

GAMBARAN FAKTOR YANG MEMPENGARUHI KESIAPAN DALAM MENGHADAPI PUBERTAS PADA REMAJA

Nyaindah Muntyas Subekti¹, Dhita Kris Prasetyanti², Anis Nikmatul Nikmah³
Mahasiswa Program Studi Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Kadiri, Jl.
Selomangleng 1 Kediri Kode Pos 64111-64119
Email : nyaindahm@gmail.com

ABSTRAK

Remaja merupakan masa kehidupan individu dimana terjadi perkembangan psikologis untuk menemukan jati diri. Pada masa peralihan tersebut, remaja akan dapat mengembangkan bakat dan kemampuan yang ia miliki yang akan ditunjukkan pada orang lain agar terlihat berbeda dari yang lain. Berdasarkan hasil survey pendahuluan yang dilakukan di SMPN 8 Kediri Tahun 2019, pada 10 siswa didapatkan 6 siswa yang mempunyai pengetahuan baik dalam menghadapi pubertas. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran faktor yang mempengaruhi kesiapan remaja dalam menghadapi pubertas Di SMPN 8 Kediri Tahun 2019. Metode Penelitian ini menggunakan deskriptif dengan desain *crosssectional*, pada penelitian ini teknik pengambilan sampelnya menggunakan simple random sampling dengan besar sampel 75 responden. Cara analisa data menggunakan univariat, dari hasil penelitian yang dilakukan terdapat hampir seluruh responden sebanyak 64 (85,3 %) siswa memiliki pengetahuan baik dan terdapat hampir seluruh responden sebanyak 60 (80 %) siswa mempunyai sikap positif, yang artinya remaja tersebut mempunyai pengetahuan yang baik serta didukung oleh sikap yang positif, maka remaja tersebut telah siap untuk menghadapi pubertas. Diharapkan bagi guru bekerja sama dengan orangtua untuk selalu memberikan informasi dan pemahaman yang berkaitan dengan pubertas sehingga remaja tidak akan salah mendapat informasi dan dampak negatif yang ditimbulkan.

Kata Kunci : Pengetahuan, Sikap, Dan Pubertas

ABSTRACT

Teenagers are a period of individual life where psychological development occurs to find identity. During this transition, adolescents will be able to develop the talents and abilities they have that will be shown to others to look different from others. Based on the results of a preliminary survey conducted at SMPN 8 Kediri, in 10 students there were 6 students who had good knowledge in dealing with puberty. This study aims to determine the description of the factors that influence adolescent readiness in dealing with puberty in Kediri 8th Middle School in 2019. This research method uses descriptive analytic with cross-sectional design, in this study the sampling technique uses simple random sampling with a large sample of 75 respondents. How to analyze data using univariate, from the results of research conducted there are almost all respondents as many as 64 (85.3%) students have good knowledge and there are almost all respondents as many as 60 (80%) students have a positive attitude, which means the teenager has knowledge good and supported by a positive attitude, the teenager is ready to face puberty. It is expected that teachers work together with parents to always provide information and understanding related to puberty so that adolescents will not get wrong information and the negative effects caused.

Keywords: Knowledge, Attitude, and Puberty

PENDAHULUAN

Remaja merupakan masa kehidupan individu dimana terjadi perkembangan psikologis untuk menemukan jati diri. Pada masa peralihan tersebut, remaja akan dapat mengembangkan bakat dan kemampuan yang ia miliki yang akan ditunjukkan pada orang lain agar terlihat berbeda dari yang lain (Kusmiran, 2011). Masa remaja sering disebut dengan masa pubertas yang digunakan untuk menyatakan perubahan biologis baik bentuk maupun fisiologis yang terjadi dengan cepat dari masa anak-anak ke masa dewasa. Secara psikologis remaja adalah usia dimana individu menjadi terintegrasi di dalam masyarakat dewasa, suatu usia dimana anak tidak merasa dibawah lebih tua melainkan merasa sama atau sejajar. Remaja digolongkan menjadi 3 yaitu : remaja awal (12-15 tahun) remaja pertengahan (15-18 tahun) dan remaja akhir (18-21 tahun) (Kumalasari dkk, 2012).

Kesehatan reproduksi merupakan keadaan sehat fisik, mental dan sosial secara utuh, tidak hanya bebas dari penyakit atau kecacatan yang berkaitan dengan sistem, fungsi dan proses reproduksi, sedangkan Kesehatan Reproduksi Remaja (KRR) merupakan bagian terpadu dari program kesehatan dan keluarga berencana di Indonesia. Program terpadu ini secara khusus bertujuan untuk mengatasi masalah terkait pernikahan dini, kehamilan tidak diinginkan, konsumsi tembakau dan alkohol serta HIV/AIDS (Kemenkes, 2015). Besarnya penduduk remaja akan berpengaruh pada pembangunan aspek sosial, ekonomi maupun demografi baik saat ini maupun di masa yang akan datang. Penduduk remaja (10-24 tahun) perlu mendapat perhatian serius karena remaja termasuk dalam usia sekolah dan usia kerja, mereka sangat beresiko terhadap masalah masalah kesehatan reproduksi yaitu perilaku seksual pranikah. (WHO, 2008).

Berdasarkan data dari BKKBN (2013), mengungkapkan bahwa remaja yang mengaku yang mempunyai teman yang pernah melakukan hubungan seksual pranikah usia 14-19 tahun sebesar 34,7% perempuan dan 30,9% laki laki. Hasil riset kesehatan dasar tahun 2013 terdapat sebanyak 2,6% perkawinan pertama dilakukan pada usia kurang dari 15 tahun dan 23,9% usia perkawinan pertama berada pada usia 15-19 tahun. Angka kehamilan pada remaja umur kurang 15 tahun sebesar 0,02% dan kehamilan ada usia 15-19 tahun sebesar 1,97% (Kemenkes, 2015). Kemenkes (2015) menyatakan bahwa

sekitar 33,3% remaja perempuan dan 34,5% remaja laki laki yang berusia 15-19 tahun mulai berpacaran pada saat mereka belum berusia 15 tahun. Pada usia tersebut di khawatirkan remaja belum memiliki ketrampilan hidup yang memadai, sehingga mereka memiliki resiko untuk melakukan seks pranikah. Berdasarkan hasil survey pendahuluan yang dilakukan di SMPN 8 Kediri Tahun 2019, pada 10 siswa didapatkan 6 siswa yang mempunyai pengetahuan baik dalam menghadapi pubertas dan 6 siswa belum mempunyai pengetahuan yang baik.

Faktor yang mempengaruhi kesiapan dalam menghadapi pubertas pada remaja yang pertama adalah usia, dimana usia mempengaruhi kesiapan anak dalam menghadapi masa pubertas, semakin muda anak semakin anak belum siap untuk menerima masa tersebut, yang kedua adalah sumber informasi, dimana sumber informasi ini dapat memberikan informasi tentang pubertas. Sumber informasi yang diterima dapat diperoleh dari keluarga, teman sebaya dan juga lingkungan sekolah. Kurangnya pemahaman tentang perilaku seksual pada masa remaja amat merugikan pada remaja itu sendiri termasuk keluarga, sebab pada masa ini remaja mengalami perkembangan yang penting yaitu, kognitif, emosi, sosial dan seksual. Kurangnya pemahaman ini disebabkan oleh berbagai faktor antara lain adat istiadat, budaya, agama, dan kurangnya informasi dari sumber yang benar. Keterkaitan peran sekolah sebagai pendidik dan komunikator akan cukup membantu dalam penyampaian informasi mengenai pubertas dan merupakan hal yang utama bagi kesiapan anak menghadapi pubertas (Anggraini, 2008).

Pengetahuan yang rendah sangat berdampak pada sikap dan perilaku remaja saat menjalani masa pubertas. Ketidaktahuan akan kesehatan reproduksi dan perawatan organ reproduksi dapat mengakibatkan banyak kerugian dan penyakit penyerta bagi remaja. Selain itu mereka juga tidak memiliki akses terhadap pelayanan dari informasi kesehatan reproduksi. Informasi biasanya hanya diperoleh dari teman sebaya atau media, yang biasanya sering tidak akurat. Akibatnya remaja rentan terhadap pelecehan seksual, pergaulan bebas, kehamilan diluar nikah, aborsi tidak aman, IMS (Infeksi Menular Seksual) dan HIV/AIDS (Agus Rahmadi dkk, 2014).

Pengetahuan yang cukup diharapkan remaja mampu menghadapi masa pubertas dengan kesiapan yang lebih matang sehingga mampu mengetahui tentang perubahan masa puber. Apabila remaja mengetahui lebih dalam tentang kesehatan reproduksi, diharapkan juga remaja dapat mengambil keputusan yang lebih bijak tentang apa yang seharusnya boleh mereka lakukan dan apa yang tidak boleh mereka lakukan. Bisa diambil kesimpulan bahwa pentingnya seorang remaja untuk dilihat sejauh mana pengetahuannya tentang kesehatan sistem reproduksi dan untuk melihat bagaimana sikap remaja menghadapi masa pubertas (Yanti, 2011). Adapun solusi dari tenaga kesehatan antara lain memberikan informasi, konseling serta dukungan psikologis dan bisa juga dengan cara memberikan pendidikan kesehatan, promosi kesehatan, dan juga informasi mengenai perubahan dan sikap pada masa pubertas. Berdasarkan uraian diatas, maka peneliti tertarik untuk mengetahui tentang “Gambaran Faktor Yang Mempengaruhi Kesiapan Dalam Menghadapi Pubertas Pada Remaja Di SMPN 8 Kediri.

METODE PENELITIAN

Berdasarkan lingkup penelitiannya merupakan penelitian *deskriptif* karena populasi diberlakukan sebagai kesimpulan pada penelitian ini teknik pengambilan sampelnya menggunakan simple random sampling dengan besar sampel 75 responden.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Hasil

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Umur Di SMPN 8 Kediri Tahun 2019.

No.	Umur	Frekuensi	Presentase %
1.	12 tahun	26	34,2
2.	13 tahun	50	65,8
3.	14 tahun	0	0
Jumlah		76	100

Sumber : Data primer 2019

Berdasarkan tabel 1 dapat diinterpretasikan bahwa sebagian besar dari responden yaitu 50 (65,8 %) responden berumur 13 tahun.

Tabel 2 Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin di SMPN 8 Kediri Tahun 2019.

No.	Jenis kelamin	Frekuensi	Presentase %
1.	Laki – laki	35	46
2.	Perempuan	41	54
Jumlah		76	100

No.	Jenis kelamin	Frekuensi	Presentase %
1.	Laki – laki	35	46
2.	Perempuan	41	54
Jumlah		76	100

Sumber : Data primer 2019

Berdasarkan tabel 2 dapat diinterpretasikan bahwa sebagian besar dari responden yaitu 41 (54%) responden berjenis kelamin perempuan.

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Pengetahuan Pada Responden Di SMPN 8 Kediri Tahun 2019.

No	Penyataan	Frekuensi	Presentase (%)
1	Baik	40	52,6
2	Cukup	20	26,4
3	Kurang	16	21
	Jumlah	76	100

Sumber : Data Primern 2019

Berdasarkan tabel 3 dapat diinterpretasikan bahwa sebagian besar dari responden yaitu 40 (52,6 %) responden mempunyai pengetahuan baik. Tabel 4 Distribusi Frekuensi Sikap Pada Responden Di SMPN 8 Kediri Tahun 2019.

No	Penyataan	Frekuensi	Presentase (%)
1	Positif	37	48,7
2	Negatif	39	51,3
	Jumlah	76	100

Sumber : Data Primer 2019

Berdasarkan tabel 4 dapat diintegrasikan bahwa sebagian besar dari responden yaitu 60 (80 %) responden mempunyai sikap positif.

Tabel 5 Analisa Gambaran Faktor Yang Mempengaruhi Kesiapan Dalam Menghadapi Pubertas Pada Remaja Di SMPN 8 Kediri Tahun 2019.

Sumber : Data Primer Tahun 2019.

Faktor Yang Mempengaruhi	Kategori	Σ	%	Total	Σ	%
Pengetahuan	Baik	40	52,6	76	100	
	Cukup	20	26,4			
	Kurang	16	21			
Sikap	Positif	37	48,7	76	100	
	Negatif	39	51,3			

Bersasarkan tabel 5 dapat diinterpretasikan bahwa faktor yang paling dominan mempengaruhi kesiapan remaja dalam menghadapi pubertas adalah pengetahuan baik sebanyak 52,6%.

2. Pembahasan

Pengetahuan Pada Responden

Berdasarkan tabel 3 frekuensi pengetahuan responden sebagian besar memiliki pengetahuan baik yaitu 64 (85,3 %) responden. Hal ini menunjukkan bahwa pengetahuan adalah faktor yang paling dominan mempengaruhi kesiapan dalam menghadapi pubertas.

Penelitian ini juga menunjukkan karakteristik responden yang memiliki pengetahuan baik dalam menghadapi kesiapan pubertas, dimana hampir seluruhnya dari responden mempunyai keluarga atau anggota keluarga yang mendukung dan membantu responden untuk menghadapi masa pubertas. Hasil analisis menunjukkan sebagian besar pengetahuan remaja sudah baik terhadap perubahan fisik saat pubertas yaitu sebanyak 64 (85,3 %).

Seseorang yang mempunyai sumber informasi yang lebih banyak akan mempunyai pengetahuan yang lebih luas. Menurut Retno (2014), salah satu pengetahuan yang harus dimiliki oleh remaja adalah pengetahuan tentang pubertas. Pentingnya pengetahuan remaja tentang pubertas karena masa remaja merupakan masa *stress full* karena perubahan fisik dan biologis serta perubahan tuntutan dari lingkungan, sehingga diperlukan suatu proses penyesuaian diri remaja. Hal ini sesuai dengan pengetahuan mereka yang didapat dari berbagai informasi seperti sosmed, orangtua, dan teman sebaya.

Adapun usia juga sebagai pengenalan/ pertemuan identitas diri dan pengembangan diri. Pandangan tentang diri sendiri yang sudah berkembang pada masa anak-anak, makin menguat pada masa remaja. Hal ini seiring dengan bertambahnya usia dan pengalaman hidup atas dasar kenyataan kenyataan yang di alami. Semua itu membuat remaja dapat menilai dirinya sendiri apakah baik atau kurang baik.

Menurut hasil penelitian dan menurut para ahli dapat ditarik kesimpulan bahwa masa puber ini adalah periode yang unik dan khusus yang ditandai oleh perubahan-perubahan perkembangan tertentu yang terjadi dalam tahap-tahap lain dalam rentang kehidupan. Meskipun sering tidak mempunyai tempat yang jelas dalam rangkaian proses perkembangan manusia, masa

pubertas mempunyai arti khusus dalam kehidupan seseorang. Pada masa pubertas inilah terjadi perubahan-perubahan besar dan dramatis dalam perkembangan seorang anak, baik dalam pertumbuhan/perkembangan fisik, kognitif, maupun dalam perkembangan psikososial anak.

Sikap Pada Responden

Berdasarkan tabel 4 frekuensi sikap responden sebagian besar memiliki sikap positif yaitu 60 (80 %). Hal ini menunjukkan bahwa responden sudah siap untuk menghadapi masa pubertas. Sikap merupakan reaksi atau respon seseorang yang masih tertutup terhadap suatu stimulus atau objek. Menurut Notoatmojo (2007), sikap terdiri dari beberapa tingkatan, yaitu Menerima (*Receiving*), Merespon (*Responding*), Menghargai (*Valuing*) dan Bertanggungjawab (*Responsible*).

Menurut Azwar (2009), sikap adalah suatu bentuk evaluasi atau reaksi perasaan. Sikap seseorang terhadap suatu objek adalah perasaan mendukung atau memihak (*favorable*) maupun tidak mendukung atau tidak memihak (*unfavorable*) pada objek tersebut. Menurut Chave, Bogardus dan LaPierre (tokoh terkenal di bidang psikologi sosial dan psikologi kepribadian) mengemukakan sikap merupakan semacam kesiapan untuk bereaksi terhadap suatu objek dengan cara-cara tertentu.

Menurut Azwar (2009), berbagai faktor yang mempengaruhi pembentukan sikap adalah, yaitu sebagai sarana komunikasi, berbagai bentuk media massa seperti televisi, radio, surat kabar, majalah, dan lain-lain. Mempunyai pengaruh besar dalam pembentukan opini dan kepercayaan orang. Dalam penyampaian informasi sebagai tugas pokoknya, media massa membawa pula pesan-pesan yang berisi sugesti yang dapat mengarahkan opini seseorang.

Adanya informasi baru mengenai sesuatu hal memberikan landasan kognitif baru bagi terbentuknya sikap terhadap hal tersebut.

Menurut penelitian Triyantoro (2010), berbagai perasaan yang timbul dipengaruhi oleh pengetahuan dan pengalaman. Namun perbedaan jenis kelamin pada remaja memberikan persepsi berbeda dari tubuh remaja. Penelitian yang

dilakukan oleh Levin dan Smolak pada tahun 2001, menyatakan bahwa 60-95 % remaja mempunyai sikap yang positif. Berdasarkan hasil jawaban dari kuesioner gambaran sikap baik ditunjukkan oleh sebanyak 80 %. Responden pada penelitian ini sudah dapat menyadari bawasannya lingkungan yang baik akan membantu remaja menjadi diri yang memiliki sikap dan perilaku yang baik, begitupun juga sebaliknya. Responden memiliki sikap mendukung terhadap adanya pendidikan tentang pubertas.

Gambaran Faktor Yang Mempengaruhi Kesiapan Dalam Menghadapi Pubertas Pada Remaja Di SMPN 8 Kediri

Berdasarkan tabel 5.5 dapat diinterpretasikan bahwa faktor yang paling dominan mempengaruhi kesiapan remaja dalam menghadapi pubertas adalah pengetahuan baik sebanyak 85,3 %.

Dari hasil penelitian dapat diketahui bahwa faktor yang paling dominan mempengaruhi kesiapan remaja menghadapi pubertas adalah pengetahuan baik sebanyak 85,3 %, sedangkan faktor lain yang mempengaruhi kesiapan remaja dalam menghadapi pubertas adalah sikap positif yaitu sebanyak 80 %. Hasil analisa ini sependapat bahwa pengetahuan sangat penting terhadap seseorang yang akan mengalami pubertas, dikarenakan jika remaja tersebut dapat mengetahui pengetahuan tentang masa pubertas maka orang tersebut akan lebih mudah menghadapi masa pubertas namun jika tidak diimbangi sikap yang baik maka masa pubertas ini bisa jadi hal yang negatif.

Menurut Soetjningsih (2007), memasuki masa remaja yang diawali dengan terjadinya kematangan seksual, maka remaja akan dihadapkan pada keadaan yang memerlukan penyesuaian untuk dapat menerima perubahan yang terjadi, kematangan seksual dan terjadinya perubahan bentuk tubuh sangat berpengaruh pada kehidupan kejiwaan remaja. Apabila mereka sudah dipersiapkan dan mendapat informasi tentang adanya perubahan fisik maka mereka

tidak akan mengalami kecemasan dan reaksi negatif lainnya, tetapi bila mereka kurang memperoleh informasi maka akan merasakan pengalaman negatif pada masa pubertas.

Dari faktor yang mempengaruhi kesiapan dalam menghadapi pubertas pada remaja didapatkan pengetahuan lebih dominan. Ditunjang dari data umum yaitu pengetahuan baik sebanyak 64 (85,3 %) responden. Dikarenakan pengetahuan sangat berpengaruh sebab pengetahuan menentukan sikap dan tindakan remaja terhadap perilaku dengan orang-orang disekitarnya. Pengetahuan adalah hasil penginderaan manusia atau hasil tahu seseorang terhadap objek melalui indera yang dimilikinya

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan diatas, dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Sikap dalam menghadapi kesiapan pubertas pada remaja Di SMPN 8 Kediri Tahun 2019 yaitu memiliki sikap positif 60 (80 %) .
2. Pengetahuan yang mempengaruhi kesiapan remaja dalam menghadapi pubertas Di SMPN 8 Kediri yaitu pengetahuan baik 64 (85,3 %).
3. Faktor yang paling dominan Di SMPN 8 Kediri Tahun 2019 adalah pengetahuan baik sebanyak 85,3%.

SARAN

1. Bagi Institusi
Diharapkan Mahasiswa Ilmu Kesehatan dapat memberikan penyuluhan atau memberikan edukasi berkala dan berkelanjutan kepada siswa dan orang tua siswa mengenai pentingnya informasi dalam menghadapi masa pubertas.
1. Bagi Remaja
Diharapkan lebih aktif dalam mencari informasi tentang pubertas sehingga pemahaman lebih meningkat dan secara tidak langsung dapat mengurangi dampak dampak negatif yang timbul akibat pemahaman pubertas yang salah.
2. Bagi Tempat Peneliti

Diharapkan bagi guru bekerja sama dengan orangtua untuk selalu memberikan informasi dan pemahaman yang berkaitan dengan pubertas sehingga remaja tidak akan salah mendapat informasi dan dampak negatif yang ditimbulkan akibat pubertaspun dapat diminimalkan. Selain itu perlunya pendekatan dan dukungan baik dari guru dan orang tua pada remaja yang akan memasuki masa pubertas.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya
Penelitian selanjutnya diharapkan untuk dapat mengembangkan penelitian ini lebih baik dengan menambah faktor, variabel atau meneliti menggunakan judul yang sama dengan metode pendidikan yang berbeda. Diharapkan dengan itu lebih banyak yang peduli dengan perkembangan remaja menghadapi masa pubertas.

DAFTAR PUSTAKA

- Kusmiran, E. 2011. *Kesehatan Reproduksi Remaja Dan Wanita*. Jakarta: Salemba Medika
- Kumalasari dkk, 2012. *Pembagian Remaja*. Jakarta: Salemba Medika
- Kementrian Kesehatan RI, 2015. *Infodatin Pusat Data dan Informasi Kesehatan Reproduksi Remaja*. Jakarta : Salemba Medika
- World Health Organization, 2008. *Masalah Kesehatan Reproduksi Pada Remaja*. Jakarta
- BKKBN, 2013. *Bimbingan Teknis Kesehatan Reproduksi dan Seksualitas Yang Komprehensif*. Jakarta : BKKBN
- Anggraini, 2008. *Kesiapan Anak Menghadapi Pubertas*. Jakarta : Rineka Cipta
- Rahmadi, Agus, 2014. *Pengetahuan Remaja Menjalani Masa Pubertas*. Jurnal Pengetahuan Masa Pubertas. Vol.5 No.1
- Yanti, E. 2011. *Sikap Remaja Menghadapi Pubertas*. Jakarta : Salemba Medika
- Widyastuti, Dkk. 2009. *Kesehatan Reproduksi*. Yogyakarta: Pustaka Rihama
- Rohmaniah, S. N. Inayah. 2014. *Gambaran Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri dalam Menghadapi Perubahan Fisik Saat Pubertas*. Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah. Jakarta
- Steve, Parker. 2012. *Tanda Tanda Perubahan Fisik Pubertas Anak Perempuan dan Laki Laki*. Jurnal Perubahan Fisik Pubertas Pada Remaja. Vol.3 No.1
- Monks, 2008. *Tahap Tahap Perkembangan Remaja*. Jakarta.
- Soetjningsih. 2010. *Tumbuh Kembang Remaja dan Permasalahannya*. Jakarta : Salemba Medika
- Prawirohardjo, Sarwono. 2010. *Buku Acuan Nasional Pelayanan Kesehatan*. Jakarta : PT. Bina Pustaka
- Garilbadfi. 2008. *Definisi Pubertas Dan Perubahan Pubertas*. Sumatera : Universitas Sumatra Utara.
- Tortora. 2012. *Fungsi Organ Reproduksi*. Jakarta : Kawan Pustaka
- Guyton. 2006. *Perubahan Fisik Pada Pubertas*. Jurnal Makara Seri Kesehatan. Vol.17 No.2
- Dattani. 2009. *Laju Pertumbuhan Remaja*. Sumatra : Universitas Sumatra Utara
- Narendra. 2006. *Skala Tanner*. Sumatra : Universitas Sumatra Utara
- Rosenfield. 2008. *Macam macam Pubertas*. Jurnal Ilmiah Konseling Vol.1 No.1
- Suryawan. 2004. *Peningkatan Hormon Pubertas*. Jurnal Pendidikan Pengetahuan Kesehatan Vol.2 No.1
- Cunningham. 2007. *Perubahan Siklus menstruasi*. Yogyakarta : Pustaka Belajar
- Rosenblatt. 2007. *Hubungan Tingkat Pengetahuan Kespro Terhadap Remaja*. Jurnal Keperawatan Soedirman Vol.2 No.2

Wiknjosastro, 2006. *Pertumbuhan Pembuahan Dalam Kesehatan*. Jurnal Kesehatan Reproduksi Vol.2 No.2

Yusuf, S. 2010. *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung : Remaja Rosdakarya

Muriyana, S, D. 2008. *Tentang Kesiapan Remaja Putri Dalam Menghadapi Pubertas*.

Semarang : Universitas Muhammadiyah Semarang

Notoatmodjo, S. 2007. *Kesehatan Masyarakat dan Seni*. Jakarta : Rineka Cipta

Nursalam. 2008. *Metode Penelitian Kesehatan*. Salemba Medika