

TINGKAT PENGETAHUAN REMAJA PUTRI TENTANG PERUBAHAN FIIK PUBERTAS PADA SISWI SMP NEGERI 5 SUKOHARJO

Agung Widyastuti^a, Roza Putri Anggraini^{b*}, Mursudarinah^c

^{a c} Prodi D3 Keperawatan Universitas Duta Bangsa Surakarta

^b D III Kebidanan AKADEMI KEBIDANAN CITRA MEDIKA

* Koresponden penulis: Roziia_anggraini@yahoo.co.id

ABSTRACT

Introduction: The physical changes of puberty cause awkwardness for adolescents because they have to adjust to the changes that occur in them. Striking body growth, for example, rapid breast enlargement, makes teenagers feel ashamed and excluded from their friends. The results of the preliminary study on January 27, 2015 conducted interviews with 20 students of SMP Negeri 5 Sukoharjo 9 (33.3%) of whom only knew about the physical changes of puberty and were still embarrassed by the changes, 6 (23%) students only knew about puberty, and 5 (20%) students do not know anything about the physical changes of puberty

Objective: to determine the level of knowledge of young women about the physical changes of puberty in SMP Negeri 5 Sukoharjo.

Methods: The research design is descriptive quantitative. The sample is all students at SMP Negeri 5 Sukoharjo as many as 83 respondents. Sampling technique is a non-probability sampling technique by means of saturated sampling (total sampling). The research instrument was a closed questionnaire using univariate analysis.

Results: The results showed that the level of knowledge of young women about physical changes in puberty in SMP Negeri 5 Sukoharjo students in the good category was 7 students (8.4%), the sufficient category was 55 students (66.2%), and the poor category was 21 students (25.3%)

Conclusion: The Knowledge Level of Young Women About Physical Changes in Puberty in SMP Negeri 5 Sukoharjo in good, sufficient and poor categories.

Keywords: Knowledge, Young Women, Physical Changes.

Pendahuluan: Perubahan-perubahan fisik pubertas menyebabkan kecanggungan bagi remaja karena harus menyesuaikan diri dengan perubahan-perubahan yang terjadi pada dirinya itu. Pertumbuhan badan yang mencolok misalnya, pembesaran payudara yang cepat membuat remaja merasa malu dan tersisihkan dari teman-temannya. Hasil studi pendahuluan pada 27 Januari 2015 dilakukan wawancara pada 20 siswi SMP Negeri 5 Sukoharjo 9 (33,3 %) diantaranya hanya mengetahui sebatas perubahan fisik pubertas dan masih malu dengan perubahan – perubahannya, 6 (23 %) siswi hanya mengetahui sebatas pubertas saja, dan 5 (20 %) siswi belum mengetahui sama sekali tentang perubahan fisik pubertas

Tujuan: untuk mengetahui tingkat pengetahuan remaja putri tentang perubahan fisik pubertas di SMP Negeri 5 Sukoharjo.

Metode: Desain penelitian adalah Deskriptif Kuantitatif. Sampel adalah seluruh siswi pada SMP Negeri 5 Sukoharjo sebanyak 83 responden. Teknik Sampling adalah teknik *non probability sampling* dengan cara *sampling jenuh (total sampling)*. Instrumen penelitian adalah *kuesioner* tertutup menggunakan analisis *univariat*.

Hasil: Hasil penelitian menunjukkan Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Perubahan Fisik Pubertas Pada Siswi SMP Negeri 5 Sukoharjo Kategori baik sebanyak 7 siswi (8,4%), Kategori Cukup sebanyak 55 siswi (66,2%), dan Kategori kurang sebanyak 21 siswi (25,3%)

Kesimpulan: Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Perubahan Fisik Pubertas Pada Siswi SMP Negeri 5 Sukoharjo Kategori baik, cukup dan kurang.

Kata Kunci Pengetahuan, Remaja Putri, Perubahan Fisik.

Jurnal Keperawatan Duta Medika Diterbitkan Oleh Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Duta Bangsa Surakarta.

Email: jkdmd.ldb.ac.id

Website: ojs.ldb.ac.id

Pendahuluan

Remaja secara umum dianggap mencakup individu berusia 10 sampai 19 tahun, sehingga kesehatan reproduksi remaja memperhatikan kebutuhan fisik, sosial, dan emosional kaum muda (Anna dkk, 2006;h.230).

Pubertas merupakan periode dalam rentang perkembangan ketika anak-anak berubah dari makhluk aseksual menjadi makhluk seksual. (Hurlock, 2012;h. 184).

Berdasarkan data WHO tahun 2010, sekitar seperlima penduduk dunia adalah remaja berumur 10 sampai 19 tahun dan pada tahun yang sama biro pusat statistik mencatat populasi remaja Indonesia sebesar 30 % dari 200 juta penduduk (Aris, 2009).

Tahun 2010, data profil kesehatan Indonesia mencatat penduduk Indonesia yang tergolong usia 15 – 19 tahun sebanyak 21.098.700 (10%) dari total penduduk seluruh Indonesia yang berjumlah 225.642. (Depkes, 2010). Di Jawa Tengah pada kelompok remaja berusia 15 – 19 tahun berjumlah 2.712.800 (9%) dari total seluruh jumlah penduduk Jawa Tengah sebanyak 32.382.657.

Perubahan – perubahan fisik terbesar pada panjang dan tinggi. Selanjutnya, mulai berfungsinya alat-alat reproduksi (ditandai dengan haid pada wanita dan mimpi basah pada laki-laki) dan tanda-tanda seksual yang tumbuh. Perubahan-perubahan fisik itu menyebabkan kecanggungan bagi remaja karena ia harus menyesuaikan diri dengan perubahan-perubahan yang terjadi pada dirinya itu. Pertumbuhan badan yang mencolok misalnya, atau pembesaran payudara yang cepat membuat remaja merasa malu dan tersisihkan dari teman-temannya. Demikian pula menghadapi haid yang pertama, remaja akan merasa takut, perilaku berubah, dan suasana hati sering berubah-ubah, anak-anak remaja itu perlu mengadakan penyesuaian-penyesuaian tingkah laku yang tidak selalu bisa dilakukannya dengan mulus terutama jika tidak didukung oleh pengetahuan (Sarwono, 2013;h.62-4).

Pada remaja yang berusia belasan tahun Penyimpangan Perilaku banyak terjadi. Ketidaktahuan tentang proses perubahan fisik pubertas mengakibatkan remaja pada usia belasan tahun menjadi sangat rawan terhadap penyimpangan perilaku seperti seks bebas, penggunaan narkoba, melawan guru, kehamilan diluar nikah, tidak percaya diri dalam bersosialisasi terhadap masyarakat dan teman-temannya (Sarwono, 2013;h.52).

Dari hasil studi pendahuluan yang dilakukan penulis pada tanggal 27 Januari 2015 dengan wawancara pada 20 siswi remaja di SMP Negeri 5 Sukoharjo 9 (33,3 %) diantaranya hanya mengetahui sebatas perubahan fisik pubertas dan masih malu dengan perubahan – perubahannya, 6 (23 %)siswi hanya mengetahui sebatas pubertas saja, dan 5 (20 %) siswi belum mengetahui sama sekali tentang perubahan fisik pubertas.

Berdasarkan paparan diatas maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “ Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Perubahan Fisik Pubertas Pada Siswi SMP Negeri 5 Sukoharjo“.

Metode

Lokasi penelitian dilakukan di SMP Negeri 5 Sukoharjo, Kecamatan Sukoharjo, Kabupaten Sukoharjo. Penelitian ini menggunakan Desain penelitian deskriptif kuantitatif. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswi remaja putri di SMP Negeri 5 Sukoharjo dengan jumlah populasi 111 siswi. Sampel dari penelitian adalah seluruh siswi pada SMP Negeri 5 Sukoharjo sebanyak 83 responden.. Data primer dalam penelitian ini hasil kuesioner pada siswi remaja putri di SMP Negeri 5 Sukoharjo sedangkan data sekunder dalam penelitian ini siswi SMP Negeri 5 Sukoharjo yang diperoleh dari data atau catatan bagian kesiswaan.

Langkah-langkah pengolahan data adalah *Editing* (penyuntingan data), *Coding sheet* (Membuat lembar kode), *Scoring* (Penilaian), *Data entry* (Memasukkan data), *Processing*

(Pengolahan data), *Tabulating* (Tabulasi), dan *Cleaning* (Pembersihan data). Penelitian ini menggunakan analisis data univariat dengan rumus $P = \frac{f}{n} \times 100\%$.

Hasil Dan Diskusi

1. Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Perubahan Fisik Pubertas Pada Siswi SMP Negeri 5 Sukoharjo.

Berdasarkan tabel 4.2 menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan remaja putri tentang perubahan fisik pubertas sebagai berikut baik yaitu 7 orang (8.4%), cukup yaitu 55 orang (66.2%), kurang yaitu 21 orang (25.3%).

Pengetahuan adalah hasil "tahu", dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu obyek tertentu, yaitu indera penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba. (Notoatmodjo, 2007;h.139).

Mayoritas tingkat pengetahuan remaja putri tentang perubahan fisik pubertas adalah cukup, hal ini dikarenakan dipengaruhi beberapa faktor salah satunya informasi. Informasi dapat diperoleh dari sekolah khususnya dari pelajaran Biologi terkait tentang pubertas dan perubahan fisik pubertas, informasi juga didapat dari Guru Bimbingan Konseling, Orang tua dirumah juga berperan dalam memberikan informasi dan memberikan pengarahan tentang perubahan-perubahan fisik pubertas yang dialami remaja putri, internet, dan media massa juga dapat memberikan informasi terkait tentang perubahan fisik pubertas.

Penelitian yang pernah dilakukan sebelumnya dilakukan oleh Citra Puspitasari (2012) dengan judul Tingkat Pengetahuan Remaja Perempuan dan Laki-Laki Tentang Seks Bebas di Kelas X MAN 1 Surakarta. Hasil penelitian ini tingkat pengetahuan cukup sebanyak 30 siswi (75%). Dan penelitian ini menyatakan bahwa semakin banyak

informasi yang diperoleh seseorang maka pengetahuan yang dimiliki seseorang tersebut akan semakin luas.

2. Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Definisi Perubahan Fisik Pubertas Pada siswi SMP Negeri 5 Sukoharjo

Berdasarkan tabel 4.3 menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan remaja tentang definisi perubahan fisik pubertas sebagai berikut baik yaitu 36 orang (43.4%), cukup yaitu 29 orang (35%), kurang yaitu 18 orang (21.6%).

Perubahan fisik pubertas yaitu terjadinya perubahan secara biologis yang ditandai dengan kematangan organ seks primer dan sekunder, di mana kondisi tersebut dipengaruhi oleh kematangan hormon seksual (Ali, 2011;h.20).

Mayoritas pengetahuan remaja tentang definisi perubahan fisik pubertas adalah baik, hal ini dikarenakan dipengaruhi oleh faktor informasi yang diperoleh dari internet atau audiovisual, hal ini didorong oleh rasa ingin tahu siswi tersebut mengingat sifat remaja yang cenderung menggunakan prinsip logika dalam berfikir sehingga apa yang menjadi pertanyaan tentang perubahan fisik pubertas akan diakses sendiri. Rasa ingin tahu itu pun didukung dengan kemajuan teknologi yang memudahkan siswi untuk mengakses informasi yang dibutuhkan terutama tentang masa pubertas dari internet, buku, majalah, televisi, dll.

Penelitian yang dilakukan sebelumnya dilakukan oleh Dwi Wahyuni (2012) dengan judul Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Menstruasi Pada Siswi Kelas VIII di SMP Negeri 2 Wonosegoro Boyolali. Hasil penelitian ini tingkat pengetahuan remaja putri cukup sebanyak 21 siswi (58,33%). Hal ini dikarenakan informasi yang diperoleh remaja putri tersebut mendukung tingkat pengetahuannya yaitu sebanyak 60%. Dan penelitian

ini menyatakan bahwa informasi yang banyak akan memengaruhi seseorang memiliki pengetahuan yang luas, yang artinya semakin banyak informasi yang dimiliki seseorang maka pengetahuan yang dimiliki seseorang tersebut pun akan semakin luas.

3. Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Perubahan Ukuran Tubuh Pada Siswi SMP Negeri 5 Sukoharjo

Berdasarkan tabel 4.4 menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan remaja putri tentang perubahan ukuran tubuh sebagai berikut baik yaitu 26 orang (31.3%), cukup yaitu 36 orang (43.4%), kurang yaitu 21 orang (25.3%).

Pada dasarnya perubahan ukuran tubuh dapat dilihat dari tinggi badan dan berat badan. Tinggi rata-rata anak laki-laki dan perempuan pada usia 12 tahun adalah sekitar 59 atau 60 inci, sedangkan tinggi rata-rata remaja lelaki adalah 69 inci. Tinggi kebanyakan anak perempuan bertambah sekitar 3 inci dan tinggi kebanyakan anak lelaki bertambah lebih dari 4 inci. Percepatan pertumbuhan badan juga terjadi dalam penambahan berat badan, yakni sekitar 13 kg bagi anak laki-laki dan 10 kg bagi anak perempuan (Desmita, 2012;h.190-3).

Mayoritas pengetahuan remaja tentang perubahan ukuran tubuh adalah cukup, ini dikarenakan dipengaruhi oleh faktor lingkungan terutama orang tua, adanya keterbukaan antara anak dengan orang tua sehingga anak dapat bertanya dengan leluasa dengan orang tua terkait tentang perubahan ukuran tubuh yang dialaminya dan orang tua pun dapat menjelaskan kepada anaknya.

Penelitian yang dilakukan sebelumnya dilakukan oleh Wahyu Purwaningsih (2012) dengan judul Hubungan Pengetahuan dan Peran Keluarga dengan Perilaku Seksual Pra Nikah Pada Remaja Anak

Jalanan di Kota Surakarta. Hasil penelitian ini menunjukkan tingkat pengetahuan remaja kurang sebanyak 54%, hal ini dikarenakan kurangnya komunikasi terhadap keluarga dan kurangnya peran keluarga terhadap pengetahuan remaja tersebut, sehingga perilaku seksual pra nikah banyak dilakukan oleh para remaja sebanyak 81%. Penelitian ini menyatakan bahwa remaja yang tinggal bersama dengan orang tuanya dan menjalin komunikasi yang baik serta adanya keterbukaan antara anak dengan orang tua ini menunjukkan peningkatan pengetahuan anak tersebut.

4. Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Perubahan Proporsi Tubuh Pada Siswi SMP Negeri 5 Sukoharjo

Berdasarkan tabel 4.5 menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan remaja putri tentang perubahan proporsi tubuh sebagai berikut baik yaitu 20 orang (24%), cukup 34 orang (41%), kurang 29 orang (35%).

Perubahan-perubahan dalam proporsi tubuh selama masa remaja, juga terlihat pada perubahan ciri-ciri wajah, di mana wajah anak-anak mulai menghilang, seperti dahi yang semula sempit sekarang menjadi lebih luas, mulut melebar dan bibir menjadi lebih penuh. Dalam perubahan struktur kerangka, terjadi percepatan pertumbuhan otot, sehingga mengakibatkan terjadinya pengurangan jumlah lemak dalam tubuh. Perkembangan otot dari kedua jenis kelamin terjadi dengan cepat ketika tinggi meningkat (Desmita, 2012;h. 190-3).

Mayoritas pengetahuan remaja putri tentang perubahan proporsi tubuh adalah cukup, ini dikarenakan dipengaruhi oleh faktor informasi dari teman, adanya keterbukaan antara sesama teman, sehingga dapat berbagi informasi yang pernah didapat sebelumnya.

Penelitian yang dilakukan sebelumnya dilakukan oleh Asriani (2012) dengan judul Gambaran Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri Tentang Perubahan Fisik Masa Pubertas di SMP Negeri 1 Ranteangin Kabupaten Kolaka Utara Sulawesi Tenggara. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar siswi atau sebesar 53 siswi (60,2%) mempunyai gambaran tingkat pengetahuan tentang perubahan fisik masa pubertas yang baik, hal ini dikarenakan mayoritas remaja mulai merasa nyaman dan adanya keterbukaan dengan teman sebaya.

5. Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Perubahan Ciri Seks Primer Pada Siswi SMP Negeri 5 Sukoharjo

Berdasarkan tabel 4.6 menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan remaja putri tentang perubahan ciri seks primer sebagai berikut baik yaitu 20 orang (24%), cukup yaitu 36 orang (43.4%), kurang yaitu 27 orang (32.5%).

Kematangan organ-organ seksnya ditandai dengan tumbuhnya rahim, vagina dan ovarium (indung telur) secara cepat. Ovarium menghasilkan ovum (telur) dan mengeluarkan hormon-hormon yang diperlukan untuk kehamilan, menstruasi dan perkembangan seks sekunder (Desmita, 2012;h.194-5).

Mayoritas pengetahuan remaja putri tentang perubahan ciri seks primer adalah cukup, ini dikarenakan dipengaruhi oleh faktor informasi tentang menstruasi umumnya yang didapat dari sekolah khususnya dari pelajaran Biologi terkait tentang menstruasi dan organ reproduksi wanita, informasi juga didapat dari Guru Bimbingan Konseling dari pihak sekolah, remaja juga mendapat informasi dari internet, referensi buku.

Penelitian yang pernah dilakukan sebelumnya dilakukan oleh Mardilah (2014) dengan judul

Faktor-Faktor yang Memengaruhi Remaja Putri Dalam Menghadapi Menarche di SMP Negeri 5 Darul Makmur Kecamatan Darul Makmur Kabupaten Nagan Raya. Hasil penelitian ini menunjukkan tingkat pengetahuan remaja kurang sebanyak 25 responden (80,6%). Penelitian ini menyatakan bahwa ada pengaruh informasi dengan pengetahuan remaja putri dalam menghadapi menarche.

6. Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Perubahan Ciri Seks Sekunder Pada Siswi SMP Negeri 5 Sukoharjo

Berdasarkan tabel 4.7 menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan remaja putri tentang perubahan ciri seks sekunder sebagai berikut baik yaitu 27 orang (32.5%), cukup yaitu 38 orang (45.8%), kurang yaitu 17 orang (20.6%).

Ciri seks sekunder pada remaja putri meliputi terjadinya perubahan bentuk pinggul yang membesar dan membulat sebagai akibat besarnya tulang pinggul dan berkembangnya lemak di bawah kulit, kemudian lemak tersebut menjadikan payudara berkembang, puting susu membesar dan menonjol, dan dengan berkembangnya kelenjar susu, payudara lebih membesar dan membulat, lalu tumbuhnya rambut pada kemaluan, ketiak, lengan, kaki, dan kulit wajah. Kecuali rambut wajah mula – mula lurus dan terang warnanya, kemudian lebih subur, lebih kasar dan lebih gelap dan agak keriting, selanjutnya kulit menjadi lebih kasar, lebih tebal dan lubang pori-pori bertambah besar, dengan bertambah besar lubang pori-pori ini menyebabkan kelenjar lemak dan kelenjar keringat menjadi lebih aktif. Sumbatan kelenjar lemak dapat menyebabkan jerawat. Kelenjar keringat pada ketiak mengeluarkan banyak keringat dan baunya menusuk sebelum dan selama masa haid dan yang terakhir suara menjadi lebih penuh dan

merdu, suara serak dan suara yang pecah jarang terjadi(Desmita, 2012;h.195-7).

Mayoritas pengetahuan remaja putri tentang perubahan ciri seks sekunder adalah cukup, hal ini dikarenakan dipengaruhi oleh faktor sosial budaya, terlihat dari masyarakat yang masih memegang teguh budaya yang menganggap bahwa membicarakan tentang perubahan fisik pubertas terutama perubahan ciri seks sekunder masih dianggap canggung bagi siswi SMP, sehingga pengetahuan siswi tentang perubahan ciri seks sekunder belum maksimal.

Penelitian yang pernah dilakukan sebelumnya dilakukan oleh Wahyu Purwaningsih (2012) dengan judul Hubungan dan Peran Keluarga dengan Perilaku Seksual Pra Nikah Pada Remaja Anak Jalanan di Kota Surakarta. Hasil penelitian ini menyatakan bahwa remaja mempunyai pengetahuan cukup ini dikarenakan remaja tidak tahu bagaimana mencari informasi tentang perilaku seksual pra nikah, baik itu dirumah maupun disekolah.

Kesimpulan dan Saran

Berdasarkan hasil penelitian terhadap 83 responden tentang "Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Perubahan fisik Pubertas Pada Siswi SMP Negeri 5 Sukoharjo" dapat disimpulkan bahwa tingkat pengetahuan remaja tentang perubahan fisik pubertas yaitu :

1. Tingkat pengetahuan remaja putri tentang perubahan fisik pubertas dengan hasil keseluruhan secara umum adalah cukup.
2. Tingkat pengetahuan remaja putri tentang definisi perubahan fisik pubertas dengan hasil keseluruhan secara umum adalah baik.
3. Tingkat pengetahuan remaja putri tentang perubahan ukuran tubuh dengan hasil keseluruhan secara umum adalah cukup.
4. Tingkat pengetahuan remaja putri tentang perubahan proporsi tubuh

dengan hasil keseluruhan secara umum adalah cukup.

5. Tingkat pengetahuan remaja putri tentang perubahan ciri seks primer dengan hasil keseluruhan secara umum adalah cukup.
6. Tingkat pengetahuan remaja putri tentang perubahan ciri seks sekunder dengan hasil keseluruhan secara umum adalah cukup.

Saran yang diberikan adalah sebagai berikut :

1. Bagi peneliti selanjutnya
Diharapkan untuk dapat dijadikan masukan bagi penelitian lain untuk dapat mengembangkan penelitian ini.
2. Bagi institusi pendidikan
Diharapkan sebagai bahan untuk menambah daftar kepustakaan serta sebagai bahan pemberian konseling pada remaja tentang perubahan fisik pubertas
3. Bagi masyarakat / keluarga
Diharapkan sebagai pengetahuan atau tambahan informasi bagi orang tua yang memiliki anak remaja untuk dapat memahami perubahan tubuh pada remaja. Sehingga orang tua dapat mengarahkan pada anaknya untuk berperilaku yang baik sehubungan dengan perubahan bentuk tubuhnya.
4. Bagi remaja
Diharapkan remaja dapat memahami perubahan – perubahan yang terjadi pada dirinya sehingga remaja dapat memahami dan menerima perubahan tersebut.
5. Bagi tenaga kesehatan
Diharapkan agar meningkatkan perannya terutama dalam peningkatan pengetahuan perubahan fisik pubertas mengingat adanya siswi yang belum paham tentang perubahan fisik pubertas.

Daftar Pustaka

Ann,Dkk. *Psikologi remaja*. Jakarta: Rineka Cipta. 2006. h. 230.

- Ali.M dan Asrori.M. *Psiko.logi remaja*. Jakarta.PT.Bumi Aksara. 2011.h.9-10;16-17,20.
- Aris. Hubungan pola asuh keluarga dan perilaku teman sebaya dengan perilaku kekerasan pada remaja di Kelurahan Pancoran Mas Kota Depok.2009.28 September 2009 (diakses pada tanggal 23 April 2015) diperoleh dari <http://lib.ui.ac.id/file?file=digital/124570-> TESIS0614%20Ari%20N09h- Hubungan%20Pola- Pendahuluan.pdf.
- Asriani. 2012. Gambaran Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri Tentang Perubahan Fisik Masa Pubertas di SMP Negeri 1 Ranteaning Kabupaten Kolaka Utara Sulawesi Tenggara.(diakses pada tanggal 25 Juni 2015) diperoleh dari <http://stikesnanihasanuddinmakassar.ac.id/download>.
- BKKBN. Profil kesehatan Republik Indonesia 2010. 13 Agustus 2010 (diakses pada tanggal 19 Januari 2015) diperoleh dari <http://jurnal.unimus.ac.id>.
- BKKBN. Profil Kesehatan Jawa Tengah 2010. 13 Agustus 2010 (diakses pada tanggal 18 Januari 2015) di peroleh dari <http://jurnal.unimus.ac.id>.
- Desmita. *Psikologi perkembangan*. Bandung. PT.Remaja Rosdakarya.2012.h.189;192;190-193;193-194;194-195;195-197
- Hidayat. A. *Metode Penelitian Kebidanan Dan Teknik Analisis Data*. Jakarta. Salemba Medika; 2010. h.39;40
- Hurlock. E.B. *Psikologi Perkembangan*. Jakarta. EGC. 2012.h.184;186-187;188-189;189-210.
- Indrastari.I. Hubungan Tingkat Pengetahuan Remaja Tentang Pubertas Dengan Sikap Remaja Terhadap Perubahan Pada Masa Puber di SMP negeri 1 Sambi Boyolali Tahun 2009.
- Kismiyanti. Hubungan Tingkat Pengetahuan Pubertas Dengan Kesiapan Menghadapi Pubertas Pada Remaja di SMP N 1 Nogosari Boyolali Tahun 2009.
- Mardilah. 2014. Faktor-Faktor yang Memengaruhi Remaja Putri Dalam Menghadapi Menarche di SMP Negeri 5 Darul Makmur Kecamatan Darul Makmur Kabupaten Nagan Raya.(diakses pada tanggal 25 Juni 2015) diperoleh dari <http://siktakp.uui.ac.id/dockti/MARDILAH/mardilah skripsi.pdf>.
- Notoatmodjo.S.Promosi kesehatan dan Ilmu perilaku. Jakarta. KDT. 2007. h.139;140-142
 _____.*Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta;2012. h.25;34;45;60;66.
- Pieter.H.Z dan Janiwarty.B. *Pendidikan Psikologi Untuk Bidan*. Yogyakarta. Rapha Publishing.2013.h.138-139;121-122.
- Purwaningsih. W. 2012. Hubungan Pengetahuan dan Peran Keluarga dengan Perilaku Seksual pra Nikah pada Remaja Anak Jalanan di Kota Surakarta. (diakses pada tanggal 19 Juni 2015) diperoleh dari <http://jurnal.stikesaisyiah.ac.id/download>.
- Puspitasari.C.2012.Tingkat Pengetahuan Remaja Perempuan dan Laki-Laki Tentang Seks Bebas di Kelas X MAN 1 Surakarta (diakses pada tanggal 19 Juni 2015) diperoleh dari <http://stikeskusumahusada.ac.id/download.php?id=164>
- Sarwono. S.W. *Psikologi Remaja* . Jakarta.KDT.2013.h.2;52;61-69;62-64.
- Soetjiningsih. *Tumbuh Kembang Remaja Dan Permasalahannya*. EGC. Jakarta.2009.h.122.
- Sujarweni. W. *Metodologi Penelitian*. Yogyakarta. KDT.2014.h.86;87;68-72; 73;74.
- Sugiyono. *Metodologi Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D*. Bandung. Alfabeta. 2011.h.38;80;81.
- Wawan.A dan Dewi.M. *Pengetahuan, Sikap, Dan Perilaku Manusia*.

Yogyakarta. KDT. 2010.h. 16-18;17.

Wahyuni .D. 2012. Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Menstruasi pada Siswi Kelas VIII di SMP Negeri 2 Wonosegoro Boyolali. (diakses pada tanggal 19 Juni 2015) diperoleh dari <http://stikeskusumahusada.ac.id/download.php?id=159>.

Yulianto. Penyimpangan perilaku akibat perubahan fisik pubertas. 22 Februari 2012 (Diakses pada tanggal 29 Januari 2015) diperoleh dari <http://repository.usu.ac.id/pdf>.