

Hubungan Pengetahuan dengan Sikap Remaja Putri tentang Perubahan Fisik pada Masa Pubertas di MAN 1 Kabupaten Malang

Nurul Wafiah^{1*}, Herawati Mansur², Sunaeni³

¹⁻³Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Malang, Indonesia

*Email: nununurul462@gmail.com

Alamat: Jalan Besar Ijen No. 77 C, Kelurahan Kasin, Kecamatan Klojen, Kota Malang, Jawa Timur, Indonesia 65114

*Penulis Korespondensi

Abstract. *The importance of knowledge about physical changes during puberty because during this period there are many changes such as physical, psychological and social changes. Lack of knowledge about the changes that occur to them and why they occur can lead to embarrassment, anxiety or distrust. Can cause embarrassment, anxiety or distrust. Objective of this study was to determine the relationship between knowledge and attitudes of adolescent girls about physical changes at puberty. This study uses a correlation analytic design with a cross sectional approach, population as many as 165 people, sampling using proportional random sampling technique, the number of samples was 50 respondents who met the inclusion criteria. sample of 50 respondents who met the inclusion criteria. Instrument the research instrument used a knowledge and attitude questionnaire. Data analysis using the spearman rank test. The results obtained p value $0.001 < \alpha 0.05$, it can be concluded that there is a relationship between knowledge and attitude of adolescent girls about physical changes during puberty at MAN 1 Malang Regency. Therefore, it is expected that adolescents can take the time to participate in youth health organization activities such as PMR or PIK-R in the school environment and seek information from various sources such as books, journals or magazines in order to increase their knowledge about physical changes during puberty. As for the research site, it is hoped that it can provide counseling evenly to students of MAN 1 Malang Regency.*

Keywords: *Adolescent Girls; Attitude; Knowledge; Physical Changes; Puberty.*

Abstrak. Pengetahuan tentang perubahan fisik selama pubertas sangat penting, karena pada periode ini terjadi banyak perubahan, baik fisik, psikologis, maupun sosial. Kurangnya pengetahuan tentang perubahan yang terjadi pada tubuh dan alasan di baliknya dapat menimbulkan rasa malu, kecemasan, atau ketidakpercayaan diri. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara pengetahuan dan sikap remaja putri mengenai perubahan fisik pada masa pubertas. Penelitian ini menggunakan desain analitik korelasi dengan pendekatan potong lintang. Populasi yang digunakan adalah 165 remaja putri, dengan teknik pengambilan sampel menggunakan random sampling proporsional, sehingga diperoleh sampel sebanyak 50 responden yang memenuhi kriteria inklusi. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner pengetahuan dan sikap. Data dianalisis menggunakan uji Spearman rank. Hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai p value sebesar $0,001 < \alpha 0,05$, yang berarti terdapat hubungan signifikan antara pengetahuan dan sikap remaja putri tentang perubahan fisik selama pubertas di MAN 1 Kabupaten Malang. Berdasarkan hasil ini, diharapkan remaja putri dapat meluangkan waktu untuk berpartisipasi dalam kegiatan organisasi kesehatan remaja, seperti PMR atau PIK-R di sekolah, serta mencari informasi lebih banyak dari berbagai sumber seperti buku, jurnal, atau majalah guna meningkatkan pengetahuan mereka tentang perubahan fisik selama pubertas. Selain itu, diharapkan pihak sekolah dapat memberikan penyuluhan secara merata kepada seluruh siswa di MAN 1 Kabupaten Malang, agar pemahaman tentang pubertas dapat lebih luas.

Kata kunci: Pengetahuan; Perubahan Fisik; Pubertas; Remaja Putri; Sikap.

1. LATAR BELAKANG

Masa remaja adalah masa penting kehidupan dimana terjadi perubahan dari anak-anak menuju dewasa. Pada masa ini remaja mengalami banyak perubahan seperti perubahan fisik, psikologis, dan social (Bahiyatun, 2013). Pada proses ini akan membuat remaja memiliki

keingintahuan yang tinggi terhadap sesuatu yang dapat mempengaruhi perilakunya. Salah satu perilaku yang timbul adalah keinginan untuk mencoba-coba yang dapat menjuruskan remaja pada penyimpangan perilaku seks pranikah. Perilaku ini merupakan akibat dari perkembangan biologis yang terjadi pada masa pubertas sehingga dapat mendorong hasrat seksual pada remaja (Kemenkes, 2022).

Menurut SDKRI 2017 64% wanita melakukan gandengan tangan, 30% ciuman bibir, 33% melakukan petting, 5% diraba atau meraba, 2% telah melakukan hubungan seksual pranikah, dan 11 % diantaranya mengalami kehamilan yang tidak diinginkan. Diantara wanita yang melakukan hubungan seksual pranikah terdapat 59% wanita melakukan hubungan seksual pertama kali pada usia 15-19 tahun (SDKI-RI, 2017). Selain itu pada tahun 2020 prevalensi perilaku seks pranikah pada remaja putri sebesar 16,4% (BPS, 2020).

Berdasarkan Data Dinas Kominfo Provinsi Jawa Timur mengatakan, angka permohonan dispensasi nikah (diskan) di Provinsi Jawa Timur pada tahun 2022 mencapai 15.212 kasus yang dimana terdapat 80% remaja perempuan sudah hamil duluan, dengan jumlah kasus di Kota Malang sebesar 1.384 kasus (Kominfo, 2023).

Adanya dorongan perilaku seksual pada remaja saat mengalami pubertas hal ini dikarenakan adanya beberapa faktor penyebab yaitu usia pubertas, keterpaparan informasi yang disalahgunakan oleh remaja yang berdampak pada kontrol diri, minimnya pemahaman mengenai seksualitas, kurangnya pengetahuan remaja tentang kesehatan reproduksi, pengaruh teman sebaya, serta kurangnya pengawasan dari orang tua (Hapsari, 2019) & (Khaeruddin, 2021).

Dengan adanya permasalahan perubahan fisik yang berhubungan dengan seks primer dapat berdampak pada perilaku seks pranikah yang akan berakibat terjadinya infeksi penyakit menular seksual (PMS), HIV/AIDS, kehamilan di luar nikah dan aborsi, sedangkan akibat dari perubahan fisik seks sekunder seperti masalah jerawat, payudara membesar, dan bau badan akan berdampak pada sikap remaja yang akan menimbulkan perasaan cemas, khawatir, dan tidak percaya diri, hal ini dapat terjadi karena kurangnya pengetahuan remaja tentang kesehatan reproduksi (Galbinur, 2021).

Permasalahan yang dihadapi oleh remaja sering kali menempatkan remaja pada situasi yang sulit, hal ini mengakibatkan remaja yang pada masa pubernya tidak mendapatkan pengetahuan dengan cara yang benar (Herwandar, 2021). Remaja yang secara psikologis tidak dipersiapkan tentang perubahan-perubahan fisik dan psikologis yang terjadi, akan dapat berakibat menjadikan suatu pengalaman traumatis bagi remaja. Oleh karena itu pengetahuan tentang perubahan fisik pada masa pubertas sangatlah penting (Lestari, 2018).

Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan pada 10 siswa didapatkan 3 orang siswa mengatakan cemas pada saat menstruasi pertama kali, 5 orang mengatakan tidak percaya diri dengan pembesaran payudara yang dialami serta 6 orang pernah membandingkan bentuk tubuh dengan teman sebayanya. Selanjutnya terdapat 16 siswa putri yang menuliskan perasaan tidak percaya diri dengan bentuk tubuhnya seperti merasa pendek, gemuk, berjerawat, yang dimana 5 orang diantaranya mengatakan malu-malu karena pernah dibully oleh teman-temannya. Hal ini diketahui oleh BK dari lembar konseling yang dibagikan kepada siswa.

Berdasarkan uraian latar belakang di atas maka peneliti tertarik untuk mengetahui apakah ada hubungan pengetahuan dengan sikap remaja putri tentang perubahan fisik pada masa pubertas di MAN 1 Kabupaten Malang.

2. METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah analitik korelasi dengan pendekatan cross sectional. Populasi penelitian yaitu seluruh remaja putri kelas XI MAN 1 Kabupaten Malang yang berjumlah 165 orang dengan jumlah sampel sebanyak 50 orang, teknik sampling menggunakan *proportional random sampling*, metode pengumpulan data menggunakan instrumen kuesioner pengetahuan dan sikap yang telah dilakukan uji validitas dan reliabilitas terlebih dahulu sebelum diberikan kepada responden penelitian, pengolahan data dilakukan *Editing, Scoring, Coding, Transferring, Tabulating*, analisis data menggunakan analisis univariat dan bivariat dengan uji *spearman rank*, adapun hasil lolos uji etik oleh komisi etik penelitian pada tanggal 06 Maret 2024 dengan No: Dp.04.03/F/XXI.31/0139/202.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Keterpaparan Informasi di MAN 1 Kabupaten Malang.

Keterpaparan Informasi	n	%
Pernah	48	96,0
Belum Pernah	2	4,0
Jumlah	50	100

Berdasarkan Tabel 1 diatas dari 50 responden diketahui hampir seluruh atau sebanyak 48 responden (96,0%) sudah pernah terpapar informasi kesehatan reproduksi atau tentang perubahan fisik pada masa pubertas.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Sumber Informasi di MAN 1 Kabupaten Malang.

Sumber Informasi	n	%
Tidak Ada	2	4,0
Buku/Majalah	6	12,0
Internet	12	24,0
Penyuluhan	26	52,0
Lingkungan Masyarakat	4	8,0
Jumlah	50	100

Berdasarkan tabel 2 dari 50 responden diketahui sebagian besar telah mendapatkan informasi tentang kesehatan reproduksi dan perubahan fisik pada masa pubertas melalui penyuluhan yaitu sebanyak 26 responden (52,0%).

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Pengetahuan di MAN 1 Kabupaten Malang.

Pengetahuan	n	%
Baik	22	44,0
Cukup	16	32,0
Kurang	12	24,0
Jumlah	50	100

Berdasarkan tabel 3 dari 50 responden diketahui hampir setengah yang memiliki pengetahuan baik tentang perubahan fisik pada masa pubertas yaitu sebanyak 22 responden (44,0%).

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Sikap di MAN 1 Kabupaten Malang.

Sikap	n	%
Positif	31	62,0
Negatif	19	38,0
Jumlah	50	100

Berdasarkan tabel 4 dari 50 responden diketahui sebagian besar yang memiliki sikap positif tentang perubahan fisik yang dialami pada masa pubertas yaitu sebanyak 31 responden (62,0%).

Tabel 5. Tabel Silang Pengetahuan Dengan Sikap Responden Tentang Perubahan Fisik Pada Masa Pubertas di MAN 1 Kabupaten Malang.

Pengetahuan	Positif		Sikap Negatif		Total		P Value
	n	%	n	%	n	%	
Baik	19	38,0	3	6,0	22	100	0,001
Cukup	10	20,0	6	12,0	16	100	
Kurang	2	4,0	10	20,0	12	100	
Jumlah	31	62,0	19	38,0	50	100	

Hasil uji statistik menggunakan uji *Spearman Rank* didapatkan nilai p value = 0,001 yang artinya nilai tersebut $< \alpha = 0,05$, maka H_1 diterima yang berarti ada hubungan antara Pengetahuan Dengan Sikap Remaja Putri Tentang Perubahan Fisik Pada Masa Pubertas di MAN 1 Kabupaten Malang.

Pembahasan

Berdasarkan hasil analisis univariat dapat dilihat pada tabel 3 diketahui bahwa hampir setengah remaja memiliki pengetahuan baik tentang perubahan fisik pada masa pubertas. Pengetahuan adalah hasil dari tahu, yang terjadi setelah orang melakukan pengindraan terhadap objek tertentu. Pengindraan terjadi melalui pancaindra manusia, yakni indera penglihatan, pendengaran. Sehingga pengetahuan merupakan pedoman dalam membentuk tindakan seseorang (Rambe, 2017).

Pengetahuan jika dikaitkan dengan usia, maka dapat diketahui bahwa faktor umur juga dapat mempengaruhi tingkat pengetahuan seseorang. Seperti yang diketahui bahwa remaja putri dalam penelitian ini adalah siswi MAN 1 Kabupaten Malang kelas XI yang berusia 16-17 tahun dimana usia tersebut merupakan usia produktif yang dapat membuat seseorang untuk mudah memperoleh dan mengingat akan informasi yang didupatkannya.

Hal ini didukung oleh teori yang dikemukakan Dila (2021) usia adalah umur individu yang terpenting mulai saat dilahirkan sampai berulang tahun. Semakin cukup umur, tingkat kematangan dan kekuatan seseorang bertambah dalam berpikir dan bekerja. Dari segi kepercayaan masyarakat seorang yang lebih dewasa akan lebih dipercaya dari orang yang belum cukup tinggi kedewasaannya. Hal ini sebagai akibat dari pengalaman dan kematangan jiwanya.

Pentingnya pengetahuan remaja tentang pubertas karena masa remaja merupakan masa dimana terjadinya banyak perubahan mulai dari fisik, biologis serta perubahan tuntutan dari lingkungan, sehingga diperlukan suatu proses penyesuaian diri dari remaja (Kurniawan, 2021). Ketidaktahuan remaja mengenai perubahan yang terjadi pada dirinya dan mengapa hal itu

terjadi dapat menimbulkan rasa cemas dan malu. Remaja akan bertanya-tanya apakah perubahan ini merupakan suatu hal yang normal dan apakah semua orang mengalami serta apa yang harus dilakukan dengan perubahan ini (Mutia, 2022).

Selain itu berdasarkan tabel 4 diketahui bahwa sikap yang dimiliki remaja tentang pubertas sebagian besar memiliki sikap positif tentang perubahan fisik yang dialami. Hal ini menunjukkan bahwa pengetahuan remaja merupakan salah satu aspek penting dalam menyikapi perubahan yang dialami remaja.

Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh penelitian Prihartini (2020) mengatakan bahwa sikap remaja awal memiliki hubungan yang signifikan terhadap perubahan fisik masa pubertas, yang dimana semakin banyak perubahan fisik yang terjadi pada masa pubertas maka akan semakin baik pula sikap remaja awal terhadap perubahan yang dialami.

Hal tersebut didukung oleh teori Azwar (2015) yang mengemukakan bahwa sikap adalah perasaan memihak (*favorabel*) ataupun perasaan tidak memihak (*unfavorabel*) terhadap suatu obyek. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa sikap merupakan perasaan yang muncul karena adanya stimulus. Sikap merupakan suatu kecenderungan untuk berrespon positif atau negatif terhadap obyek, organisme atau situasi tertentu yang dialami oleh setiap individu yang dimana sikap akan sangat mempengaruhi proses berpikir, respon afeksi, kehendak dan perilaku berikutnya. Jadi sikap merupakan respon evaluatif di dasarkan pada proses evaluasi diri yang disimpulkan berupa penilaian positif atau negatif yang kemudian dijadikan sebagai reaksi terhadap suatu obyek (Maifita et al., 2021).

Berdasarkan tabel silang pada lampiran 11, halaman 117, tabel 8 didapatkan hasil yang menunjukkan bahwa sebagian besar responden yang sudah pernah terpapar informasi memiliki sikap positif tentang perubahan fisik yang dialami selama masa pubertas yakni 30 responden (60,5%). Hal ini menunjukkan bahwa keterpaparan informasi merupakan hal yang sangat penting dikarenakan dari informasi ini remaja dapat menambah pengetahuan serta wawasannya tentang perubahan fisik pada masa pubertas.

Perlunya kesiapan diri bagi remaja untuk menghadapi masa pubertas dengan cara mengikuti kegiatan penyuluhan, membaca buku ataupun menggali informasi pada keluarga maupun guru tentang perubahan yang terjadi pada masa pubertas (Kristy, 2017). Hal ini dikarenakan jika remaja tidak siap dengan perubahan fisik yang terjadi maka mereka akan merasa kurang percaya diri karena merasa dirinya berbeda dengan teman yang lainnya dimana hal ini dapat menimbulkan sikap negatif pada diri sendiri maupun sosialnya (Mareta, 2023).

Hal ini di dukung oleh teori Notoatmodjo (2018) bahwa Sikap seseorang terhadap suatu objek menunjukkan pengetahuan orang tersebut terhadap obyek yang bersangkutan. Hal ini

dapat diartikan bahwa sikap yang positif maupun sikap yang negatif terbentuk dari komponen pengetahuan. Semakin banyak pengetahuan yang didapat akan semakin positif sikap yang terbentuk. Semakin tahu tentang pubertas maka sikap dalam menghadapi perubahan fisik juga semakin positif.

Sikap dapat dipengaruhi oleh usia, pengalaman, dan pengetahuan. Maka dari itu perlunya bimbingan dan arahan serta pemahaman dari pihak sekolah, dan keluarga agar memberikan keyakinan bahwa perubahan fisik yang terjadi pada masa pubertas merupakan hal yang normal atau fisiologi dan terjadi pada setiap orang hanya saja waktunya yang berbeda-beda (Elisa, 2015).

Berdasarkan hasil analisis bivariat dengan uji statistik menggunakan uji *Spearman Rank* didapatkan nilai $p\text{ value} = 0,001$ yang artinya nilai tersebut $< \alpha = 0,05$, maka H_1 diterima yang berarti ada hubungan antara pengetahuan dengan sikap remaja putri tentang perubahan fisik pada masa pubertas di MAN 1 Kabupaten Malang.

Sebagaimana hal tersebut didukung oleh teori Notoatmodjo (2018) yang dimana pengetahuan merupakan domain yang sangat penting bagi terbentuknya sikap seseorang. Apabila pengetahuan responden kurang, akan sulit bagi seseorang untuk mengaplikasikannya karena pengetahuan merupakan domain yang sangat penting bagi terbentuknya sikap seseorang. Responden akan berperilaku secara positif apabila memiliki pengetahuan yang baik. Pengetahuan merupakan hal yang sangat penting untuk terbentuknya sikap seseorang, sikap yang didasari oleh pengetahuan akan lebih langgeng dari pada sikap yang tidak didasari oleh pengetahuan (Mujito, 2018).

Pengetahuan adalah hasil dari tahu, dan ini terjadi setelah seseorang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Tanpa pengetahuan, seseorang tidak mempunyai dasar untuk mengambil keputusan dan menentukan tindakan terhadap masalah yang dihadapi (Irwan, 2017). Perilaku merupakan hasil daripada segala macam pengalaman serta interaksi manusia dengan lingkungannya yang terwujud dalam bentuk pengetahuan, sikap dan tindakan. Perilaku seseorang atau masyarakat ditentukan oleh pengetahuan, sikap, kepercayaan, tradisi, dan sebagainya dari orang atau masyarakat yang bersangkutan. Selain itu, ketersediaan fasilitas, sikap dan perilaku petugas kesehatan terhadap kesehatan akan mendukung dan memperkuat terbentuknya perilaku (Syapitri et al., 2021).

Menurut asumsi dari peneliti bahwa semakin baik pengetahuan remaja tentang perubahan fisik pada masa pubertas maka semakin positif pula sikap remaja terhadap perubahan fisik yang di alami dan sebaliknya semakin rendah pengetahuan remaja maka sikap yang di timbulkan terhadap perubahan fisik yang di alami juga akan rendah atau negatif, akan

tetapi tidak menutup kemungkinan masih terdapat remaja yang berpengetahuan baik atau cukup yang memiliki sikap negatif terhadap perubahan fisik yang dialami hal ini dikarenakan kurangnya kesiapan serta penerimaan diri dari remaja tersebut.

Dengan demikian diketahui bahwa pengetahuan merupakan salah satu faktor terbentuknya sikap seseorang selain itu ada juga beberapa faktor lain seperti usia, pengalaman, dan informasi yang pernah didapatkan. Oleh karena itu pengetahuan diharapkan mampu menjadi dasar bagi seseorang untuk bagaimana menyikapi terhadap suatu objek atau stimulus tertentu (Saputro, 2018)

Dalam penelitian ini peneliti tidak dapat menggali lebih dalam untuk memastikan bahwa selain pengetahuan apakah terdapat faktor lain yang mempengaruhi sikap responden mengenai perubahan fisik yang dialami pada masa pubertas.

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan pada remaja putri kelas XI MAN 1 Kabupaten Malang pada tanggal 22 April 2024 maka dapat disimpulkan bahwa pengetahuan remaja putri tentang perubahan fisik pada masa pubertas di MAN 1 Kabupaten Malang termasuk dalam kategori pengetahuan baik. Sikap remaja putri tentang perubahan fisik pada masa pubertas di MAN 1 Kabupaten Malang termasuk dalam kategori Positif. Berdasarkan hasil uji *spearman rank* menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara pengetahuan dengan sikap remaja putri tentang perubahan fisik pada masa pubertas di MAN 1 Kabupaten Malang. Hal ini dikarenakan pengetahuan merupakan salah satu faktor terbentuknya sikap seseorang oleh karena itu semakin baik pengetahuan remaja maka sikap yang dimiliki juga akan mendukung.

Adapun saran yang diberikan peneliti dari berbagai pihak yaitu bagi remaja diharapkan remaja putri tetap meningkatkan pengetahuan maupun sikap yang dimiliki dengan meluangkan waktu untuk mengikuti penyuluhan di sekolah maupun di luar sekolah, serta mencari informasi melalui buku atau media lainnya yang berkaitan dengan kesehatan reproduksi atau perubahan fisik pada masa pubertas. Bagi tempat penelitian diharapkan bagi tempat penelitian untuk dapat menjadi sumber informasi kesehatan reproduksi terutama perubahan fisik pada masa pubertas dengan cara memberikan penyuluhan kepada siswa secara merata dan bertahap sehingga semua siswa yang ada di sekolah tersebut bisa mendapatkan informasi secara merata. Bagi institusi pendidikan diharapkan dapat menambah referensi perpustakaan di Poltekkes Kemenkes Malang khususnya yang berkaitan dengan pengetahuan dengan sikap remaja putri tentang perubahan fisik yang dialami selama masa pubertas. Bagi peneliti selanjutnya

diharapkan hasil penelitian ini dapat menambah referensi ataupun literatur terutama yang berhubungan dengan perubahan fisik pada masa pubertas.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penelitian ini didanai oleh penulis sendiri tanpa adanya sponsor dari luar. Selain itu penulis ingin mengucapkan terimakasih kepada seluruh responden penelitian yaitu kepada siswi Kelas XI MAN 1 Kabupaten Malang, serta kepada guru penanggung jawab penelitian.

DAFTAR REFERENSI

- Azwar, Saifuddin. (2015). *Sikap Manusia: Teori & Pengukurannya*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Bahiyatun. (2013). *Psikologi Ibu dan Anak : Buku Ajar Bidan*. Jakarta : Buku Kedokteran EGC.
- BPS. (2020). Statistik Indonesia. *Statistik Indonesia*, 1101001, 790. <https://www.bps.go.id/publication/2020/04/29/e9011b3155d45d70823c141f/statistik-indonesia-2020.html>
- Dila. (2021). HAKIKAT MANUSIA: Pengetahuan (Knowladge), Ilmu Pengetahuan (Sains), Filsafat Dan Agama. *Jurnal Tawadhu*, 5(1(22)), 143–159. <https://doi.org/10.25587/svf.2021.22.1.007>
- Dinas Kominfo. (2023). *80 % Diskan disebabkan hamil duluan*. Dinas Komunikasi Dan Informatika Provinsi Jawa Timur.
- Elisa. (2015). *Sikap dan Faktor yang Berpengaruh, Buku Ajar Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Galbinur, E., & Defitra, M. A. (2021). *Pentingnya Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Bagi Remaja di Era Modern*. 221–228.
- Hapsari, A. (2019). Buku Ajar Kesehatan Reproduksi Modul Kesehatan Reproduksi Remaja. In *UPT UNDIP Press Semarang*. http://eprints.undip.ac.id/38840/1/KESEHATAN_MENTAL.pdf
- Herwandar, F. R. (2021). Hubungan Pengetahuan Dengan Sikap Remaja Terhadap Perubahan Fisik Pubertas Di MTS Pui Ciwedus Timbang Kabupaten Kuningan Tahun 2019. *Jurnal BMI*, 16(1), 80–85. <https://doi.org/10.37160/bmi.v16i1.466>
- Irwan. (2017). *Etika dan Perilaku Kesehatan (pertama)*. Yogyakarta: CV. Absolute Media.
- Kemendes. (2022). *Kesehatan reproduksi remaja: permasalahan dan upaya pencegahan*. Diakses pada 5 oktober 2022 dari https://yanke.kemkes.go.id/view_artikel/29/kesehatan-reproduksi-remaja-permasalahan-dan-upaya-pencegahan

- Khaerudin, M (2021). Faktor-Faktor Yang Memengaruhi Perilaku Seksual Pranikah Pada Remaja Di Smp Negeri 1 Ciawigebang. *Jurnal kesehatan masyarakat*. 47–64. <https://conference.upnvj.ac.id/index.php/semnashmkm2020/article/view/196>
- Kristy. (2017). Hubungan Pengetahuan dengan Sikap Remaja Awal tentang Perubahan Fisik di SMP N 5 Kota Jambi Tahun 2017. *Scientia Journal*, 6(1), 69–78.
- Kurniawan. (2021). Faktor Penyebab Depresi Pada Ibu Hamil Selama Asuhan Antenatal Setiap Trimester Factors Lead To Depression During Antenatal Care Every Trimester of Pregnant Mother. *E-Jurnal Medika Udayana, perinatal Depressive*, 1–13.
- Lestari, D. (2018). Hubungan Pengetahuan remaja awal tentang pubertas dengan sikap menghadapi perubahan fisik. *Jurnal Kebidanan*, 4(4), 145–150.
- Mareta. (2023). *Psikologi Keperawatan (Pertama)*. Yogyakarta: Get Press Indonesia.
- Mujito, G. D. (2018). *Modul Ajar Pengembangan Kepribadian (pertama)*. Malang: Politeknik Kesehatan Malang. http://eprints.ukh.ac.id/id/eprint/668/1/ModulL_Aajar_Pengembangan_Kepribadian_.pdf
- Mutia, W. O. N. (2022). Tingkat Pengetahuan Terhadap Perubahan Fisik Pubertas Remaja Putri. *Jurnal Ilmu Kebidanan*, 9(1), 18–23. <https://doi.org/10.48092/jik.v9i1.182>
- Nisa, S., & Maifita, Y. (2021). Hubungan Pengetahuan Dengan Sikap Siswa Kelas VII Tentang Perubahan Fisik Pada Masa Pubertas. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*, 12(2), 373. <https://doi.org/10.26751/jikk.v12i2.868>.
- Notoatmodjo. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Cetakan ketiga. Jakarta: PT Rineka Cipta
- Prihartini, A. R., & Maesaroh, M. (2020). Hubungan 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*, 3(1), 66–7
- Rambe, H. L. (2017). Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Ibu Tentang Gizi Terhadap Tumbuh Kembang Anak Balitanya Di Taman Kanak-Kanak Imelda Medan. *Jurnal Ilmiah Kebidanan Imelda*, 3(2), 257–266. ISSN 2597-7180
- Saputro, K. Z. (2018). Memahami Ciri dan Tugas Perkembangan Masa Remaja. *Aplikasia: Jurnal Aplikasi Ilmu-Ilmu Agama*, 17(1), 25. <https://doi.org/10.14421/aplikasia.v17i1.1362>
- SDKI-RI. (2017). Kesehatan Reproduksi Remaja 2017. *Badan Kependudukan Dan Keluarga Berencana Nasional*, 1–606. <http://www.dhsprogram.com>
- Syapitri, H., Amila, & Aritonang, J. (2021). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Ahlimedia Press (Anggota IKAPI: 264/JTI/2020). www.ahlmediapress.com