

KARYA TULIS ILMIAH

***LITERATURE REVIEW* : GAMBARAN PENGETAHUAN
TENTANG KESIAPAN DIRI DALAM MENGHADAPI
MENARCHE**



ERMINA BR SITEPU

P07520117069

**POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MEDAN
JURUSAN KEPERAWATAN PRODI D-III
TAHUN 2020**

KARYA TULIS ILMIAH

***LITERATURE REVIEW* : GAMBARAN PENGETAHUAN
TENTANG KESIAPAN DIRI DALAM MENGHADAPI
MENARCHE**

Sebagai Syarat Menyelesaikan Pendidikan Program Studi
Diploma III



ERMINA BR SITEPU

P07520117069

**POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MEDAN
JURUSAN KEPERAWATAN PRODI D-III
TAHUN 2020**

LEMBAR PERSETUJUAN

**JUDUL : GAMBARAN PENGETAHUAN TENTANG KESIAPAN
DIRI DALAM MENGHADAPI MENARCHE**
NAMA : ERMINA BR SITEPU
NIM : P07520117069

Telah Diterima dan Disetujui Untuk Diseminarkan Dihadapan Penguji

Medan, Juni 2020

Menyetujui

Pembimbing

Dina Indasita, SST, M.Kes

NIP 196503011989032001

Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan

Kementerian Kesehatan Medan

Johani Dewita Nasution, SKM, M.Kes

NIP. 196505121999032001

LEMBAR PENGESAHAN

**JUDUL : GAMBARAN PENGETAHUAN TENTANG KESIAPAN
DIRI DALAM MENGHADAPI MENARCHE**
NAMA : ERMINA BR SITEPU
NIM : P07520117069

Karya Tulis Ilmiah ini Telah Diuji pada Sidang Ujian Akhir Program
Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes

Medan, Juni 2020

Menyetujui

Penguji I

Penguji II

(Tiurlan M Doloksaribu, M.Kep)

NIP: 197701062002122003

(Yufdel, S.Kep.,Ns.,M.Kes)

NIP:196406251990032002

Ketua Penguji

I

(Dina Indarsita, SST, M.Kes)

NIP. 196501031989032001

**Ketua Jurusan Keperawatan
Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan**

(Johani Dewita Nasution, SKM, M.Kes)

NIP. 196505121999032001

POLITEKNIK KEMENKES MEDAN

JURUSAN KEPERAWATAN

MEDAN, Mei 2020

Ermina Br Sitepu

Gambaran Pengetahuan Tentang Kesiapan Diri Dalam Menghadapi Menarche

viii+ 32 halaman, 2 tabel,

ABSTRAK

Menarche merupakan menstruasi pertama yang biasa terjadi dalam rentan usia 10-16 tahun atau pada masa awal remaja di tengah masa pubertas sebelum memasuki masa reproduksi. Menstruasi adalah perdarahan periodik dan siklik dari uterus disertai pengelupasan (deskuamasi) endometrium. Menarche merupakan pertanda adanya suatu perubahan lain seperti pertumbuhan payudara, pertumbuhan rambut ketiak dan rambut pubis serta bentuk tubuh menjadi bentuk tubuh wanita yang ideal. Tujuan penelitian ini adalah Untuk mengetahui gambaran pengetahuan tentang kesiapan diri dalam menghadapi menarche dengan menggunakan metode studi literature dengan mengumpulkan data-data yang terkait dari hasil penelitian, melakukan kajian pustaka dari jurnal-jurnal nasional yang terindeks. Hasil penelitian yang diperoleh dari lima jurnal yakni adanya gambaran pengetahuan tentang kesiapan diri dalam menghadapi menarche adalah baik antara 19,5% sampai 75,2%. Kesimpulan yang diperoleh adalah dari hasil review literature terhadap 5 jurnal dapat disimpulkan bahwa responden yang memiliki pengetahuan yang baik paling tinggi yaitu 75,2% dan responden yang memiliki pengetahuan cukup paling tinggi yaitu 47,6% dan responden yang memiliki pengetahuan kurang paling tinggi yaitu 32,9%. Sehingga pengetahuan tentang kesiapan diri dalam menghadapi menarche sangat penting untuk dipahami dan dapat menjadi pengetahuan yang belum mengalami menarche

Kata Kunci :Pengetahuan, Kesiapan Menghadapi Menarche, Menarche

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah yang berjudul **“LITERATURE REVIEW : “Gambaran Pengetahuan Tentang Kesiapan Diri Dalam Menghadapi Menarche”**.

Pada kesempatan ini peneliti menyampaikan ucapan terima kasih kepada ibu **Dina Indarsita, SST,M.Kes** selaku dosen pembimbing yang telah banyak memberikan bimbingan, dukungan, dan arahan kepada penulis sehingga karya tulis ilmiah ini dapat diselesaikan.

Peneliti juga mengucapkan terimakasih kepada sebesar-besarnya kepada :

1. Ibu Dra. Ida Nurhayati, M.Kes selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan.
2. Ibu Johani Dewita Nasution, SKM.,M.Kes selaku Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan.
3. Ibu Afniwati, S.Kep., Ns., M.Kes selaku Ketua Prodi DIII Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan.
4. Ibu Dina Indarsita, SST,M.Kes selaku ketua Penguji dan ibu Tiurlan Mariasima Doloksaribu, S.Kep, Ns, M.Kep selaku penguji I
5. Para dosen dan seluruh staf di Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan yang telah membimbing dan mengajari penulis selama menjalani masa pendidikan.
6. Teristimewa untuk ayah saya Asil Sitepu dan ibu saya Indrawati Br Ginting yang saya cintai, serta abang dan kakak saya Ramona dan Irma yang telah banyak memberikan dorongan kepada peneliti baik moral, spiritual, dan material dalam menyusun penelitian ini.
7. Untuk teman satu bimbingan saya Boima, Sartika dan Maria Octafiani, terima kasih untuk kekompakan dan kebersamaannya selama penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini
8. Untuk teman-teman angkatan XXXI D-III Keperawatan yang selalu mendukung, memotivasi, dan memberi semangat dalam menyelesaikan perkuliahan serta bersama-sama menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah.

Peneliti menyadari bahwa dalam penulisan penelitian ini banyak kekurangan dan jauh dari kesempurnaan, baik dari segi penulisan maupun dari tata bahasanya. Maka dengan segala kerendahan hati peneliti mengharapkan saran dan kritik serta masukan dari semua pihak demi kesempurnaan penelitian ini.

Semoga bantuan, bimbingan, dan arahan yang telah diberikan kepada peneliti mendapatkan balasan dari Tuhan Yang Maha Esa. Harapan peneliti, semoga Karya Tulis Ilmiah ini dapat bermanfaat untuk meningkatkan dan mengembangkan profesi keperawatan.

Medan, Juni 2020

Peneliti

Ermina Br Sitepu

P07520117069

DAFTAR TABEL

Tabel 4.1 Hasil Jurnal	16
Tabel 4.2 Pembahas.....	22

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
ABSTRAK	iii
KATA PENGANTAR	iv
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR ISI	viii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	2
1.3 Tujuan Penelitian.....	2
1. Tujuan Umum	2
2. Tujuan Khusus.....	2
1.4 Manfaat Penelitian	3
BAB II TINJAUAN TEORI	5
2.1 Pengetahuan.....	5
2.1.1 Pengertian Pengetahuan	5
2.1.2 Tingkat Pengetahuan	5
2.1.3 Cara Memperoleh Pengetahuan	5
2.1.4 Kriteria Tingkat Pengetahuan.....	6
2.2 Kesiapan Menghadapi Menarche	6
2.2.1 Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Kesiapan Anak	8
2.2.2 Tanda-tanda psikologis seseorang siap menghadapi.....	9
2.2.3 Kriteria Tingkat Kesiapan	10
2.3 Menarche	10
2.3.1 Pengertian Menarche	10
2.3.2 Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Menarche.....	10
2.4 Gangguan Saat Menarche	12
2.4.1 Tanda-tanda PMS.....	12
2.4.2 Gejala Menarche	13

2.5 Kerangka Konsep.....	14
BAB III METODE PENELITIAN.....	15
3.1. Jenis Penelitian dan Desain Penelitian	15
3.1.2 Jenis Penelitian.....	15
3.1.3 Desain Penelitian	15
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	16
4.1 Hasil Jurnal	16
4.2 Pembahasan.....	22
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	25
5.1 Kesimpulan	25
5.2 Saran	25
DAFTAR PUSTAKA.....	26

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Menarche merupakan menstruasi pertama yang biasa terjadi dalam rentan usia 10-16 tahun atau pada masa awal remaja di tengah masa pubertas sebelum memasuki masa reproduksi. Menstruasi adalah perdarahan periodik dan siklik dari uterus disertai pengelupasan (deskuamasi) endometrium. Menarche merupakan pertanda adanya suatu perubahan lain seperti pertumbuhan payudara, pertumbuhan rambut ketiak dan rambut pubis serta bentuk tubuh menjadi bentuk tubuh wanita yang ideal.

Berdasarkan Riskesdas tahun 2014 angka kejadian menarche di Indonesia rata-rata terjadi pada umur 12-15 tahun dengan prevalensi 60%. Dan menurut Kemenkes 2015 di Provinsi Sumatera Utara sekitar 15,40%. Dan menurut Profil Kesehatan Provinsi Sumatera Utara pada tahun 2013 persentase remaja putri yang mengalami menarche pada usia 15-20 tahun yaitu 29,7%.

Dari Penelitian di Kota Medan berdasarkan data badan pusat statistik (BPS) kota Medan. Pada tahun 2016 menunjukkan bahwa usia rata-rata menarche yaitu 9 tahun (9,5%) sedangkan pada tahun 2017 jumlah wanita sebanyak 90.845 orang sedangkan yang mengalami menarche usia 10-14 tahun (23%) dan pada tahun 2018 yang mengalami menarche (11-13 tahun), yaitu sebanyak 83 orang (51,2%) diikuti wanita yang mengalami menarche tarda, yaitu sebanyak 69 orang (42,6%) dan wanita yang menarche < 11 tahun sebanyak 2 orang (1,2%).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Fazri tahun 2014 di SDN Cemorokandang 01 dan 02 Kota Malang terhadap kesiapan dalam menghadapi menstruasi yang memiliki pengetahuan baik, sebanyak 12 orang (60%) berpengetahuan cukup, sebanyak 6 orang (30%) dan berpengetahuan kurang tentang menstruasi.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Yanti tahun 2014 di SMPN Tidore Kepulauan dari 52 responden berdasarkan tentang menstruasi diperoleh responden dengan pengetahuan baik sebanyak (28,9%) pengetahuan cukup sebanyak (26,9%) dan dengan pengetahuan kurang sebanyak (44,2%).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Nur Putri Jayanti 2011, Kesiapan diri dalam menghadapi menstruasi di SDN 1 Kretek Kecamatan Payangungan Kabupaten Brebes menunjukkan bahwa sebagian besar responden tidak siap dalam menghadapi menstruasi yaitu sebesar 48 anak (92,30%), sedangkan sebagian kecil adalah siap dalam menghadapi menstruasi sebesar 4 anak (7,69%). Kesiapan anak dalam menghadapi menstruasi secara emosional kesiapan anak dalam menghadapi menstruasi menunjukkan bahwa hampir semua perasaan mengalami cemas, bingung dan takut.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Indra Yudha tahun 2012, kesiapan diri dalam menghadapi menstruasi menunjukkan bahwa sebagian besar responden menyatakan siap yakni 22 responden (62,9%), sedangkan yang menyatakan tidak siap yakni 13 responden (37,1%) .Hal ini dikarenakan pengetahuan responden yang sudah cukup baik serata informasi yang didapat cukup baik sehingga menimbulkan kesiapan yang positif pada diri mereka.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Junita tahun 2013 di SMP Negeri 10 Medan, kecemasan yang dialami siswi saat mengalami menstruasi diketahui bahwa mayoritas usia menstruasi responden 12-13 tahun mengalami kecemasan ringan saat menstruasi yaitu sebanyak 45 orang (60,81%) dan minoritas usia menstruasi responden >13 tahun tidak mengalami cemas saat menstruasi yaitu sebanyak 1 orang (100%) dan mayoritas responden mengalami tingkat kecemasan ringan saat mengalami menstruasi sebanyak 63 orang (57,8%)

Dari uraian tersebut, maka periview tertarik mengambil judul Literatur Riview: "Gambaran Pengetahuan Tentang Kesiapan Diri dalam Menghadapi Menarche

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah di uraikan, maka yang menjadi perumusan masalah dalam penelitian :”Bagaimana pengetahuan tentang kesiapan diri dalam menghadapi menarche ?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui gambaran pengetahuan tentang kesiapan diri dalam menghadapi menarche

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Untuk mengidentifikasi pengetahuan tentang kesiapan diri dalam menghadapi menarche Untuk mengidentifikasi bagaimana kesiapan siswi dalam menghadapi menarche

1.4 Manfaat Penelitian

1. Bagi Institusi

Sebagai bahan referensi bagi penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan pengetahuan dan kesiapan diri dalam menghadapi menarche dan sebagai bahan bacaan di perpustakaan Poltekkes Kemenkes Medan Jursan Keperawatan.

2. Bagi tenaga kesehatan

Dapat memberikan masukan dan materi dalam melakukan penelitian tentang menarche dan sebagai salah satu persyaratan dalam menyelesaikan program pendidikan D III Keperawatan .

3. Bagi Peneliti

Menambah pengalaman penulis dalam melakukan penelitian tentang menarche dan sebagai salah satu persyaratan dalam menyelesaikan program pendidikan D III Keperawatan.

4. Bagi siswi

Diharapkan dapat menjadi bahan masukan kepada siswi untuk bisa mempersiapkan dirinya dalam menghadapi menarche.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Pengetahuan

2.1.1 Pengertian Pengetahuan

Pengetahuan ialah hasil “tahu” dan ini terjadi sesudah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan yang dilakukan terhadap obyek tertentu itu terjadi melalui panca indra yang dimiliki manusia seperti penglihatan, pendengaran, penciuman, perasa, dan peraba. Pada saat melakukan penginderaan sampai menghasilkan pengetahuan tersebut itu sangat dipengaruhi oleh intensitas perhatian persepsi terhadap obyek tersebut. Sebagian besar pengetahuan manusia dapat diperoleh melalui mata dan telinga (Notoatmodjo,2003 (dalam Wawan & Dewi, 2019).

Pengetahuan seseorang terhadap suatu objek terkandung dua aspek yaitu aspek positif dan aspek negative. Kedua aspek ini yang akan menunjukkan sikap seseorang terhadap suatu objek. Semakin banyak aspek positif yang dimiliki dan objek yang diketahui, maka akan menghasilkan sikap yang semakin positif terhadap objek tertentu. Menurut teori WHO (World Health Organization) objek kesehatan dapat dijelaskan oleh pengetahuan yang dimiliki dari pengalaman seseorang itu sendiri (Notoatmodjo,2003 (dalam Wawan & Dewi, 2019).

2.1.2 Tingkat Pengetahuan

Pengetahuan adalah sesuatu hal yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang (ovent behavior. Dari pengalaman dan penelitian ternyata sikap yang diawali dengan pengetahuan akan lebih baik daripada sikap yang tidak diawali dengan pengetahuan. Pengetahuan atau kognitif yang cukup didalam domain kognitif mempunyai enam tingkat yaitu: (Notoatmodjo, 2003 (dalam Wawan & Dewi, 2019).

1. Tahu (*know*)

Tahu dijelaskan sebagai mengingat suatu materi yang telah dipelajari sebelumnya. Dapat diartikan pengetahuan yaitu mengingat kembali (*recall*) terhadap suatu tertentu dari seluruh bahan yang dipelajari atau sesuatu yang telah diterima. Oleh karena itu “tahu” adalah tingkat pengetahuan yang paling rendah. Suatu kata kerja yang digunakan untuk mengukur bahwa orang tahu

tentang apa yang dibahas yaitu mengatakan, menjabarkan, menentukan, dan sebagainya.

2. Memahami (*Comprehention*)

Memahami adalah suatu kemampuan seseorang untuk menjelaskan secara tepat tentang suatu objek yang diketahui dan dapat menginterpretasikan secara tepat. Orang yang sudah paham terhadap objek atau materi tersebut langsung dapat menjabarkan, menyebutkan, memberikan kesimpulan, dan sebagainya terhadap suatu objek yang dibahas.

3. Aplikasi (*Application*)

Aplikasi yaitu kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dibahas pada situasi ataupun kondisi yang sebenarnya. Aplikasi yang dimaksud yaitu aplikasi atau penggunaan hukum-hukum, rumus, metode, prinsip dan sebagainya dalam konteks atau situasi yang lain.

4. Analisis (*Analysis*)

Analisis merupakan kemampuan seseorang untuk menjelaskan materi atau suatu objek ke dalam komponen-komponen tetapi masih ada di dalam struktur organisasi tersebut dan masih berkaitan dengan yang lain.

5. Sintesis (*Syntesis*)

Sintesis yaitu menunjukkan suatu kemampuan seseorang untuk melakukan atau menghubungkan bagian-bagian di dalam suatu keseluruhan yang baru. Dengan kata lain, sintesis merupakan suatu kemampuan yang digunakan untuk menyusun formulasi baru dari formulasi yang ada.

6. Evaluasi (*Evaluation*)

Evaluasi berhubungan dengan kemampuan yang digunakan untuk melakukan penilaian terhadap suatu objek atau materi yang dipelajari. Penilaian-penilaian itu ditentukan dari suatu kriteria yang dinilai sendiri atau menggunakan kriteria-kriteria yang telah ada.

2.1.3 Cara Memperoleh Pengetahuan

Cara memperoleh pengetahuan yang dikutip dari (Notoatmodjo, 2003:11 dalam Wawan dan Dewi, 2019) adalah sebagai berikut :

1. Cara Kuno Untuk Memperoleh Pengetahuan

- a. Coba cara salah (*Trial And Error*)

Cara ini telah digunakan oleh beberapa orang sebelum kebudayaan, bahkan mungkin sebelum adanya peradaban. Cara ini dilakukan menggunakan kemungkinan dalam memecahkan suatu masalah dan apabila kemungkinan tersebut tidak berhasil maka akan dilakukan kemungkinan yang lain sampai masalah tersebut dapat terselesaikan.

b. Cara kekuasaan (Otoritas)

Sumber pengetahuan cara ini dapat dikemukakan oleh orang yang mempunyai otoritas baik seperti pimpinan-pimpinan masyarakat formal maupun informal, ahli agama, pemegang pemerintahan berbagai prinsip dari orang lain yang menerima memiliki otoritas, tanpa menguji terlebih dahulu atau membuktikan kebenarannya baik berdasarkan fakta yang empiris maupun dengan pendapat individu.

c. Berdasarkan Pengalaman Pribadi

Pengalaman pribadipun dapat dilakukan sebagai upaya memiliki pengetahuan. Hal ini dilakukan dengan cara mengulang kembali pengalaman yang pernah di peroleh dalam memecahkan permasalahan yang dihadapi masa lalu.

2. Cara Modern Untuk Memperoleh Pengetahuan

Cara ini disebut metode penelitian ilmiah atau lebih populer disebut metodologi penelitian. Cara ini mula-mula dikembangkan oleh Francis Bacon (1561-1626), setelah itu dikembangkan oleh Deobold Van Daven. Akhirnya lahir suatu cara untuk melakukan penelitian yang sekarang kita kenal dengan penelitian ilmiah (Wawan dan Dewi, 2019).

2.1.4 Kriteria Tingkat Pengetahuan

Menurut Arikunto (2006) pengetahuan seseorang dapat diperoleh dan diinterpretasikan dengan skala yang bersifat kualitatif, yaitu : (Notoatmodjo,2003 (dalam Wawan & Dewi, 2019).

1. Baik : Hasil presentase 76%-100%
2. Cukup : Hasil presentase 56%-75%
3. Kurang : Hasil presentase 56%

2.2 Kesiapan Menghadapi Menarche

Seperti yang telah diketahui menarche merupakan hal yang biasa terjadi dalam renatn usia 10-16 tahun. Hal tersebut menjelaskan bahwa menarche

adalah pengalaman pertama yang dialami oleh setiap perempuan. Untuk menghadapi masalah tersebut, diperlukan wawasan atau pengetahuan tentang menarche. Semakin baik pengetahuan maka kesiapan menghadapi menarche akan baik pula, begitupun sebaliknya

Kesiapan menghadapi menstruasi pertama (menarche) adalah keadaan yang menunjuk bahwa seseorang siap untuk mencapai salah satu kematangan fisik yaitu datangnya menstruasi pertama (menarche) , yang keluar dari tempat khusus wanita pada saat menginjak usia 10-16 tahun, yang terjadi secara periodic (pada waktu tertentu) dan siklik (berulang-ulang) .Hal ini ditandai dengan adanya pemahaman yang mendalam tentang proses menstruasi sehingga siap menerima dan mengalami menstruasi pertama (menarche) sebagai proses yang normal (Fajri & Khairani, 2011).

Tinggi rendahnya kecemasan menghadapi menarche dipengaruhi oleh pengetahuan yang didapat tentang menstruasi dan faktor kesiapan remaja yang kurang mendapatkan pengetahuan tentang menstruasi dan kesiapan menghadapi menarche padahal menurut Boyke (2011) memberikan penjelasan yang benar serta mengenai kesehatan reproduksi kepada anak tidak boleh takut dengan persoalan tabu. Keadaan tersebut dapat menyebabkan ibu tidak dapat berperan dalam memberikan pendidikan tentang menstruasi kepada anaknya.

Menurut Rineka (2017) ada dua aspek mengenai kesiapan yaitu:

a. Kematangan

Kematangan adalah proses yang menimbulkan perubahan tingkah laku sebagai akibat dari pertumbuhan dan perkembangan. Pertumbuhan mendasari perkembangan, sedangkan perkembangan ini berhubungan dengan fungsi fungsi (tubuh+jiwa) sehingga terjadi diferensiasi. Latihan-latihan yang diberikan pada waktu sebelum anak matang tidak akan memberi hasil

b. Kecerdasan

Menurut J.Piaget perkembangan kecerdasan sebagai berikut:

1. Sensori motor period (0-2)

Anak banyak bereaksi reflex, terjadi perkembangan perbuatan sensori motor dari yang sederhana ke yang relative lebih kompleks

2. Preoperational period (2-7 tahun)

Anak mulai mempelajari nama-nama dari objek yang sama dengan apa yang dipelajari dengan dewasa dan ditandai dengan:

3. Memperoleh pengetahuan
Bersifat egosentris dalam arti memandang dunia berdasarkan pengalamannya sendiri, dan berdasarkan pengamatannya pada masa itu aja.
4. Concrete operation (7-11 tahun)
Pikiran anak sudah mulai stabil dalam arti aktivitas batiniah (internal action)
5. Formal operation (lebih dari 11 tahun)
Kecakapan anak tidak lagi terbatas pada objek-objek yang konkret serta:
 - a. Ia dapat memandang -kemungkinan yang ada
 - b. melalui pemikirannya (dapat memikirkan kemungkinan)
 - c. Dapat mengorganisasikan situasi/masalah
 - d. Dapat berpikir dengan benar

2.2.1 Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Kesiapan Anak Dalam Menarche

Kesiapan adalah suatu keadaan dimana harus bersiap-siap dalam menghadapi menstruasi. Kesiapan seseorang dalam menghadapi menarche akan membantu dalam menjalani masa menarche itu sendiri. (Priyato, 2011) Wawan dan Dewi (2011), ada beberapa faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku seseorang dalam menghadapi menarche, yaitu:

1. Faktor internal
 - a. Sikap
adalah kesiapan pada seseorang untuk bertindak secara tertentu terhadap hal-hal tertentu. Sikap ini dapat bersifat positif dan dapat pula bersifat negatif. Dalam sikap positif, kecenderungan tindakan adalah mendekati, menyenangkan, mengharapkan objek tertentu, sedangkan dalam sikap negatif terdapat kecenderungan untuk menjauhi, menghindari, membenci, tidak menyukai objek tertentu. Dalam penelitian ini yang

dimaksud sikap adalah reaksi atau respon yang dirasakan siswi dalam menghadapi menstruasi

b. Usia

semakin muda usia siswi, maka akan semakin ia tidak siap menerima peristiwa akan kedatangan haid. Dalam penelitian Jayanti dan Purwanti (2012) didapatkan hasil 75% dari anak SD yang siap menghadapi menarche berumur 13 tahun, sedangkan 27,08% dari yang tidak siap dalam menghadapi menarche berumur 10 tahun

2. Faktor eksternal

a. Sumber informasi

Informasi yang dapat memberikan informasi tentang awal menghadapi menarche pada siswi terkait menarche. Dalam penelitian Yusuf (2010) didapatkan hasil 51,92% sumberinformasi yang diperoleh siswi tentang menarche berasal dari keluarga, teman sebaya. Namun, informasi yang diperoleh tersebut sebagian besar tidak benar, sehingga justru menyebabkan persepsi diri terhadap menarche menjadi negatif

b. Dukungan sosial ibu

Dukungan social ibu merupakan pertukaran sumber baik verbal dan non verbal antara ibu dan anak, dimana ibu sebagai pemberi dan anak sebagai penerima. Dukungan social ibu mempengaruhi kesiapan diri dalam menghadapi menarche. Dengan adanya dukungan social ibu yang diterima oleh siswi, maka rasa cemas mereka dalam menghadapi menarche dapat berkurang sehingga mereka akan lebih siap dalam menghadapi menarche.

2.2.2 Tanda-tanda psikologis seseorang siap menghadapi menarche

Seseorang yang telah siap untuk menerima sesuatu dari luar mempunyai tanda-tanda sebagai berikut:

- a. Mempunyai keyakinan akan kemampuan untuk menghadapi kehidupan.
- b. Menganggap dirinya berharga sebagai seorang manusia sederajat dengan orang lain.
- c. Individu tidak merasa malu.
- d. Berani memikul tanggung jawab, terhadap perilakunya.

- e. Tidak menyalahkan diri sendiri atas keterbatasan yang dimilikinya atau mengingkari kelebihanya

2.2.3 Kriteria Tingkat Kesiapan

Untuk mengetahui kesiapan siswi menentukan dengan cara pernyataan untuk yang menjawab Ya (nilai 1), Tidak (nilai 0) Data yang dikumpulkan dilakukan kategorisasi menurut skala Guttman, dengan memperhatikan jawaban benar (nilai 1) dengan ketentuan sebagai berikut:

1. Siap jika menjawab Ya dengan skor 5-10 (>50%)
2. Kurang siap jika menjawab Tidak dengan skor 0-4 (< 50%)

2.3 Menarche

2.3.1 Pengertian Menarche

Menarche merupakan peristiwa haid atau menstruasi yang terjadi pertama kali pada seorang gadis, dimana hal ini umumnya terjadi pada usia 10-16 tahun, dengan rata-rata 12,5 tahun.

Menarche merupakan sebuah tanda pubertas, umumnya terjadi antara usia 9-16 tahun. Pada kebanyakan anak perempuan, menarche dimulai selama perkembangan payudara, pertumbuhan rambut ketiak dan rambut pubis serta bentuk tubuh menjadi bentuk tubuh wanita yang ideal.

Menarche merupakan menstruasi pertama yang biasa terjadi dalam rentan usia 10-16 tahun atau pada masa awal remaja di tengah masa pubertas sebelum memasuki masa reproduksi. Menarche merupakan pertanda adanya suatu perubahan lain seperti pertumbuhan payudara, pertumbuhan rambut ketiak dan rambut pubis serta bentuk tubuh menjadi bentuk tubuh wanita yang ideal.

2.3.2 Faktor- faktor yang mempengaruhi menarche

Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi menarche, yaitu sebagai berikut:

1. keadaan gizi

Kecenderungan menurunnya rata-rata usia menarche di Indonesia dipengaruhi oleh status gizi. Dalam sebuah studi didapatkan hasil bahwa rata-rata usia menarche di perkotaan lebih cepat jika dibandingkan di daerah pedesaan. Jika dihubungkan dengan perbaikan gizi masyarakat

Indonesia dari tahun ke tahun, maka bisa diduga usia menarche anak perempuan di kota besar juga akan turun.

2. Faktor gaya hidup

Kebiasaan olahragamerupakan aktivitas fisik yang dilakukan paling sedikit 10-15 menit. Aktifitas fisik terlalu sering menyebabkan aktivitas ovarium menurun sehingga kadar ekstrogen lebih rendah dimana estrogen sangat dibutuhkan dalam proses menarche.

Estrogen yang tinggi yang cukup lama akan merangsang endometrium yang akan ikut luruh bersama cairan berbentuk darah dan sell-sel endometrium yang terkumpul di Rahim kemudian mengalir melalui vagina dan mulailah terjadi haid pertama (menarche).

Olahraga yang rutin dapat memperlambat proses terjadinya menarche, dalam hal olahraga akan cepat mengalami menarche, bahkan kemungkinan mengalami menarche dini, dan sebaliknya olahraga teratur dapat memperlambat proses terjadinya menarche dini, meskipun masih terdapat faktor lainya yang ikut memberi kontribusi terhadap kejadian menarche dini.

3. Faktor genetik

Menurut penelitian Hosokawa, et al (2012), usia menarche wanita kelahiran tahun 1930 hingga tahun 1985 di Jepang mengalami penurunan dari 13,8 menjadi 12,2 tahun. Hal ini dipengaruhi oleh faktor genetic.

Faktor genetik berperan mempengaruhi percepatan dan perlambatan menarche yaitu antara usia menarche ibu dengan usia menarche putrinya. Faktor genetic merupakan faktor yang tidak bisa dimodifikasi (Maulidiah, 2011). Penelitian yang dilakukan putri menyatakan bahwa terdapat hubungan-hubungan genetic (usia menstruasi pertama ibu) dengan usia menarchepada anak. Hubungan ini diduga berkaitan dengan lokus yang mengatur estrogen yang diwariskan. Seorang perempuan yang berasal dari ibu yang mengalami menarche dini akan berpotensi besar mengalami menarche dini, sebagaimana usia menarche yang dialami sang ibu.

4. Tingkat stress

Usia menarche pada remaja putri di daerah rural lebih tinggi dibandingkan dengan di daerah urban. Hal ini terjadi karena seorang wanita di daerah

rural setiap hari harus pergi ke sekolah yang jaraknya cukup jauh sehingga hal ini diperkirakan menyebabkan stress dan menunda usia menarche.

2.4 Gangguan saat menarche

Terdapat gangguan pada saat menarche, baik dari segi fisik maupun dari segi psikologis. Gangguan –gangguan ini diantaranya :

a. Kecemasan atau ketakutan terhadap menarche

Pada saat haid pertama diantaranya muncul berbagai bayangan yang negatif dibarengi kecemasan dan ketakutan yang tidak riil, disertai perasaan bersalah atau berdosa yang semuanya dikaitkan dengan proses menstruasi tersebut

b. Merasa kebebasan dirinya dibatasi oleh datangnya menarche, misalnya terbatas dalam melakukan atau melaksanakan aktivitas sehari-hari seperti berdoa (Lubis, 2013)

c. Mudah tersinggung dan mudah marah

Hal ini disebabkan oleh perubahan cara kerja hormone atau pengaruh rasa nyeri pada saat menarche. Selain itu, perasaan ini dapat muncul akibat rasa malu yang dirasakan ketika menghadapi menarche (Lubis, 2013)

d. Merasa gelisah dan gangguan tidur

Pada saat menarche seorang wanita terkadang mengalami kegelisahan sehingga terkadang mengalami masalah sulit tidur. Hal ini dapat terjadi akibat dari rasa cemas setelah pengalaman menarche-nyata terhadap perilaku temandan lawan jenisnya saat menstruasi, sikap keluarga terhadap mereka, dan ketiakan normalan saat mengalami menstruasi (Purnamasari, dalam Utami dan Mulyati, 2011; Lubis, 2013)

2.4.1 Tanda-tanda PMS

PMSTanda-tanda PMS yang sering muncul pada umumnya adalah adanya perubahan suasana hati (mood swings) dan menjadi mudah kesal. Namun, sebenarnya tanda-tanda PMS tidak hanya secara emosi atau psikologis saja, tetapi juga berpengaruh pada fisik atau tubuh.

Beberapa tanda-tanda PMS secara fisik yang mungkin dirasakan adalah:

1. Payudara yang mengeras

2. Kram
3. Perubahan nafsu makan
4. Kaki dan tangan membengkak
5. Sakit kepala
6. Kenaikan berat badan (karena tubuh cenderung menyerap dan mempertahankan air dalam tubuh)
7. Perut kembung
8. Nyeri otot dan sendi
9. Berjerawat
10. Sembelit atau diare
11. Mudah lelah
12. Mudah marah

2.4.2 Gejala Menarche

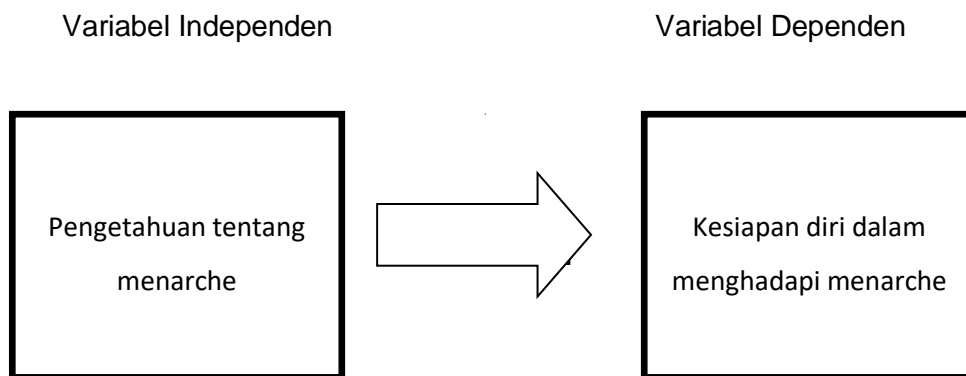
Gejala yang sering menyertai menarche, yaitu:

1. sakit pinggang
2. Pegal linu
3. Muncul jerawat
4. Mudah marah
5. Rasa tidak nyaman
6. Sakit perut sakit kepala
7. Rasa nyeri pada payudara

2.5 Kerangka Konsep Penelitian

Kerangka konsep penelitian adalah suatu uraian dan visualisasi hubungan atau kaitan antara konsep yang lainnya, atau antara variabel yang satu dengan yang lain dari masalah yang diteliti (Notoatmodjo, 2010)

Adapun kerangka konsep penelitian tentang pengetahuan tentang kesiapan diri dalam menghadapi menarche di SDN 064023 Medan Selayang sebagai berikut.



BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Jenis dan Desain Penelitian

3.1.1 Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian yang bersifat deskriptif berdasarkan studi literature review, yaitu penelitian yang bertujuan untuk mendeskripsikan sifat atau karakteristik dari suatu gejala, peristiwa, kejadian yang terjadi saat ini tanpa memberi perlakuan khusus terhadap peristiwa tersebut.

3.1.2 Desain Penelitian

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu studi literature. Studi literature merupakan sebuah teknik pengumpulan data dengan melakukan studi penelaahan terhadap buku-buku, literature-literature, catatan-catatan, dan laporan-laporan yang ada hubungannya dengan masalah yang dipecahkan. Tujuan penelitian studi literature ini adalah untuk mendapatkan landasan teori yang bisa mendukung dalam pemecahan masalah yang sedang diteliti dan mengungkapkan beberapa teori yang relevan dengan kasus yang diteliti, terkhususnya dalam penelitian ini peneliti mengkaji Pengetahuan tentang kesiapan diri dalam menghadapi menarche

BAB IV
HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1 Hasil Jurnal

Tabel 4.1 Ringkasan Isi Jurnal

NO	JUDUL/ TAHUN	PENELITI	TUJUAN	POPULASI/ SAMPEL	METODE PENELITIAN	HASIL												
1.	Pengetahuan Dan Kesiapan Remaja Putri Dalam Menghadapi Menarche Di SD Negeri No 064023 Medan Tahun 2017	Dina Indarsita, Yenni Purba	Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengetahuan dan kesiapan remaja putri tentang <i>menarche</i> di SD Negeri No. 064023 Medan Tahun 2017.	Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini yaitu total sampling dengan jumlah sampel sebanyak 82 orang.	Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan menggunakan rancangan <i>cross sectional</i> .	<p>Dari hasil penelitian ini didapat data dengan:</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>No.</th> <th>Pengetahuan</th> <th>Kesiapan</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1.</td> <td>Pengetahuan baik sebesar 19,5%.</td> <td>Sedangkan kesiapan aja positif sebesar 56,1%</td> </tr> <tr> <td>2.</td> <td>Pengetahuan cukup sebanyak 47,6%</td> <td>Sedangkan kesiapan aja negatif sebesar 43,9%</td> </tr> <tr> <td>3.</td> <td>Pengetahuan kurang sebanyak 32.9%</td> <td></td> </tr> </tbody> </table>	No.	Pengetahuan	Kesiapan	1.	Pengetahuan baik sebesar 19,5%.	Sedangkan kesiapan aja positif sebesar 56,1%	2.	Pengetahuan cukup sebanyak 47,6%	Sedangkan kesiapan aja negatif sebesar 43,9%	3.	Pengetahuan kurang sebanyak 32.9%	
No.	Pengetahuan	Kesiapan																
1.	Pengetahuan baik sebesar 19,5%.	Sedangkan kesiapan aja positif sebesar 56,1%																
2.	Pengetahuan cukup sebanyak 47,6%	Sedangkan kesiapan aja negatif sebesar 43,9%																
3.	Pengetahuan kurang sebanyak 32.9%																	

2.	Tingkat Pengetahuan Menstruasi Dalam Menunjang Kesiapan Siswi SD Menghadapi Menarche Tahun 2018	Ida nurmawati, Feb y Erawantini	Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan tingkat pengetahuan siswi SD tentang menstruasi dengan Kesiapan siswi SD dalam menghadapi menarche.	Populasi dalam penelitian ini adalah siswi kelas 6 SDN Tegalgede 01 Kabupaten Jember berjumlah 37. Sampel dalam penelitian ini diambil dengan teknik sampling jenuh sehingga total sampel berjumlah 37 siswi.	Jenis penelitian bersifat observational study dengan pendekatan crosssectional..	Dari hasil penelitian ini didapat data dengan:		
						No.	Pengetahuan	Kesiapan
						1.	Pengetahuan baik sebanyak 21 orang (61,77%)	Yang berpengetahuan baik, semua siap menghadapi menarche (61,8%)
						2.	pengetahuan cukup sebanyak 10 orang (29,41%)	Yang berpengetahuan cukup dan tidak siap menghadapi menarche (17,6%)
3.	pengetahuan kurang sebanyak 3 orang (8,82%)	Yang berpengetahuan kurang semua tidak siap menghadapi menarche (8,8%)						

3.	Gambaran Kesiapan Menghadapi Menarche Pada Siswi SMP 2 Cawas Klaten (2012)	Meilani, Sari and Syaifudin, Syaifudin	Untuk mengetahui tingkat kesiapan menghadapi menarche pada siswi SMP Negeri 2 Cawas	Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswi yang duduk di kelas satu dan dua SMP Negeri 2 cawas klaten	Penelitian ini menggunakan metode deskriptif survei dengan pendekatan waktu cross	Dari hasil penelitian ini didapat data dengan:			
						No.	Pengetahuan	Kesiapan	
						1.	pengetahuan baik sebanyak 194 orang (75,2%)	kesiapan piskologis siswi dalam menghadapi menarche	

			Klaten.	tahun 2012 yang belum menarache sebanyak 131 siswi. Sampel diambil dengan simple random sampling, sejumlah 32 responden.	sectional.			termasuk kategori sedang 71,9%
						2.	pengetahuan cukup sebanyak 64 orang (24,8%)	kesiapan fisik sebesar 50,0%, dan kesipian siswi menghadapi menarache kategori sedang sebesar 53,1%.
4.	Pengetahuan Remaja Putri Dengan Kesiapan Menghadapi Menarache Di Aceh Besar(2016)	Maulida Sri Rahayu, Dewi Marianthi	untuk mengetahui hubungan pengetahuan remaja putri dengan kesiapan menghadapi	Populasi seluruh siswi kelas IV sampai kelas VI yang berjumlah 110 orang Sampel yang digunakan responden	Metode : Deskriptif Korelatif dilakukan di Madrasah Ibtidaiyah Negeri 1 Montasik	Dari hasil penelitian ini didapat data dengan:		
						No .	Pengetahuan	Kesiapan
						1.	Pengetahuan baik yaitu sebanyak orang (36,5%)	kesiapan siap adalah sebanyak (53,8%)

			<i>menarche</i> ,	adalah 52 orang yang diambil dengan metode <i>purposive sampling</i>	Kabupaten Aceh Besar dengan desain <i>cross sectional study</i> yang dilakukan pada tanggal 01 Agustus 2016.	2.	Pengetahuan cukup yaitu sebanyak (9,6%)	Dalam menghadapi menarche yang tidak siap sebanyak (46,2%)
5.	Gambaran Pengetahuan Tentang Menstruasi Dengan Kesiapan iswi SD Dalam Menghadapi Menarche Tahun 2019	Ida Nurmawati, Feby Erawantini	Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan tingkat pengetahuan siswi SD tentang menstruasi dengan kesiapan siswi SD dalam menghadapi	Populasi dalam penelitian ini adalah siswi kelas 6 SDN Tegalgede 01 Kabupaten Jember berjumlah 37. Sampel dalam penelitian ini diambil dengan teknik sampling jenuh sehingga	Jenis penelitian ini merupakan penelitian <i>observational study</i> dengan pendekatan <i>crosssectional</i> dimana variabel pengetahuan dan kesiapan siswi SD	Dari hasil penelitian ini didapat data dengan:		
						No .	Pengetahuan	Kesiapan
						1.	menunjukkan bahwa pengetahuan baik yaitu sebanyak 17 orang (54,1%)	kesiapan baik yaitu sebanyak 20 responden (54,1)

			<i>menarche.</i>	total sampel berjumlah 37 siswi	dikumpulkan dalam satu waktu.	2.	pengetahuan kurang yaitu sebanyak 20 orang (45,9%).	Kesiapan kurang yaitu sebanyak 17 responden (45,9)

4.2 Pembahasan

Tabel 4.2 Persamaan, Kelebihan, dan Kekurangan Jurnal

Persamaan	Kelebihan	Kekurangan
<p>1. Pada metode penelitian ada 2 jurnal yang menggunakan metode deskriptif dan 2 jurnal menggunakan penelitian observasional study</p> <p>2. Dari 5 jurnal yang telah ditelaah teknik pengambilan sampel menggunakan pendekatan <i>cross sectional</i></p> <p>3. Hasil penelitian pada 5 jurnal yang telah ditelaah terdapat 2 jurnal yang menggunakan teknik sampling jenuh.</p>	<p>Jurnal I</p> <ul style="list-style-type: none"> • Penulisan abstrak pada jurnal singkat dan mudah dipahami • Pada penyajian hasil terdapat distribusi tabel yang mudah dipahami pembaca • Pada pembahasan peneliti membandingkan dengan penelitian yang lain. <p>Jurnal II</p> <ul style="list-style-type: none"> • Peneliti memaparkan masalah yang terjadi serta mencantumkan studi pendahuluan yang dilakukan • Pada penyajian hasil terdapat distribusi tabel yang mudah dipahami pembaca • Pada pembahasan peneliti membandingkan dengan penelitian yang lain 	<p>Jurnal I</p> <ul style="list-style-type: none"> • Tidak menjelaskan manfaat penelitian • Tidak mencantumkan kesimpulan pada abstrak penelitian • Terdapat bahasa asing pada abstrak yang tidak dicetak miring <p>Jurnal II</p> <ul style="list-style-type: none"> • Tidak mencantumkan kesimpulan pada abstrak • Bahasa asing pada abstrak tidak dicetak miring <p>Jurnal III</p>

	<p>Jurnal III</p> <ul style="list-style-type: none"> • Terdapat pembahasan yang mudah dipahami pembaca. • Penulisan abstrak pada jurnal singkat dan mudah dipahami <p>Jurnal IV</p> <ul style="list-style-type: none"> • Terdapat hasil wawancara pada bagian pendahuluan • Pada penyajian hasil terdapat distribusi tabel dan data demografi yang mudah dipahami pembaca • Terdapat pembahasan yang mudah dipahami pembaca <p>Jurnal V</p> <ul style="list-style-type: none"> • Terdapat pembahasan yang mudah dipahami pembaca • Pada penyajian hasil terdapat distribusi tabel yang mudah 	<ul style="list-style-type: none"> • Tidak terdapat kata kunci pada abstrak • Bahasa asing pada abstrak tidak dicetak miring <p>Jurnal IV</p> <ul style="list-style-type: none"> • Tidak mencantumkan kesimpulan dan saran pada abstrak <p>Jurnal V</p> <ul style="list-style-type: none"> • Tidak mencantumkan kesimpulan dan saran pada abstrak • Bahasa asing pada abstrak tidak dicetak miring
--	--	---

	dipahami pembaca	
--	------------------	--

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

1. Dari 5 jurnal yang telah ditelaah, diperoleh gambaran pengetahuan tentang kesiapan diri dalam menghadapi menarche bahwa mayoritas responden berpengetahuan baik tentang kesiapan diri dalam menghadapi menarche :
 - a. **Jurnal Pertama** : Pengetahuan baik : (19,5%), Pengetahuan Cukup : (47,6%) dan Pengetahuan kurang : (32,9%).
 - b. **Jurnal Kedua** : Pengetahuan baik : (61,77%), Pengetahuan cukup : (29,41%) dan Pengetahuan kurang (8,82%)
 - c. **Jurnal Ketiga** : Pengetahuan baik : (75,2%) dan Pengetahuan Cukup : (24,8%)
 - d. **Jurnal Keempat** : Pengetahuan baik : (36,5%) dan Pengetahuan Cukup : (9,6%)
 - e. **Jurnal Kelima** : Pengetahuan baik : (54,1%) dan Pengetahuan Kurang : (45,9%)
2. Dari 5 jurnal yang telah ditelaah, diperoleh tingkat pengetahuan tentang kesiapan diri dalam menghadapi menarche dengan hasil persentase paling tinggi dalam tingkat pengetahuan baik, cukup dan kurang yakni :
 - a. **Jurnal Ketiga** : Pengetahuan baik : 75,2%
 - b. **Jurnal Pertama** : Pengetahuan Cukup : 47,6%
 - c. **Jurnal Pertama** : Pengetahuan Kurang : 32,9%

5.2 Saran

1. Bagi peneliti selanjutnya dapat melakukan studi literature atau penelitian tentang pengetahuan tentang kesiapan diri dalam menghadapi menarche dengan metode yang berbeda dan variabel yang berbeda
2. Diharapkan petugas kesehatan untuk melakukan penyuluhan kepada siswa ada di wilayah kerjanya sehingga dapat meningkatkan pengetahuan tentang kesiapan diri dalam menghadapi menarche

DAFTAR PUSTAKA

- Erawantini, F., & Nurmawati, I. 2019. *Gambaran Pengetahuan Tentang Menstruasi Dengan Kesiapan Siswi SD Dalam Menghadapi Menarche. Jurnal Kesehatan 12 (2) 2019.*
- Fajri, dkk 2011. *Hubungan Antara Komunikasi Ibu Anak Dengan Kesiapan Menghadapi Menstruasi Pertama (Menarche) Pada Siswi SMP Muhammadiyah Banda Aceh.* <https://ejournal.undip.ac.id/index.php/psikologi/article/view/2885>. (Diakses pada tanggal 5 Mei 2020)
- Indah, L. 2016. *Analisis Kesiapan Siswi Sekolah Dasar Dalam Menghadapi Menstruasi.* <https://e-journal.unair.ac.id/GBK/article/view/5833>. (Diakses pada tanggal 3 Mei 2020)
- Jayanti dan Purwanti. 2011. *Deskripsi Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kesiapan Anak Dalam Menghadapi Menstruasi Di SD Negeri 1 Kretek Kecamatan Payugangan Kabupaten Brebes .* Purwoketo: Akademi Kebidanan YLPP Purwokerto. <http://ojs.akbidylpp.ac.id/index.php/Prada/article/view/11>.(Diakses pada tanggal 20 Apr 2020)
- Kemenkes RI, 2014, *Hasil Utama RISKESDAS 2014*. Jakarta: Kemenkes RI
- Laila, N .2019. *Buku Pintar Menstruasi*. Yogyakarta: Buku Biru.
- Marianti, dkk. 2016. *Pengetahuan Remaja Putri Dengan Kesiapan Menghadapi Menarche Di Aceh Besar. jurnal Kebidanan.*
- Martin, R. 2017. *Keperawatan Maternitas Kesehatan Wanita, Bayi & Keluarga*. Yogyakarta: Buku Kedokteran ECG.
- Notoadmodjo, S. 2017. *Metodologi Penelitian*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Novitasari, S., dkk. 2017. *Hubungan Pengetahuan Tentang Menstruasi Dengan Kesiapan Dalam Menghadapi Menstruasi Pada Siswi SDN Asrikarton 1.* <http://journal2.um.ac.id/index.php/preventia/article/view/5923>.(Diakses pada tanggal 4 Mei 2020)

- Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan. 2012. *Panduan Penyusunan Karya Ilmiah*, Medan, Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan.
- Purba, Y., & Indarsita, D. 2017. *Pengetahuan Dan Kesiapan Remaja Putri Dalam Menghadapi Menarche Di SD Negeri No 064023 Medan Tahun 2017*. <http://ojs.poltekkes-medan.ac.id/pannmed/article/download/6/3>
- Proverawati, A., dan Misaroh, S. 2015. *Menarche Menstruasi Pertama Penuh Makna*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Siswojo,dkk. 2015. *Hubungan Pengetahuan Siswi Kelas VI SD Tentang Menstruasi Dengan Kesiapan Menghadapi Menarche*. *Jurnal Husada Mahakam*. <http://husadamahakam.poltekkes-kaltim.ac.id/ojs/index.php/Home/article/download/17/25>.
- Slameto. 2019. *Belajar & Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi*. Yogyakarta: Rineka Cipta.
- Syaifudin, dkk. 2012. *Gambaran Kesiapan Menghadapi Menarche Pada Siswi SMP 2 Cawas Klaten*. <http://journal.akpergshwng.ac.id/index.php/gsh/article/view/25/23>.
- Wawan & Dewi., 2018. *Teori dan Pengukuran Pengetahuan, Sikap, Dan Perilaku Manusia* Cetakan 2. Yoyakarta: Nuha Medika.

**LEMBAR KONSULTASI
BIMBINGAN KARYA TULIS ILMIAH**

JUDUL : GAMBARAN PENGETAHUAN TENTANG
KESIAPAN DIRI DALAM MENGHADAPI
MENARCHE
TAHUN 2020

NAMA : ERMIAN BR SITEPU

NIM : P07520117069

NAMA PEMBIMBING : Dina Indarsita, SST, M.Kes

No	Hari / Tanggal	Materi Bimbingan	Saran	Paraf Pembimbing	Paraf Mahasiswa
1	Senin, 9 Desember 2019	Pengajuan Judul	Revisi Judul		
2	Rabu, 11 Desember 2019	ACC Judul	Lanjut BAB I		
3	Senin, 27 Januari 2020	Konsul BAB I	Revisi BAB I lanjut BAB II		
4	Rabu, 04 Maret 2020	Konsul Revisi BAB I, II	Revisi BAB I, II, lanjut BAB III		
5	Kamis, 05 Maret 2020	Konsul Revisi BAB I, II, III	Revisi BAB I, II, III dan lanjut kuesioner		

6	Senin, 11 Maret 2020	Konsul Revisi BAB I, II, III dan kuesioner	Revisi BAB I, II, III, kuesioner dan lanjut Daftar Pustaka		
7	Kamis, 12 Maret 2020	Konsul Revisi BAB I, II, III, Kuesioner dan Daftar Pustaka	ACC BAB I, II, III, Kuesioner dan Daftar Pustaka		
8	Rabu, 10 Juni 2020	Konsul BAB I, II dan III berdasarkan studi literatur	Revisi BAB I, II dan III dan lanjut BAB IV berdasarkan studi literatur		
9	Kamis, 11 Juni 2020	Konsul revisi BAB I, II, III dan IV berdasarkan studi literatur	Revisi BAB I, II, III, IV dan Lanjut BAB V berdasarkan studi literatur		
10	Selasa, 16 Juni 2020	Konsul revisi BAB I, II, III, IV dan V berdasarkan studi literatur	Revisi BAB I, II, III, IV dan V lanjut Abstrak berdasarkan studi		

			literatur		
11	Kamis, 18 Juni 2020	Konsul revisi BAB I, II, III, IV, V dan Abstrak	Revisi BAB I, II, III, IV, V dan abstrak lanjut kata pengantar berdasarkan studi literatur		
12	Rabu, 23 Juni 2020	Revisi BAB I, II, III, IV, V, Abstrak dan kesimpulan berdasarkan studi literatur	ACC BAB I, II, III, IV, V, Abstrak dan kesimpulan berdasarkan studi literatur		

Medan,.....2020

Pembimbing

Dina Indasita, SST, M.Kes

NIP 196503011989032001

RIWAYAT HIDUP PENELITI

***Data Pribadi**

Nama : Ermina Br Sitepu
Tempat Tanggal Lahir : Naman, 29 April 1999
Jenis Kelamin : Perempuan
Anak Ke : 3 dari 3 Bersaudara
Alamat : Sukanalu Teran
Agama : Islam

***Nama Orangtua**

Ayah : Asil Sitepu
Ibu : Indrawati Br Ginting

***Pekerjaan Orangtua**

Ayah : Bertani
Ibu : Bertani

***Riwayat Pendidikan**

Tahun 2006 - 2011 : SD Negeri 044829 Sukanalu Teran
Tahun 2011 - 2014 : SMP Negeri 1 Naman Teran
Tahun 2014 - 2017 : SMA Swasta Santa Maria Kabanjahe
Tahun 2017 - 2020 : Politeknik Kesehatan KEMENKES Medan Jurusan Keperawatan.