

**KARYA TULIS ILMIAH**  
**GAMBARAN TINGKAT KECEMASAN REMAJA PUTRI**  
**SAAT MENGALAMI *MENARCHE* DI SEKOLAH DASAR**  
**MUHAMMADIYAH 1 DENPASAR**



**Oleh :**

**SHINDY NOVITA**  
**NIM.P07120120044**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA**  
**POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR**  
**JURUSAN KEPERAWATAN**  
**DENPASAR**  
**2023**

**KARYA TULIS ILMIAH**  
**GAMBARAN TINGKAT KECEMASAN REMAJA PUTRI**  
**SAAT MENGALAMI *MENARCHE* DI SEKOLAH DASAR**  
**MUHAMMADIYAH 1 DENPASAR**

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Ahli  
Madya Keperawatan Pada Program Studi D III Keperawatan  
Poltekkes Kemenkes Denpasar



Oleh:  
**SHINDY NOVITA**  
**NIM. P07120120044**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA**  
**POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR**  
**JURUSAN KEPERAWATAN**  
**DENPASAR**  
**2023**

**LEMBAR PERSETUJUAN  
KARYA TULIS ILMIAH**

**GAMBARAN TINGKAT KECEMASAN REMAJA PUTRI  
SAAT MENGALAMI *MENARCHE* DI SEKOLAH DASAR  
MUHAMMADIYAH 1  
DENPASAR**

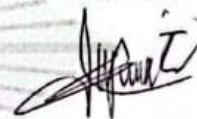
Oleh :

**SHINDY NOVITA**  
**NIM. P07120120044**

**TELAH MENDAPATKAN PERSETUJUAN**

Pembimbing Utama

Pembimbing Pendamping




Ni Nyoman Hartati, S.Kep.,Ns.,M.Biomed  
NIP. 196211081982122001

Dra. I.D.A. Ketut Surinati, S.Kep., Ns., M.Kes  
NIP. 196412311985032010

**MENGETAHUI**

**KETUA JURUSAN KEPERAWATAN  
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR**



Ners. I Made Sukarja, S.Kep.M.Kep  
NIP. 196812311992031020



**LEMBAR PENGESAHAN  
KARYA TULIS ILMIAH**

**GAMBARAN TINGKAT KECEMASAN REMAJA PUTRI  
SAAT MENGALAMI *MENARCHE* DI SEKOLAH DASAR  
MUHAMMADIYAH 1 DENPASAR**

Oleh :

**SHINDY NOVITA**  
**NIM. P07120120044**

**TELAH DIUJI DI HADAPAN TIM PENGUJI  
PADA HARI : SELASA  
TANGGAL : 16 MEI 2023**

**TIM PENGUJI :**

1. Nengah Runiari, S.Kp., S.Pd., M.Kep., Sp.Mat. (Ketua) (.....)  
NIP. 197202191994012001
2. Dr. Drs. IDM Ruspawan, S.Kp., M.Biomed (Anggota) (.....)  
NIP. 196005151982121001
3. I Gusti Ayu Harini, SKM., M.Kes (Anggota) (.....)  
NIP. 196412311985032011



**MENGETAHUI  
KETUA JURUSAN KEPERAWATAN  
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR**



**Ners. I Made Sukarja, S.Kep.M.Kep**  
**NIP. 196812311992031020**

**DESCRIPTION OF ADOLESCENT LEVELS OF ANXIETY WHEN  
EXPERIENCED MENARCHE AT MUHAMMADIYAH 1 DENPASAR  
ELEMENTARY SCHOOL**

**ABSTRACT**

*Adolescence is a period of change from childhood to adulthood, physiological changes in young women are marked by menarche. There are several factors that can influence anxiety in facing menarche, namely cognitive factors, learning process factors, and psychological factors. The purpose of this study was to determine the level of anxiety of young women when experiencing menarche at Muhammadiyah 1 Denpasar Elementary School. The number of samples in this study was 60 young female students. This type of research is descriptive with a cross-sectional approach. Sampling using the Non-Probability Sampling technique with the Total Sampling method. The measuring tool used in this study was the HARS (Hamilton Anxiety Rating Scale) questionnaire. The results showed that of the 60 respondents, the majority of respondents were in the category of severe anxiety levels as many as 31 respondents (51.7%), very severe anxiety as many as 14 respondents (23.3%), moderate anxiety as many as 11 respondents (18.3%), mild anxiety as many as 4 respondents (6.7%). For this reason, it is hoped that young women can control their anxiety well, especially when experiencing menstruation for the first time by getting enough rest and staying relaxed.*

**Keywords :** *Menarche, Anxiety, Teenagers*

# **GAMBARAN TINGKAT KECEMASAN REMAJA PUTRI SAAT MENGALAMI *MENARCHE* DI SEKOLAH DASAR MUHAMMADIYAH 1 DENPASAR**

## **ABSTRAK**

Remaja merupakan masa perubahan dari masa kanak-kanak menuju dewasa, perubahan fisiologis remaja putri ditandai dengan adanya *menarche*. *Menarche* akan berdampak pada prestasi belajar yang disebabkan oleh konsentrasi yang menurun akibat kecemasan pada saat *menarche*. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat kecemasan remaja putri saat mengalami *menarche* di Sekolah Dasar Muhammadiyah 1 Denpasar. Jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 60 siswi remaja putri. Jenis penelitian ini adalah deskriptif dengan pendekatan *cross sectional*. Pengambilan sampel menggunakan teknik *Non Probability Sampling* dengan metode Total Sampling. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini yaitu kuesioner HARS (*Hamilton Anxiety Rating Scale*). Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 60 responden, mayoritas responden berada pada kategori tingkat kecemasan berat sebanyak 31 responden (51,7%), kecemasan berat sekali sebanyak 14 responden (23,3%), kecemasan sedang sebanyak 11 responden (18,3%), kecemasan ringan sebanyak 4 responden (6,7%). Untuk itu diharapkan remaja putri dapat mengendalikan kecemasannya dengan baik khususnya pada saat mengalami menstruasi pertama kali dengan cara beristirahat dengan cukup dan tetap rileks.

**Kata kunci** : Menarche, Kecemasan, Remaja Putri

## RINGKASAN PENELITIAN

### GAMBARAN TINGKAT KECEMASAN REMAJA PUTRI SAAT MENGALAMI *MENARCHE* DI SEKOLAH DASAR MUHAMMADIYAH 1 DENPASAR

Oleh : Shindy Novita

*Menarche* merupakan masa menstruasi pertama yang ditandai dengan beranjaknya perubahan secara fisiologis yang mencakup perubahan fisik dan mental. Pada periode waktu sebelum *menarche* akan terjadi masa yang dinamakan *premenarche*. Kecemasan dalam menghadapi *menarche* yaitu keadaan dimana suasana perasaan (*mood*) yang ditandai dengan ketegangan fisik, kekhawatiran dan beranggapan bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi pada saat *menarche*. Terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi kecemasan dalam menghadapi *menarche* yaitu faktor kognitif, faktor proses belajar, dan faktor psikologis

Penelitian ini dilatar belakangi oleh banyak faktor yang akan berpengaruh pada kecemasan saat mengalami *menarche* yaitu usia remaja putri yang belum siap, kurangnya pengetahuan dan pengalaman pada saat mengalami *menarche* sehingga remaja putri berisiko mengalami kecemasan. Kecemasan pada saat mengalami *menarche* secara terus-menerus akan berakibat siswi mengalami depresi. Kecemasan *menarche* akan berdampak pada kinerja belajar yang diakibatkan oleh konsentrasi yang menurun akibat kecemasan pada saat *menarche*.

Tujuan penelitian ini yaitu guna mengetahui tingkat kecemasan remaja putri saat mengalami *menarche* di Sekolah Dasar Muhammadiyah 1 Denpasar. Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu penelitian kuantitatif dengan desain penelitian deskriptif menggunakan metode cross sectional. Populasi dalam penelitian ini adalah sebanyak 60 responden sehingga dalam penentuan sampel menggunakan total sampel. Instrumen dalam penelitian ini menggunakan kuesioner yang disebarakan melalui whatsapp group, pengisian kuesioner dilakukan melalui google form, skala pengukuran yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan skala likert.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat kecemasan remaja putri saat mengalami *menarche* di Sekolah Dasar Muhammadiyah 1 Denpasar didapati data yaitu sebagian besar responden berada pada kategori tingkat kecemasan berat sebanyak 31 responden (51,7%), mengalami kecemasan berat sekali sebanyak 23,3% responden, kecemasan sedang sebanyak 11 responden (18,3%), kecemasan ringan sebanyak 4 responden (6,7%). Berlandaskan pada karakteristik usia, sebagian besar responden berusia 12 tahun sebanyak 34 responden (56,7%) dengan kategori kecemasan ringan 4 responden (6,7%), mengalami kecemasan sedang sebanyak 11 responden (18,3%), mengalami kecemasan berat sebanyak 20 responden (33,3%), mengalami kecemasan berat sekali sebanyak 6 responden (10,0%). Berdasarkan pada karakteristik tingkat kelas, sebagian besar responden berada dari kelas 6 sebanyak 42 responden (70,0%) dengan kategori kecemasan ringan sebanyak 3 responden (5,0%), mengalami kecemasan sedang sebanyak 7 responden (11,7%), mengalami kecemasan berat sebanyak 23 responden (38,3%), mengalami kecemasan berat sekali sebanyak 9 responden (15,0%).



## KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa, karena atas karunia-Nya peneliti dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah dengan judul “Gambaran Tingkat Kecemasan Remaja Putri Saat Mengalami *Menarche* di Sekolah Dasar Muhammadiyah 1 Denpasar” tepat pada waktunya dan sesuai dengan harapan.

Penulisan karya tulis ilmiah ini dapat terselesaikan bukanlah semata-mata atas usaha sendiri melainkan berkat dorongan dan bantuan dari berbagai pihak, untuk itu melalui kesempatan ini peneliti mengucapkan terima kasih kepada :

1. Ibu Dr. Sri Rahayu, S.Kp., Ns., S.Tr.Keb, M.Kes selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Denpasar yang telah memberikan kesempatan menempuh program Pendidikan D-III Keperawatan Poltekkes Kemenkes Denpasar.
2. Kepala Sekolah SD Muhammadiyah 1 Denpasar beserta pegawai yang bertugas, yang telah banyak membantu peneliti dan telah memberikan izin untuk melakukan penelitian ini.
3. Bapak Ners. I Made Sukarja, S.Kep., M.Kep, selaku Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Denpasar yang telah memberikan kesempatan dalam menyelesaikan karya tulis ilmiah ini.
4. Bapak I Nengah Sumirta, SST, M.Kes, selaku Ketua Program Studi D-III Keperawatan Poltekkes Kemenkes Denpasar yang telah memberikan kesempatan dalam menyelesaikan karya tulis ilmiah ini.
5. Ibu Ni Nyoman Hartati, S.Kep., Ns., M.Biomed, selaku pembimbing utama yang telah menyempatkan banyak waktu untuk memberikan masukan, pengetahuan dan bimbingan dalam menyelesaikan karya tulis ilmiah ini.

6. Ibu Dra. I Dewa Ayu Ketut Surinati, S.Kep., Ns., M.Kes, selaku pembimbing pendamping yang telah menyempatkan banyak waktu untuk memberikan masukan, pengetahuan dan bimbingan dalam menyelesaikan karya tulis ilmiah ini.
7. Ibu dan bapak dosen penguji yang sudah berkenan menjadi penguji dalam karya tulis ilmiah ini, serta memberikan masukan dan saran demi kesempurnaan karya tulis ilmiah ini.
8. Seluruh dosen yang telah terlibat dalam pengajaran riset keperawatan yang telah memberikan ilmunya kepada kami, sehingga peneliti dapat menyusun karya tulis ilmiah ini dengan baik.
9. Kedua orang tua, kerabat dan teman-teman peneliti yang telah memberikan masukan dan dorongan moral maupun material.
10. Semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan karya tulis ilmiah ini yang tidak dapat disebutkan satu persatu.

Peneliti mengharapkan kritik dan saran yang membangun guna menyempurnakan karya tulis ilmiah ini. Akhir kata, semoga karya tulis ilmiah ini dapat bermanfaat bagi kita semua.

Denpasar, Mei 2023



Peneliti

## DAFTAR ISI

HALAMAN SAMBUT	
HALAMAN JUDUL.....	ii
LEMBAR PERSETUJUAN.....	iii
LEMBAR PENGESAHAN .....	iv
<i>ABSTRACT</i> .....	v
ABSTRAK.....	vi
RINGKASAN PENELITIAN.....	vii
KATA PENGANTAR .....	ix
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan Penelitian .....	4
1. Tujuan umum.....	4
2. Tujuan khusus .....	4
D. Manfaat Penelitian .....	5
1. Manfaat teoritis .....	5
2. Manfaat praktis .....	5
BAB II TINJAUAN TEORI	
A. Konsep Menarche .....	6
1. Definisi Menarche.....	6
2. Klasifikasi Menarche .....	7
3. Faktor Pencetus Terjadinya Menarche.....	8
B. Konsep Menstruasi .....	8
1. Definisi Menstruasi.....	8
2. Fisiologi Menstruasi.....	9
C. Konsep Kecemasan.....	10
1. Definisi Kecemasan .....	10
2. Faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan.....	12
3. Pengukuran Kecemasan .....	14
D. Konsep Remaja.....	15

1. Definisi Remaja .....	15
2. Klasifikasi Remaja .....	16
<b>BAB III KERANGKA KONSEP</b>	
A. Kerangka Konsep.....	18
B. Variabel dan Definisi Operasional Variabel.....	20
1. Variabel.....	20
2. Definisi Operasional Variabel.....	20
<b>BAB IV METODE PENELITIAN</b>	
A. Jenis Penelitian .....	22
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	22
C. Populasi dan Sampel Penelitian.....	22
1. Populasi Penelitian.....	22
2. Sampel Penelitian.....	23
3. Jumlah dan Besar Sampel .....	23
4. Teknik Sampling.....	24
D. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data.....	24
1. Jenis data.....	24
2. Teknik pengumpulan data.....	24
3. Instrumen penelitian.....	26
E. Pengolahan dan Analisis Data .....	28
1. Teknik pengolahan data .....	28
2. Analisis Data.....	29
F. Etika Penelitian.....	30
<b>BAB V HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Hasil Penelitian .....	32
1. Kondisi Lokasi Penelitian.....	32
2. Karakteristik Responden.....	33
3. Hasil pengamatan Terhadap Subjek Penelitian Berdasarkan Variabel Penelitian.....	34
4. Gambaran Tingkat Kecemasan Remaja Putri Saat Mengalami Menarche Di Sekolah Dasar Muhammadiyah 1 Denpasar Berdasarkan Karakteristik Responden .....	35
B. Pembahasan .....	36
1. Karakteristik Responden.....	36

2. Tingkat Kecemasan Remaja Putri Saat Mengalami Menarche .....	39
C. Keterbatasan Penelitian .....	41
BAB VI SIMPULAN DAN SARAN	
A. Simpulan .....	42
B. Saran .....	42
DAFTAR PUSTAKA .....	42
LAMPIRAN	

## DAFTAR TABEL

Tabel 1	Definisi Operasional Variabel Tingkat Kecemasan Remaja Putri Saat Mengalami Menarche Di SD Muhammadiyah 1 Denpasar .....	21
Tabel 2	Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia .....	33
Tabel 3	Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Kelas .....	34
Tabel 4	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Kecemasan .....	21
Tabel 5	Gambaran Tingkat Kecemasan Remaja Putri Berdasarkan Usia.....	35
Tabel 6	Gambaran Tingkat Kecemasan Remaja Putri Berdasarkan Kelas .....	36



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Jadwal Kegiatan Penelitian.....	48
Lampiran 2 Realisasi Anggaran Penelitian .....	49
Lampiran 3 Lembar Permohonan Menjadi Responden .....	50
Lampiran 4 Lembar Persetujuan Responden .....	51
Lampiran 5 Informed Consent .....	52
Lampiran 6 Kisi-Kisi Kuisisioner.....	54
Lampiran 7 Kuisisioner Tingkat Kecemasan.....	55
Lampiran 8 Hasil Pengolahan Data SPSS .....	59
Lampiran 9 Master Tabel .....	62
Lampiran 10 Surat Ijin Studi Pendahuluan .....	65
Lampiran 11 Surat Ijin Uji Validitas dan Reabilitas.....	66
Lampiran 12 Hasil Uji Validitas dan Reabilitas .....	67
Lampiran 13 Surat Ijin Penelitian .....	68
Lampiran 14 Surat Pemberian Ijin Penelitian .....	69
Lampiran 15 Lembar Persetujuan Etik .....	70
Lampiran 16 Bukti Penyelesaian Administrasi.....	71
Lampiran 17 Validasi Bimbingan Dosen.....	72
Lampiran 19 Hasil Turnitin.....	73