

Tingkat Pengetahuan Terhadap Perubahan Fisik Pubertas Remaja Putri

Wa Ode Nurul Mutia^{1*}

¹ Politeknik Baubau, Kota Baubau, Sulawesi Tenggara, Indonesia

*waodenurulmutia21@gmail.com

ARTICLE INFO

Article history:

Received November 30, 2022

Accepted December 6, 2022

Published December 12, 2022

Kata Kunci:

Pengetahuan
Remaja Putri
Pubertas

Key words:

Knowledge
Young Women
Puberty

DOI:

<https://10.48092/jik.v9i1.182>

ABSTRAK

Latar Belakang: Masa remaja merupakan masa dimana individu mengalami perubahan dari anak-anak menuju dewasa termasuk perubahan fisik. Persoalan perilaku remaja sebagai akibat dari proses belajar yang salah dalam menghadapi tren yang ada di lingkungannya dapat menjadi sebuah masalah di masyarakat. Pengetahuan pubertas sejak dini sangat penting bagi para remaja, karena pada masa remaja adalah waktu terbaik untuk membangun kebiasaan baik dalam menjaga kebersihan yang menjadi aset sangat penting dalam jangka panjang khususnya remaja putri. Pengetahuan masalah reproduksi tidak hanya wajib bagi remaja putri tetapi juga bagi remaja laki-laki agar tidak terjerumus ke pergaulan yang salah yang merugikan bagi remaja. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat pengetahuan tentang pubertas terhadap perubahan fisik pubertas remaja putri kelas 7 di SMP Negeri 1 Kota Baubau Tahun 2021. **Metode:** Desain penelitian menggunakan survei dengan populasi adalah seluruh siswa kelas 7 dengan jumlah 194 orang. Sampel dalam penelitian ini adalah 55 orang dengan menggunakan rumus Lameshow. Instrumen yang digunakan kuesioner. Pengolahan data menggunakan analisis univariat dan bivariat. **Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 55 responden remaja putri kelas 7 di SMP Negeri 1 Kota Baubau didapatkan bahwa yang tingkat pengetahuan baik berjumlah 22 responden (40%), dan yang tingkat pengetahuan kurang berjumlah 33 responden (60%). Hasil uji bivariat melalui uji pearson chi square adalah sebesar $0,034 < 0,05$. **Kesimpulan:** Dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara tingkat pengetahuan terhadap perubahan fisik masa pubertas remaja putri.

ABSTRACT

Level of Knowledge of Physical Changes during Puberty for Young Women

Background: Adolescence is a transitional period in life where in this phase individuals experience changes from children to adults including physical changes. Problems of adolescent behavior as a result of the wrong learning process in dealing with trends in their environment can become a problem in society. Knowledge of puberty from an early age is very important for teenagers, because during adolescence is the best time to build good habits in maintaining cleanliness which is a very important asset in the long term for young women. Knowledge of reproductive issues is not only mandatory for young women but also for young men so they don't fall into wrong associations that are detrimental to them. The purpose of this study was to determine the level of knowledge about puberty in the physical changes of grade 7 adolescent girls at SMP Negeri 1 Baubau City in 2021. **Methods:** The research design used a survey. The population in this study were all 7th grade students totaling 194 people. The sample in this study were 55 people, sampling using the Lameshow formula. The instrument used was a questionnaire. Data processing using univariate and bivariate analysis. **Results:** The results showed that out of 55 respondents to grade 7 girls at SMP Negeri 1 Kota Baubau, it was found that 22 respondents (40%) had a good level of knowledge, and 33 respondents (60%) had a poor level of knowledge. The results of the bivariate test through the Pearson chi square test were $0.034 < 0.05$. **Conclusion:** It can be concluded that there is a relationship between the level of knowledge of the physical changes of puberty.

This open access article is under the CC-BY-SA license.



PENDAHULUAN

Menurut (World Health Organization (WHO), 2018), remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-19 tahun, menurut (Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 25 Tahun 2014, n.d.) remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-18 tahun dan menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana (BKKBN) rentang usia remaja adalah 10-24 tahun dan belum menikah (Infodatin Reproduksi Remaja, 2020). Masa remaja merupakan perkembangan yang dicapai pada masa remaja dan mempersiapkan diri untuk sukses di masa dewasa. Sebagai proses transisi, masa remaja ditandai dengan berbagai perubahan fisik, mental, intelektual dan sosial. (Angrainy, R., Fitri, L., & Wulandari, 2019) Menurut (Endar Timiyatun, Eka Oktavianto, 2021) masa remaja atau masa puber merupakan suatu tahap perkembangan kematangan fisik, alat-alat seksual dan tercapainya kemampuan reproduksi.

Masa remaja merupakan masa transisi antara masa anak-anak dan masa dewasa, pada masa ini timbul ciri-ciri sekunder, tercapainya fertilisasi dan terjadi perubahan-perubahan psikologik serta kognitif (Priyanti, S., & Syalfina, 2017). Menurut (Agustina, 2017), perubahan fisik yang dialami remaja putri yaitu perubahan kematangan organ reproduksi yang ditandai dengan terjadinya peristiwa menstruasi. Kemudian menurut (Khairani., 2018), menyatakan pubertas terjadi dalam jangka waktu pendek. Sedangkan dikatakan negative remaja disini dianggap menentang lingkungan.

Masa pubertas adalah suatu periode kehidupan yang ditandai dengan pertumbuhan yang pesat dan perubahan yang mencolok, perubahan-perubahan ini menimbulkan keraguan, perasaan tidak mampu dan perasaan tidak aman dan dalam beberapa kasus dapat mengakibatkan perilaku yang kurang baik. (Walyani Elisabeth Siwi, 2017) masa remaja adalah masa yang paling kritis dari kehidupan seseorang, karena masa ini adalah peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa baik secara fisik maupun psikis, serta merupakan tahapan yang sangat menentukan terbentuknya pribadi remaja. (BKKBN, 2017).

Perubahan fisik pada remaja ditandai dengan perubahan fungsi alat-alat reproduksi yaitu munculnya haid pada wanitadan terjadinya mimpi basah pada laki-laki. Perubahan fisik pubertas dapat membuat remaja merasa canggung karena adanya penyesuaian diri dengan perubahan yang terjadi secara alami pada remaja. Salah satu perubahan yang terjadi pada remaja seperti terjadinya perubahan pembesaran payudara yang dapat menyebabkan remaja merasa malu dan tersisihkan dari teman-temannya.

Peningkatan hormone progesteron dan estrogen menyebabkan perubahan fisik seperti tumbuhnya

payudara, pinggul melebar dan membesar, tumbuhnya rambut – rambut halus di daerah ketiak dan kemaluan, serta dimulainya menstruasi pertama. Perubahan fisik yang terjadi pada remaja merupakan ciri utama dari proses biologis yang terjadi pada masa pubertas. Pada masa ini terjadi perubahan fisik secara cepat, yang tidak seimbang dengan perubahan kejiwaan (mental emosional). Perubahan fisik yang terjadi termasuk pertumbuhan organ-organ reproduksi untuk mencapai kematangan agar mampu melangsungkan fungsi reproduksi.

Fenomena persoalan perilaku remaja sebagai akibat dari proses belajar yang salah dalam menghadapi tren yang ada di lingkungannya dapat menjadi sebuah masalah di masyarakat. Remaja masih berada pada proses perkembangan dan belum sepenuhnya matang, dan masih berproses dalam mengenali dan membentuk identitasnya. Remaja cenderung memiliki sikap dan perilaku yang labil, mudah terbawa pengaruh sekitar, mudah terpengaruhi pada hal yang menurutnya menarik, dan memiliki dorongan untuk memperoleh pengakuan orang lain, sehingga sangat diperlukan stimulasi perkembangan yang mampu menguatkan kontrol diri remaja. Masa remaja merupakan periode perkembangan fisik, psikologis, maupun intelektual. Kurangnya pengetahuan tentang kesehatan reproduksi dimasa remaja putri akan berdampak pada perilaku menyimpang salah satunya adalah hamil di usia remaja yang memiliki dampak dan resiko untuk dirinya. Sikap remaja putri tentang kejadian kehamilan akan cenderung menganggap dirinya tidak berharga, merenung, atau bahkan mencoba bunuh diri.

Permasalahan utama yang dialami oleh remaja yaitu ketidaktahuan terhadap tindakan yang harus dilakukan sehubungan dengan perkembangan yang sedang dialami, khususnya masalah pengetahuan remaja mengenai pubertas dan bagaimana sikap remaja dalam menghadapi perubahan tersebut. Seberapa serius perubahan masa puber akan mempengaruhi perilaku sebagian besar bergantung pada kemampuan dan kemauan anak untuk mengungkapkan keprihatinan dan kecemasannya kepada orang lain.

Hasil penelitian (Aulia, Devy Lestari Nurul; Suryanti, 2018) menyebutkan bahwa ada hubungan antara pengetahuan remaja tentang pubertas dengan sikap menghadapi perubahan fisik menyimpulkan bahwa pengetahuan pubertas sangat berpengaruh terhadap perubahan fisik yang dialami oleh remaja dan bagaimana remaja tersebut menyikapi perubahan fisik yang terjadi pada dirinya.

Hal ini didukung dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh penelitian (Prihartini et al., 2022) mengatakan bahwa tingkat pengetahuan remaja awal memiliki hubungan yang signifikan terhadap perubahan fisik masa pubertas, maka dapat disimpulkan bahwa



semakin banyak perubahan fisik yang terjadi pada masa pubertas maka semakin baik tingkat pengetahuan remaja awal. Sikap remaja awal memiliki hubungan yang signifikan terhadap perubahan fisik masa pubertas, maka dapat disimpulkan bahwa semakin banyak perubahan fisik yang terjadi pada masa pubertas semakin baik pula sikap remaja awal. Diharapkan kepada remaja untuk meningkatkan pengetahuan terutama tentang kesehatan reproduksi baik dari sekolah, maupun lingkungan sosial dengan cara menggali informasi dari berbagai sumber seperti orang tua, guru, maupun petugas kesehatan.

Oleh karena itu pengetahuan tentang perubahan yang terjadi secara fisik, kejiwaan, kematangan seksual, informasi dari petugas kesehatan tentang perubahan fisik masa pubertas serta tentang alat reproduksi perlu diperoleh setiap remaja wanita, penyuluhan disekolah dan mencari informasi lewat media elektronik agar remaja putri mudah untuk memahami serta mengatasi berbagai keadaan yang membingungkannya saat perubahan fisik masa pubertas (Sarwono, Sarlito W & Meinarno, 2015)

Berdasarkan *pra research* diperoleh data dari 194 siswi SMP Negeri 1 Baubau tahun 2021 telah dilakukan hasil Tanya jawab siswa yang mengalami perubahan fisik masa pubertas dimana yang mengalami perubahan fisik tersebut belum mengerti dengan penjelasan yang diberikan tentang perubahan fisik masa pubertas. Berdasarkan latar belakang dan studi pendahuluan diatas maka penelitian dengan judul “tingkat pengetahuan terhadap pubertas pada perubahan fisik remaja putri kelas 7 Di SMP Negeri 1 Kota Baubau tahun 2021”.

METODE

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian metode survei. Metode survei dilakukan dengan wawancara singkat atau diskusi dengan individu atau kelompok yang diteliti tentang tingkat pengetahuan terhadap pubertas pada perubahan fisik remaja putri kelas 7 di SMP Negeri 1 Kota Baubau 2021, Sulawesi Tenggara. Adapun jumlah populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas 7 jumlah 194 orang. Kemudian jumlah sampel menggunakan rumus Lameshow yang berjumlah 55 orang siswa.

Teknik penarikan sampel menggunakan purposive sampling. Instrumen yang digunakan kuesioner. Data yang diperoleh dianalisis menggunakan univariat dengan menghitung distribusi frekuensi. Sedangkan analisis bivariat untuk menguji hubungan antara variabel independen terhadap variabel dependen dengan menggunakan *chi-square* (χ^2).

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Tingkat Pengetahuan

Berdasarkan hasil penelitian, dapat dideskripsikan karakteristik responden Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Perubahan Fisik Masa Pubertas Di kelas 7 SMP Negeri 1 Baubau sebagai berikut:

Tabel 1. Distribusi frekuensi Gambaran Tingkat Pengetahuan Remaja Putri tentang Perubahan Fisik Masa Pubertas di kelas 7 SMP Negeri 1 Kota Baubau

No	Pengetahuan	Frekuensi Responden (n)	Persentase (%)
1	Baik	22	40
2	Kurang	33	60
	Jumlah	55	100

Sumber : data primer, diolah Tahun 2021.

Berdasarkan tabel 1 di atas diketahui bahwa distribusi frekuensi dapat dikategorikan tingkat pengetahuan remaja putri tentang perubahan fisik masa pubertas di kelas 7 yaitu tingkat pengetahuan yang baik sebanyak 22 responden (40%) tingkat pengetahuan kurang sebanyak 33 (60%). Jadi tingkat pengetahuan siswi kelas 7 di SMP N 1 Kota Baubau tahun 2021 tentang perubahan fisik masa pubertas masih kurang.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Rahmadi, 2014) yang berjudul “Gambaran Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Perubahan Fisik Masa Pubertas di Darul Hijarah Putri Banjar Baru” dengan hasil bahwa pengetahuan remaja kurang yaitu sebanyak (47%) dan Penyesuaian diri remaja negative sebanyak (61%) maka ada hubungan antara tingkat pengetahuan dengan penyesuaian diri remaja putri pada masa pubertas. Kemudian senada dengan penelitian yang dilakukan oleh Sulistiyanti & Ayu (2021) dan Latifah & Ratnaningsih (2016) menyatakan bahwa tingkat pengetahuan remaja putri tentang perubahan fisik pubertas dengan hasil keseluruhan secara umum adalah cukup. Kemudian tingkat pengetahuan remaja putri tentang definisi perubahan fisik pubertas dengan hasil keseluruhan secara umum adalah baik.

Pengetahuan merupakan hasil dari tahu dan ini terjadi setelah seseorang melakukan penginderaan terhadap suatu obyek tertentu penginderaan ini terjadi melalui panca indera penglihatan, pendengaran, penciuman rasa dan raba sebagai besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga. Pengetahuan merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya perilaku seseorang. (Notoatmodjo, S, 2013).

Tingkat pengetahuan remaja putri di pengaruhi oleh berbagai faktor yang pengalaman, informasi dan budaya pengalaman dapat diperoleh dari diri sendiri



dan orang lain dimana merupakan sesuatu yang pernah dialami oleh seseorang akan menambah pengetahuan dan dapat menjadi sumber pengetahuan dan dapat menjadi sumber pengetahuan yang bersifat informal. Informasi dapat diperoleh melalui kenyataan (melihat dan mendengarkan sendiri), serta melalui surat kabar, radio, tv dapat menambah pengetahuan agar lebih luas. Budaya yang ada dalam keluarga dan masyarakat juga dapat mempengaruhi mempengaruhi tingkat pengetahuan seseorang. (Notoatmodjo, S, 2013).

2. Perubahan Fisik Masa Pubertas

Tabel 2 Distribusi frekuensi Gambaran Perubahan Fisik Masa Pubertas Remaja Putri Dikelas 7 SMP Negeri 1 Baubau

No	Perubahan fisik Masa Pubertas	Frekuensi Responden (n)	Persentase (%)
1	Ya	49	89.1
2	Tidak	6	10.9
	Jumlah	55	100

Sumber : data primer, diolah Tahun 2021

Berdasarkan tabel 2 di atas diketahui bahwa distribusi frekuensi dapat dikategorikan yang mengalami perubahan fisik sebanyak 49 responden (89.1%), sedangkan yang belum mengalami perubahan fisik masa pubertas sebanyak 6 responden (10.9%). Jadi dikelas 7 SMP N 1 Kota Baubau tahun 2021 sudah banyak yang mengalami perubahan fisik masa pubertas.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Asriani tahun 2012 dengan judul "Gambaran Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri Tentang Perubahan Fisik Masa Pubertas di SMP Negeri 1 Ranteangin Kabupaten Kolaka Utara Sulawesi Tenggara" didapatkan hasil bahwa sikap remaja putri tentang perubahan fisik masa pubertas yang mendukung sebanyak 63,4% dan yang tidak mendukung sebanyak 36,6%.

Perubahan fisik remaja merupakan ciri utama dari proses biologis yang terjadi pada masa pubertas. Pada masa ini terjadi perubahan fisik secara cepat, yaitu tidak seimbang dengan perubahan kejiwaan (mental emosional). Perubahan fisik yang terjadi termasuk pertumbuhan organ-organ reproduksi untuk mencapai kematangan reproduksi. Perubahan yang cukup besar dapat membingungkan remaja yang mengalaminya. Remaja sangat penting untuk mempelajari perubahan yang terjadi setiap tahap kehidupannya. Remaja dapat belajar menerima kondisi fisik diri serta merawat dan menjaganya (Bella, K., 2015).

Perubahan fisik pada pubertas anak perempuan dibagi menjadi 5 tahap menurut system

yang dikembangkan oleh Marshall dan Tanner, yang memeriksa sekelompok anak perempuan Inggris saat mengalami pematangan seksual. Penemuan tersebut dapat digunakan secara luas dalam menggambarkan waktu dan progresivitas perubahan pada pubertas yang normal. Gambaran yang ditemukan bersifat spesifik terhadap faktor demografis dari populasi penelitian mereka dan terhadap tahun dilakukannya penelitian tersebut pola dari gambaran perubahan pada pubertas ini adalah tetap, namun ciri-ciri dan aktu dari perubahan-perubahan ini dipegaruhi oleh ras, nutrisin dan factor genetic serta factor lingkungan lainnya. Estrogen ovarium juga menghasilkan perubahan pada anak perempuan yang mengalami pubertas sebagai berikut: 1) rambut pubis; 2) keratiniasi (konflikasi) mukosa vagina; 3) pembesaran labia minor dan mayor; 4) pembesaran uterus dan; 5) peningkatan timbunan lemak di pundgul dan paha (Yusuf, 2020).

Pubertas adalah masa ketika seorang anak mengalami perubahan fisik, psikis, dan kematangan fungsi seksual. Istilah pubertas dapat digunakan untuk menyatakan perubahan biologis yang meliputi morfologi dan fisiologi yang terjadi dengan pesat dari masa anak menuju dewasa terutama pada perubahan yang sangat cepat dan sudah memiliki kemampuan untuk berproduksi. Banyak remaja putri yang tidak menyadari bahwa telah memproduksi sel telur, yang remaja khawatirkan takut akan menghadapi pubertas (Latifah & Ratnaningsih, 2016).

Perubahan fisik remaja merupakan ciri utama dari proses biologis yang terjadi pada masa pubertas. Pada masa ini terjadi perubahan fisik secara cepat, yaitu tidak seimbang dengan perubahan kejiwaan (mental emosional). Perubahan fisik yang terjadi termasuk pertumbuhan organ-organ reproduksi untuk mencapai kematangan reproduksi. Perubahan yang cukup besar dapat membingungkan remaja yang mengalaminya. Remaja sangat penting untuk mempelajari perubahan yang terjadi setiap tahap kehidupannya. Remaja dapat belajar menerima kondisi fisik diri serta merawat dan menjaganya (Rochmania, 2020).

Perubahan fisik yang terjadi menimbulkan dorongan seksual yang berarti telah siap untuk memproduksi. Pengetahuan tentang perubahan fisik sangat penting diketahui remaja karena remja awal merupakan tahap yang sangat sensitif, akibat perubahan dari masa anak ke masa remaja yang merupakan masa terjadinya perubahan-perubahan seperti perubahan fisik maupun psikologis. Masa-masa remaja sering berhubungan dengan pertumbuhan, perubahan, dan Kesehatan munculnya berbagai kesempatan terhadap risiko kesehatan reproduksi (Prihartini, A. R., 2020).



Hasil dari penelitian (Liberty, 2013) (Prihartini & Maesaroh, 2019) dengan judul tingkat pengetahuan remaja putri tentang perubahan fisik masa pubertas di SMP Negeri 1 Sambu Kabupaten Boyolali tahun 2013 dengan hasil 5 responden (15,2%) dengan kategori baik, 20 responden (60,6%) kategori cukup, 8 responden (24,2%) kategori kurang. Dalam penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti tingkat pengetahuan tentang pubertas 21 responden (40,4%) dikategorikan baik, 14 responden (26,9%) dikategorikan cukup, 17 responden (32,7%) dikategorikan kurang.

3. Tingkat Pengetahuan terhadap Pubertas pada Perubahan Fisik Remaja Putri

Hasil penelitian hubungan tingkat pengetahuan terhadap perubahan fisik pubertas remaja putri di kelas 7 SMP Negeri 1 Kota Baubau dapat dilihat dari tabel berikut:

Tabel 3. Hasil analisis uji Chi Square hubungan antara tingkat pengetahuan terhadap perubahan fisik masa pubertas remaja putri

Tingkat Pengetahuan	Perubahan Fisik Remaja Putri				p-value
	Ya		Tidak		
	%	n	%	n	
Kurang	49.1	27	10.9	6	0.034
Baik	40	22	0	0	

Berdasarkan tabel 3 diatas menunjukkan bahwa nilai *p-value* pada uji pearson chi square adalah sebesar $0,034 < 0,05$ dan nilai chi square hitung $4,490 > 3,841$. Hal ini dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara tingkat pengetahuan terhadap perubahan fisik masa pubertas di kelas 7 SMP Negeri 1 Kota Baubau. Pengetahuan remaja tentang perubahan fisik masa pubertas banyak terdapat pada pengetahuan baik. Tinggi rendahnya tingkat pengetahuan seseorang dipengaruhi oleh beberapa faktor baik internal maupun eksternal.

Hal ini dibuktikan dengan hasil penelitian yang sudah merasakan terjadinya perubahan fisik masa pubertas terhadap remaja putri. Oleh karena itu dengan kejadian tersebut remaja akan mengetahui bahwa dalam lingkup kehidupan remaja akan terjadi perubahan-perubahan dalam dirinya sesuai dengan daur kehidupannya. Disamping faktor pengalaman, faktor informasi juga mempunyai peran penting dalam peningkatan pengetahuan seseorang. Perubahan fisik masa pubertas terjadi saat seseorang memasuki masa remaja yaitu mulai usia 10 tahun. Pada masa pubertas, hormon seksual akan mulai matang, hal ini akan menyebabkan terjadinya perubahan fisik pada remaja terutama perubahan alat reproduksi (Prihartini & Maesaroh, 2019).

Hasil penelitian ini didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh (Hudanatstsani., 2020) (Kurniawati & Nurmayanti, 2020) menyimpulkan bahwa Ada hubungan tingkat pengetahuan terhadap sikap dan tingkat kecemasan pada remaja putri saat mengalami perubahan fisik masa pubertas di SMP N 2 Bandongan.

KESIMPULAN DAN REKOMENDASI

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa gambaran tingkat pengetahuan remaja putri kelas 7 tentang perubahan fisik masa pubertas di SMP Negeri 1 Baubau tahun 2021 dengan jumlah sampel 55 responden dan disini yang mengali tingkat pengetahuan yang masih kurang tentang pengetahuan perubahan fisik masa pubertas sebanyak 40 responden (72,8%). Kemudian hasil uji bivariat melalui uji pearson chi square adalah sebesar $0,034 < 0,05$ dan nilai chi square hitung $4,490 > 3,841$. Hal ini dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara tingkat pengetahuan terhadap perubahan fisik masa pubertas di kelas 7 SMP Negeri 1 Kota Baubau.

Diharapkan bagi remaja lebih bertanggung jawab terhadap diri sendiri dan lingkungan sekitarnya dengan meningkatkan pengetahuan perubahan fisik masa pubertas. Kemudian hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi dan masukkan bagi yang membutuhkan, bacaan yang berkaitan dengan perubahan fisik masa pubertas.

REFERENSI

Agustina, S. (2017). *Biblioterapi untuk Pengasuhan*. Jakarta: PT. Mizan Publika.

Angrainy, R., Fitri, L., & Wulandari, V. (2019). Pengetahuan Remaja Putri Tentang Konsumsi Tablet Fe Pada Saat Menstruasi Pengan Anemia. *Jurnal Endurance*, 4(2), Pp.343-349.

Aulia, Devy Lestari Nurul; Suryanti, S. (2018). Hubungan Pengetahuan Pekerja Seks Komersial Tentang Infeksi Menular Seksual Dengan Keikutsertaan Dalam Memeriksa Diri Ke Pelayanan Kesehatan di lokalisasi Batu Ampar Kota Batam. *Jurnal Kebidanan Malahayati* 3(2).

Bella.k. (2015). *Sikap Remaja Putri Dalam Menghadapi Perubahan Fisik Masa Pubertas*.

BKKBN. (2017). *Peraturan Kepala Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional Nomor 24 tahun 2017 tentang Pelayanan Keluarga Berencana Pasca Persalinan dan Pasca Keguguran*. Jakarta: BKKBN.



- Endar Timiyatun, Eka Oktavianto, S. N. H. (2021). Edukasi Kesehatan: Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI) Secara Online Efektif Meningkatkan Pengetahuan dan Sikap Pada Remaja Endar Timiyatun, Eka Oktavianto, Sri Nur Vol. 1 No. 1, 2021 Hartiningsih STIKes Surya Global Yogyakarta. *Linggau Health Journal*, 1(1), 1–7.
- Hudanatstsani., N. (2020). *Hubungan Tingkat Pengetahuan Terhadap Sikap Dan Tingkat Kecemasan Menghadapi Perubahan Fisik Masa Pubertas Pada Remaja Putri Di SMPN 2 Bandongan().Magelang:Prodi D4 Keperawatan Magelang.*
- Khairani. (2018). *InfoDatin Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI. Kementerian Kesehatan RI. Jakarta Selatan.*
- Kurniawati, N., & Nurmawati, M. W. (2020). Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Pubertas Dengan Sikap Menghadapi Perubahan Fisik Pada Remaja Awal Di SD N Kedunglo Purworejo Nindya Kurniawati, Mega Wahyu Nurmawati. *Jurnal Komunikasi Kesehatan*, 11(2), 1–6.
- Latifah, H., & Ratnaningsih, D. (2016). Tingkat Pengetahuan Tentang Pubertas Pada Remaja Putri Kelas VIII Di SMP Muhammadiyah III Depok Sleman. *Jurnal POLTEKKES Permata Indonesia*, 7, 01–09.
- Liberty, E. (2013). *Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang perubahan Fisik Pubertas Di Smp N 1 Sambika bupaten Boyolali Tahun 2013.*
- Notoatmodjo. S. (2013). *Pendidikan dan Perilaku Kesehatan. Jakarta; Rineka Cipta.*
- Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 25 Tahun 2014. (n.d.). *Upaya Kesehatan Anal.*
- Prihartini, A. R., & R. (2020). *FaktorFaktor Yang Mempengaruhi Pernikahan Usia Muda Di Desa Gunung Sembung Kecamatan Pagaden Kabupaten Subang. Jurnal Health Sains*, 1(2), 32–38. <http://jurnal.healthsains.co.id/index.php/jhs/article/view/17>.
- Prihartini, A. R., & Maesaroh, M. (2019). Hubungan Antara Tingkat Pengetahuan dan Sikap Remaja Awal Terhadap Perubahan Fisik Masa Pubertas Pada Murid Kelas VIII di SMP N 1 Plumbon Kabupaten Cirebon. *Jurnal Menara Medika*, 2(1), 119–127.
- Prihartini, A. R., Maesaroh, M., & Widiastuti, F. (2022). Hubungan Antara Kelainan Letak Janin Dengan Ketuban Pecah Dini Pada Ibu Bersalin Di Kabupaten Indramayu. *Menara Medika*, 4(2), 173–183. <https://doi.org/10.31869/mm.v4i2.3076>
- Priyanti, S., & Syalfina, A. D. (2017). *Buku Ajar Kesehatan Reproduksi Dan Keluarga Berencana. CV Kekata Group.* <http://bppsdmk.kemkes.go.id/pusdiksdmk/wpcontent/uploads/2017/08/Kespro-dan-KB-Komprehensif.pdf>.
- Rahmadi. (2014). *Gambaran tingkat pengetahuan remaja putri tentang perubahan fisik masa pubertas Di Darul Hijarah Putri Banjar Baru.*
- Rochmania, B. K. (2020). Sikap Remaja Putri Dalam Menghadapi Perubahan Fisik Saat Puberta1. Rochmania, B. K. Sikap Remaja Putri Dalam Menghadapi Perubahan Fisik Saat Pubertas. *J. Vokasi Kesehat.* 6, 42 (2020).s. *Jurnal Vokasi Kesehatan*, 6(1), 42. <https://doi.org/10.30602/jvk.v6i1.213>
- Sarwono, Sarlito W & Meinarno, E. A. (2015). *Psikologi Sosial. Jakarta: Salemba Humanika.*
- Sulistiyanti, A., & Ayu, A. J. (2021). Tingkat Pengetahuandan Sikap pada Remaja Putri Tentang Perubahan Fisik Pubertas Pada Siswi SMP Negeri 1 Sukoharjo. *Infokes*, 11(1), 41–48.
- Walyani Elisabeth Siwi. (2017). *Asuhan Kebidanan Pada Kehamilan. 2nd ed. Yogyakarta: PT. Pustaka Baru.*
- World Health Organization (WHO). (2018). *Deafness and hearing loss. [Cited 2018 Januari 4], Available from : http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs300/en/.*
- Yusuf, F. (2020). *Perbedaan Penerimaan Diri Tentang Pubertas Antara Remaja Pria Dan Wanita.* <http://repository.poltekkes-kdi.ac.id/1988/1/SKRIPSI%20FITRIANI%20YUSUF.pdf>.