmat Allah. Sesungguhnya tiada berputus asa dari rahmat Allah, melainkan kaum yang kafir”**

**(Q.S Yusuf Ayat 87)**

## KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur marilah kita panjatkan kepada Allah SWT karena atas berkat limpahan rahmat, taufik serta hidayahnya sehingga penulis dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah dengan judul “Gambaran tingkat kecemasan pada remaja awal yang menghadapi *menarche*”. Sholawat serta salam penulis ucapkan kepada junjungan nabi kita Muhammad SAW. Karena, berkat suri tauladan beliau, mengantarkan kita semua dari jalan yang gelap gulita menuju ke jalan yang terang benderang seperti saat ini.

Karya Tulis Ilmiah ini di wujudkan dalam rangka syarat tugas akhir mata ajar riset keperawatan pada program studi D III Keperawatan di Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.

Dalam penulisan Karya Tulis Ilmiah ini penulis banyak mendapatkan bimbingan dan dorongan dari berbagai pihak, untuk penulis mengucapkan terima kaih kepada :

1. Bapak Prof. Dr. Bambang Setiadi selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.
2. Ibu Dr. Hj. Nunung Herlina, S. Kp., M.P.d selaku Dekan Fakultas Ilmu Keperawatan sekaligus Pembimbing Karya Tulis Ilmiah
3. Bapak Ns Ramdhany Ismahmudi., S. Kep., MPH selaku ketua Program Studi D3 Ilmu Keperawatan di Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.

4. Bapak Ns. Maridi M. Dirdjo, M.Kep selaku Dekan Fakultas Ilmu Keperawatan sekaligus Penguji Karya Tulis Ilmiah.
5. Ns. Faried Rahman Hidayat, S. Kep., M.Kes sebagai koordinator Karya Tulis Ilmiah.
6. Seluruh staff Dosen Prodi D3 Keperawatan Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.
7. Keluarga tercinta (Bapak dan Ibu), kakak-kakak saya tercinta terima kasih atas segala nasehat, Do'a serta dukungan yang telah di berikan pada saya.
8. Saudara serta sahabat Fauzy Prayogo, Anggi Anggraeni Lestari, Nisa Halimatussa'diyah, Edo Irawan Juwita Anggraini, Marisa, Lilis Endang Puspita Sari, Rahayu Minarti, Ari Wijianto, Sintha Apriliany, Fadiah Musayyana, Putri Rahayu. Terima Kasih selama ini telah menjadi saudara dan sahabat yang selalu memberikan nasehat serta motivasi yang baik, Semoga kita semua selalu dalam lindungan Allah SWT.
9. Seluruh teman-teman DIII Keperawatan Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur. Terima kasih atas segala kebersamaan, Semoga kita semua menjadi orang yang bermanfaat serta sukses dunia dan akhirat, Amin.

Semoga Allah SWT memberikan ilmu yang bermanfaat bagi kita semua dan kesehatan jasmani dan rohani. Penulis telah berusaha semaksimal mungkin dalam menyelesaikan tugas akhir Karya Tulis



Ilmiah ini dengan baik. Untuk itu saran dan kritik yang bersifat membangun sangat diharapkan dan Karya Tulis Ilmiah ini dapat bermanfaat untuk semua pihak dan dapat di pergunakan dengan baik.

Samarinda, 26 Juni 2021

Ummu Mutdmannah

## **Gambaran Tingkat Kecemasan pada Remaja Awal yang Menghadapi *Menarche*: Literatur Review**

Umyy Mutdmainnah<sup>1</sup> Nunung Herlina<sup>2</sup>

### **INTISARI**

**Latar Belakang:** Salah satu dampak dalam mengalami masa pubertas remaja putri dapat menimbulkan suatu keadaan cemas, mengakibatkan berbagai macam timbulnya gejala patologis, mual, Dismenorea dan sampai terkadang mengakibatkan haid remaja putri tersebut tidak teratur. Konflik batiniah atau gangguan-gangguan lain seperti pusing, remaja putri akan cemas dengan keadaan yang ia rasakan dan belum pernah dirasakan sebelum-sebelumnya.

**Tujuan Penelitian:** penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh penyuluhan menstruasi terhadap kecemasan menghadapi *menarche* remaja putri.

**Metode penelitian:** Dalam karya tulis ilmiah ini, jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian Literature Review/ (*library research*) yang diambil dalam berbagai sumber-sumber jurnal hasil penelitian, jenis instrument yang digunakan dalam penelitian ini ialah jurnal dan buku-buku.

**Hasil Penelitian:** Berdasarkan hasil penelusuran 10 artikel yang digunakan dan didapatkan bahwa pemberian penyuluhan *menarche* pada remaja putri tepatnya diusia 13-16 tahun dapat mengurangi rasa cemas dalam menghadapi *menarche*.hal ini terjadi karena terdapatnya kurang informasi tentang pubertas dan pendidikan kesehatan dari orang tua sendiri. Pendidikan kesehatan merupakan salah satu kegiatan/usaha untuk membantu individu atau kelompok dalam menambah pengetahuan tentang adanya masa *menarche* pada remaja perempuan.

**Kesimpulan:** Berdasarkan pada hasil penelusuran *literature review* dalam beberapa jurnal yang dianalisis ada beberapa jurnal yang berpengaruh positif dalam adanya kegiatan penyuluhan *menarche* terhadap ,meningkatnya kasus kecemasan remaja putrid yang mengalami *menarche*, Sehingga sangat diperlukan dalam pemberian penyuluhan melalui kegiatan penkes reproduksi remaja tentang *menarche* pada remaja putri dan alangkah baiknya memasukan mata pelajaran BK atau mungkin siswi disarankan untuk menggali informasi melalui buku-buku perpustakaan yang disediakan/orang tua sendiri yang memberi ajaran tentang *menarche* sehingga mereka (remaja putri) dapat memahami yang sedang mereka alami dimasa yang akan datang pada umumnya bagi perempuan dengan adanya perubahan fisiologi dan lain-lain dengan baik.

**Kata Kunci :** Menstruasi, Kecemasan, *Menarche*, Remaja Putri

---

<sup>1</sup> Mahasiswa Program Studi DIII Keperawatan Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

<sup>2</sup> Dosen Pembimbing Program Studi DIII Keperawatan Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

**An Overview of the Level of Anxiety in Early Adolescent Who Face Menarche  
Studi: Literature Review**

Ummy Mutdmannah<sup>1</sup> Nunung Herlina<sup>2</sup>

**ABSTRACT**

**Background:** One of the effects of experiencing puberty in adolescent girls can cause an anxious state, resulting in various kinds of pathological symptoms, nausea, dismenhorea and sometimes resulting in irregular menstruation. Inner conflicts or other disorders such as dizziness, young women will be anxious about the situation they feel and have never felt before.

**Research Objectives:** This study aims to analyze the effect of menstrual counseling on anxiety facing menarche in adolescent girls.

**Research method:** In this scientific paper, the type of research used is LR/ (library reearch). Taken in various sources of research journals, the types of instruments used in this study are journals and books.

**Research result:** Based on the result of the search for 10 articles used, it was found that the provision of menarche counseling to adolescent girls was at the age of 13-16 years. Can reduce anxiety in dealing with anxiety in the face of menarche can occur due to lack of information about puberty and health education from parents themselves. Penkes is one of the activities/ efforts to help individuals or groups in increasing knowledge about the existence of menarche in adolescent girls.

**Conclusion:** Based on the results of a Literature review search in several journals analyzed, there are several journals that have a positive effect on the existence of menarche counseling activities on the increasing anxiety cases of adolescent girls who experience menarche. So that it is very necessary in providing counseling throught adolescent reproductive health education activities about menarche. In adolescent girls and it would be nice to include BK subjects or maybe students are advised to dig up information throught library books provided/ parents themselves teach about menarche so that they (teenangers) can understand what they are going through in the future in general for women with physiological changes and others well.

**Keywords :** Menstruation, Anxiety, Menarche, Teenage Girl

---

<sup>1</sup>Student of DII Nursing Study Program at Muhammadiyah University of East Kalimantan

<sup>2</sup>Supervising Lecturer For The DIII Nursing Study Program at the Muhammadiyah University Of East Kalimantan

## DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	
HALAMAN JUDUL.....	2
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN.....	ii
LEMBAR PERSETUJUAN.....	iii
LEMBAR PENGESAHAN.....	iv
MOTTO .....	6
KATA PENGANTAR .....	7
INTISARI .....	10
ABSTRACT .....	11
DAFTAR ISI.....	12
DAFTAR TABEL.....	14
DAFTAR GAMBAR.....	15
DAFTAR LAMPIRAN .....	16
BAB I PENDAHULUAN.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
A. Latar Belakang.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
B. Rumusan Masalah .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
C. Tujuan Penelitian .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
D. Manfaat Penelitian .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>

BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....**Error! Bookmark not defined.**

A. Telaah Pustaka .....**Error! Bookmark not defined.**

B. Kerangka Teori .....**Error! Bookmark not defined.**

BAB III METODE PENELITIAN.....**Error! Bookmark not defined.**

A. Pencarian literatur .....**Error! Bookmark not defined.**

B. Kriteria Inklusi .....**Error! Bookmark not defined.**

C. Seleksi Studi dan Penilaian Kualitas ..... **Error! Bookmark not defined.**

BAB IV HASIL DAN ANALISIS .....**Error! Bookmark not defined.**

A. Hasil dan Analisis.....**Error! Bookmark not defined.**

B. Pembahasan.....**Error! Bookmark not defined.**

BAB V PENUTUP .....**Error! Bookmark not defined.**

A. Kesimpulan .....**Error! Bookmark not defined.**

B. Saran .....**Error! Bookmark not defined.**

DAFTAR PUSTAKA.....**Error! Bookmark not defined.**

LAMPIRAN

## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Kriteria Inklusi .....	16
Tabel 4.1 Hasil dan Analisis.....	23

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Teori .....	14
Gambar 3.1 Flow Diagram.....	17

## **DAFTAR LAMPIRAN**

Lampiran 1 Lembar Biodata Peneliti

Lampiran 2 Jurnal Literature Review

Lampiran 3 Surat Keterangan Literature Review

Lampiran 4 Lembar Konsultasi

Lampiran 5 Lembar Hasil Uji Plagiasi