

Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Remaja Dengan Penerimaan Perubahan Fisik Remaja Putri Pada Masa Pubertas Di Smp Negeri 02 Kota Bengkulu

Ecah Belah ¹⁾; Wulandari ²⁾; Berlian Kando Sianipar ³⁾

^{1, 2,3)} *Nursing Science Study program, Faculty of Health Sciences, Dehasen University Bengkulu*

Email: ¹⁾ ecahbella766@gmail.com

ARTICLE HISTORY

Received [23 Juni 2026]

Revised [19 Oktober 2026]

Accepted [21 Oktober 2026]

KEYWORDS

*Knowledge, Attitude, Acceptance
Of Physical Changes, Puberty
Knowledge, Attitude,
Dysminorrhea.*

*This is an open access
article under the [CC-BY-SA](#)
license*



ABSTRAK

Masa pubertas pada remaja putri ditandai dengan perubahan fisik yang dapat memengaruhi penerimaan diri. Pengetahuan dan sikap yang baik diperlukan agar remaja mampu menerima perubahan tersebut secara positif. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pengetahuan dan sikap remaja dengan penerimaan perubahan fisik remaja putri pada masa pubertas di SMP Negeri 02 Kota Bengkulu. Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional* terhadap 80 remaja putri kelas VII dan VIII yang dipilih menggunakan teknik *proposional stratified random sampling*. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner dan dianalisis dengan uji *chi-square*. Berdasarkan hasil analisis univariat diketahui bahwa sebagian besar dari responden memiliki pengetahuan cukup yaitu sebesar 52,4 %, Sebagian besar dari responden memiliki sikap positif yaitu sebesar 58,7 % dan penerimaan perubahan fisik positif yaitu sebesar 66,2 %. Analisa bivariat berdasarkan hasil uji *chi-square* menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan remaja dengan penerimaan perubahan fisik ($p = 0,006$) serta terdapat hubungan yang signifikan antara sikap remaja dengan penerimaan perubahan fisik ($p = 0,010$), dengan nilai $p < 0,05$. Penelitian ini menyimpulkan bahwa pengetahuan dan sikap remaja berperan penting dalam penerimaan perubahan fisik remaja putri pada masa pubertas di SMP Negeri 02 Kota Bengkulu. Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan menjadi dasar dalam perencanaan intervensi pendidikan kesehatan reproduksi remaja, khususnya terkait penerimaan perubahan fisik remaja putri pada masa pubertas.

ABSTRACT

Puberty in adolescent girls is marked by physical changes that can affect self-acceptance. Good knowledge and attitudes are necessary so that adolescents can positively accept these changes. This study aims to determine the relationship between adolescents' knowledge and attitudes and the acceptance of physical changes in adolescent girls during puberty at SMP Negeri 02 Kota Bengkulu. This study uses a quantitative design with a cross-sectional approach on 80 female students in grades VII and VIII who were selected using proportional stratified random sampling. The data were collected using questionnaires and analyzed with the chi-square test. Based on the results of the univariate analysis, it is known that the majority of respondents have sufficient knowledge, which is 52.4%. The majority of respondents have a positive attitude, which is 58.7%, and positive acceptance of physical changes, which is 66.2%. Bivariate analysis based on the chi-square test results shows that there is a significant relationship between adolescent knowledge and acceptance of physical changes ($p = 0.006$), as well as a significant relationship between adolescent attitudes and acceptance of physical changes ($p = 0.010$), with $p < 0.05$. This study concludes that adolescent knowledge and attitudes play an important role in the acceptance of physical changes in female adolescents during puberty at SMP Negeri 02 Kota Bengkulu. This study is expected to increase understanding and serve as a basis for planning adolescent reproductive health education interventions, especially related to the acceptance of physical changes in female adolescents during puberty.

PENDAHULUAN

Dampak perubahan fisik seperti pembesaran payudara, perubahan bentuk tubuh, dan terjadinya menstruasi pertama (menarche) dapat memengaruhi kondisi psikologis remaja putri. Perubahan yang terjadi secara cepat sering menimbulkan perasaan tidak nyaman pada remaja. Remaja putri dapat mengalami rasa malu dan cemas terhadap perubahan pada tubuhnya. Selain itu, perubahan fisik tersebut dapat menurunkan rasa percaya diri dan kenyamanan dalam berinteraksi sosial. Kondisi ini berpotensi memengaruhi proses penerimaan diri pada masa pubertas (Sarwono, 2020).

Masa remaja merupakan periode terjadinya pertumbuhan dan perkembangan yang pesat baik secara fisik, psikologis maupun intelektual. Mereka mempunyai sifat khas seperti, mempunyai rasa keingintahuan yang besar, senang berpetualangan dan tantangan serta berani menanggung resiko atas perbuatannya

tanpa didahului oleh pertimbangan yang matang. Masa remaja merupakan masa perubahan perkembangan antara masa kanak-kanak dan masa dewasa yang mengakibatkan adanya perubahan kognitif, afektif dan psikomotorik (Gumantan, Mahfud, 2021).

Salah satu perubahan yang paling mencolok pada remaja putri adalah adanya perubahan fisik. Perubahan fisik pada remaja putri di antaranya payudara, panggul dan paha, tumbuh rambut dibagian ketiak dan sekitar alat kelamin, bertambahnya berat badan dan tinggi badan, pertumbuhan tulang dan otot serta kematangan organ seksual sehingga mengalami menstruasi. Salah satu perubahan yang terjadi pada remaja putri terjadinya menstruasi pertama kalinya, disebut menarche dapat menyebabkan remaja merasa malu dan tersisihkan dari teman-temannya (Sarwono, 2020).

World Health Organization (WHO) mendefinisikan remaja sebagai kelompok usia 10–19 tahun. Saat ini jumlah remaja di dunia mencapai sekitar 1,2 miliar jiwa, atau 16% dari total populasi global (UNICEF, 2024). Badan Pusat Statistik (BPS) di Indonesia, jumlah remaja putri usia 15–19 tahun tercatat sebesar 7,89%, sedangkan remaja putri dengan usia 10–14 tahun sebesar 8,12% . Data ini menunjukkan bahwa hampir 1 dari setiap 6 penduduk Indonesia merupakan remaja, dengan proporsi yang cukup besar adalah remaja putri.

Pengetahuan dan sikap merupakan faktor penting dalam membentuk penerimaan remaja terhadap perubahan fisik . Pengetahuan adalah hasil dari proses memahami informasi melalui pengalaman, sedangkan sikap adalah kecenderungan seseorang dalam merespons suatu objek atau situasi (Sarwono,2020).

LANDASAN TEORI

Pengetahuan

Pengetahuan merupakan hasil dari mengetahui dan akan terjadi pada saat penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Pengetahuan diperoleh dari penginderaan melalui indera penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa, dan raba (Pakpahan dkk., 2021).

Sikap

Menurut (Santrock, 2020) sikap adalah reaksi dimana seseorang sedang menutupi suatu rangsangan atau objek. Sikap yang terjadi tidak dapat langsung dilihat, namun dapat diartikan dari perilaku yang ditunjukkan. Sikap juga dapat diartikan sebagai perasaan, pikiran, dan kecenderungan seseorang yang bersifat permanen terhadap aspek-aspek tertentu di lingkungannya.

Penerimaan Diri

Penerimaan diri merupakan sikap individu dalam menerima dirinya dan merasa puas terhadap apa yang dimilikinya, tidak menolak keadaan diri sendiri dan percaya akan penampilan diri tanpa . Penerimaan diri ialah mampu menerima diri sendiri dengan sadar sambil tetap menyadari akan berbagai macam kekuatan dan keterbatasan didalamnya (Santrock, 2020).

METODE PENELITIAN

Metode Analisis

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain studi *cross sectional*. Metode penelitian kuantitatif adalah penelitian dengan alat untuk olah data menggunakan statistik, oleh karena itu data yang diperoleh dan hasil yang didapatkan berupa angka (Sahir, 2021). Penelitian *cross sectional* yaitu variabel yang termasuk faktor risiko dan variabel yang termasuk efek diobservasi atau diteliti sekaligus pada waktu yang bersamaan (Notoatmodjo, 2020).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Analisis Univariat

Tabel 1 distribusi frekuensi pengetahuan remaja di SMP Negeri 02 Kota Bengkulu

No	Pengetahuan Remaja Putri	Frekuensi (F)	Persentase (%)
1	Kurang	7	8,8
2	Cukup	42	52,4
3	Baik	31	38,8
	Total	80	100

Berdasarkan tabel 1 sebagian besar dari remaja putri (52,4%) dengan pengetahuan cukup.

Tabel 2 Distribusi frekuensi Sikap Remaja di SMP Negeri 02 Kota Bengkulu

No	Sikap Remaja Putri	Frekuensi (F)	Persentase (%)
1	Negatif	33	41,3
2	Positif	47	58,7
	Total	80	100

Berdasarkan tabel 2 sebagian besar dari remaja memiliki sikap positif yaitu sebanyak (58,7%).

Tabel 3 distribusi frekuensi penerimaan perubahan fisik pada masa pubertas remaja putri di SMP Negeri 02 Kota Bengkulu

No	Penerimaan Perubahan Fisik	Frekuensi (F)	Persentase (%)
1	Negatif	27	33,8
2	Positif	53	66,2
	Total	80	100

Berdasarkan tabel 3 penerimaan perubahan fisik remaja putri pada masa pubertas sebagian besar dari remaja putri (66,2%) dengan penerimaan positif.

Analisa Bivariat

Tabel 4 Hubungan pengetahuan remaja dengan penerimaan perubahan fisik remaja putri pada masa pubertas di SMP Negeri 02 Kota Bengkulu.

Pengetahuan Remaja Putri	Penerimaan perubahan Fisik				Total		p-Value
	Negatif		Positif				
	F	%	F	%	F	%	
Kurang	4	57,1	3	42,9	7	100	0,006
Cukup	19	45,2	23	54,8	42	100	
Baik	4	12,9	27	87,1	31	100	

Berdasarkan uji pearson chi-square diperoleh P value = 0.006 < alfa (0,05) jadi signifikan, sehingga Ho di tolak dan Ha di terima, yang berarti secara statistik ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan remaja dengan penerimaan perubahan fisik remaja putri pada masa pubertas di SMP Negeri 02 Kota Bengkulu.

Tabel 5 Hubungan Sikap Remaja dengan Penerimaan perubahan fisik remaja putri pada masa pubertas di SMP Negeri 02 Kota Bengkulu

Pengetahuan Remaja Putri	Penerimaan perubahan Fisik				Total		p-Value
	Negatif		Positif				
	F	%	F	%	F	%	
Kurang	17	51,5	16	48,5	33	100	0,010
Cukup	10	21,3	37	78,7	47	100	

Berdasarkan uji pearson *chi-square* diperoleh P value = 0.010 < alfa (0,05) jadi signifikan, sehingga Ho di tolak dan Ha di terima, yang berarti secara statistik ada hubungan yang signifikan antara sikap remaja dengan penerimaan perubahan fisik remaja putri pada masa pubertas di SMP Negeri 02 Kota Bengkulu.

Pembahasan

Gambaran distribusi frekuensi pengetahuan remaja di SMP Negeri 02 Kota Bengkulu

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 80 responden terdapat sangat sedikit dari responden yang memiliki pengetahuan yang kurang yaitu sebanyak 7 responden (8,8%). Selanjutnya sebagian besar

responden memiliki pengetahuan yang cukup yaitu sebanyak 42 responden (52,4%) dan hampir setengah dari responden yang memiliki pengetahuan yang baik yaitu sebanyak 31 responden (38,8%).

Hasil tersebut menunjukkan bahwa mayoritas remaja putri di SMP Negeri 02 Kota Bengkulu memiliki tingkat pengetahuan yang cukup mengenai perubahan fisik pada masa pubertas. Kondisi ini menggambarkan bahwa sebagian besar remaja telah memahami dasar-dasar perubahan yang terjadi pada tubuhnya, seperti pertumbuhan payudara, perubahan bentuk tubuh, serta terjadinya menstruasi sebagai bagian dari proses perkembangan yang normal. Tingkat pengetahuan yang cukup tersebut dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, antara lain usia, tingkat pendidikan, paparan informasi dari sekolah, media, maupun teman sebaya, serta peran guru dan tenaga kesehatan dalam memberikan edukasi kesehatan reproduksi.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nurmawati (2020) dalam penelitiannya yang berjudul "hubungan tingkat pengetahuan remaja tentang pubertas dengan sikap menghadapi perubahan fisik", yang menunjukkan bahwa sebagian remaja memiliki tingkat pengetahuan yang cukup baik sebanyak (42,5%) tentang pubertas. Hasil tersebut menggambarkan bahwa remaja yang memiliki pemahaman yang baik mengenai pubertas cenderung lebih siap dalam menghadapi perubahan fisik yang terjadi.

Gambaran distribusi frekuensi sikap remaja di SMP Negeri 02 Kota Bengkulu

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 80 responden terdapat sebagian besar dari responden memiliki sikap yang positif sebanyak 47 responden (58,7%). dan hampir setengah dari responden memiliki sikap negatif yaitu sebanyak 33 responden (41,3%). Hasil menunjukkan bahwa mayoritas remaja putri di SMP Negeri 02 Kota Bengkulu telah memiliki pandangan dan respons yang baik dalam menyikapi perubahan fisik yang terjadi.

Hasil tersebut menunjukkan bahwa mayoritas remaja putri di SMP Negeri 02 Kota Bengkulu telah memiliki pandangan dan respons yang baik dalam menyikapi perubahan fisik yang terjadi pada masa pubertas. Hal ini mencerminkan bahwa sebagian besar remaja mampu memahami perubahan yang dialaminya sebagai proses perkembangan yang alami dan normal, sehingga dapat menerima kondisi tersebut dengan sikap yang lebih positif, rasa percaya diri yang lebih baik, serta tanpa kecemasan yang berlebihan.

Pembentukan sikap remaja terhadap perubahan fisik dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik faktor internal maupun eksternal. Faktor internal meliputi tingkat pengetahuan, pengalaman pribadi, dan kesiapan psikologis remaja. Sementara itu, faktor eksternal meliputi peran keluarga, lingkungan sekolah, teman sebaya, serta media (Mustari dkk, 2024).

Hal diatas sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sari et al. (2021) yang berjudul hubungan sikap remaja dengan penerimaan perubahan fisik pada masa pubertas didapatkan hasil menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki sikap yang positif yaitu sebanyak (58,8%). Hal di atas sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Wulandari (2020) dalam penelitiannya yang berjudul "hubungan sikap remaja dengan penerimaan perubahan fisik pada masa pubertas", yang menunjukkan bahwa sebagian besar remaja memiliki sikap positif sebesar 58,8%. Hasil tersebut menggambarkan bahwa lebih dari setengah responden telah memiliki pandangan dan respons yang baik terhadap perubahan fisik yang terjadi selama masa pubertas.

Gambara distribusi frekuensi penerimaan perubahan fisik pada remaja putri pada masa pubertas di SMP Negeri 02 Kota Bengkulu

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 80 responden terdapat sebagian besar dari responden yang memiliki penerimaan perubahan fisik yang positif yaitu sebanyak 53 responden (66,2%). dan hampir setengah dari responden memiliki penerimaan perubahan fisik yang negatif yaitu sebanyak 31 responden (33,8%). Hasil menunjukkan bahwa mayoritas remaja putri di SMP Negeri 02 Kota Bengkulu telah menerima perubahan fisik yang terjadi pada masa pubertas. Hasil tersebut menunjukkan bahwa mayoritas remaja putri di SMP Negeri 02 Kota Bengkulu telah mampu menerima perubahan fisik yang terjadi pada masa pubertas.

Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar remaja telah memahami bahwa perubahan seperti pertumbuhan payudara, perubahan bentuk tubuh, dan datangnya menstruasi merupakan proses perkembangan yang normal. Penerimaan yang baik tersebut menunjukkan adanya kesiapan mental dan emosional dalam menghadapi masa pubertas, meskipun tetap diperlukan dukungan serta edukasi yang berkelanjutan agar seluruh remaja dapat memiliki penerimaan yang positif terhadap perubahan yang dialaminya.

Penerimaan perubahan fisik yang baik tercermin dari kemampuan remaja untuk memahami bahwa perubahan tubuh merupakan proses perkembangan yang normal dan wajar. Remaja yang memiliki penerimaan yang baik cenderung mampu menyesuaikan diri secara psikologis dan emosional terhadap perubahan fisik, seperti perubahan bentuk tubuh, pertumbuhan organ reproduksi, serta perubahan fungsi biologis (Hoirunnisa Tanjung dkk, 2023).

Hal di atas sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rahmawati (2019) dengan judul “Hubungan Pengetahuan Remaja Putri tentang Pubertas dengan Penerimaan Perubahan Fisik pada Masa Pubertas” yang menunjukkan hasil univariat bahwa sebagian besar responden memiliki penerimaan perubahan fisik yang baik yaitu sebesar (65,0%).

Hubungan pengetahuan remaja dengan penerimaan perubahan fisik remaja putri pada masa pubertas di SMP Negeri 02 Kota Bengkulu

Hasil penelitian menunjukkan dari 7 remaja putri yang memiliki pengetahuan kurang yaitu sebanyak 4 responden (57,1%), remaja putri dengan penerimaan perubahan fisik yang positif yaitu sebanyak 3 responden (42,9%), dari 42 remaja putri yang memiliki pengetahuan cukup yaitu sebanyak 19 responden (45,2%), remaja putri dengan penerimaan perubahan fisik yang positif yaitu sebanyak 23 responden (54,8%), dari 31 remaja putri yang memiliki pengetahuan baik yaitu sebanyak 4 responden (12,9%), remaja putri dengan penerimaan perubahan fisik yang positif yaitu sebanyak 23 responden (87,1%).

Hasil tersebut menunjukkan adanya kecenderungan bahwa semakin baik tingkat pengetahuan remaja putri, maka semakin positif pula penerimaan terhadap perubahan fisik yang terjadi pada masa pubertas. Pengetahuan yang lebih baik membantu remaja memahami bahwa perubahan tubuh merupakan proses yang normal sehingga mereka lebih mampu menyesuaikan diri secara psikologis dan emosional, serta memiliki sikap yang lebih positif terhadap kondisi tubuhnya (Kas et al., 2023).

Berdasarkan hasil uji *chi square* diperoleh nilai p sebesar 0,006, karena nilai $p < 0,05$ maka dikatakan terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan remaja dengan penerimaan perubahan fisik remaja putri pada masa pubertas di SMP Negeri 02 Kota Bengkulu. Artinya adalah semakin baik pengetahuan remaja putri mengenai perubahan fisik pada masa pubertas, maka semakin positif pula penerimaan perubahan fisik.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sriwidyastuti (2025) didapatkan Dengan nilai p -value 0,034 dan 0,010 maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara tingkat pengetahuan tentang pubertas dengan sikap menghadapi perubahan fisik pada remaja putri.

Hubungan sikap remaja dengan penerimaan perubahan fisik remaja putri pada masa pubertas di SMP Negeri 02 Kota Bengkulu

Hasil penelitian menunjukkan dari 33 remaja putri yang memiliki sikap negatif yaitu sebanyak 17 responden (51,5%), remaja putri dengan penerimaan perubahan fisik yang positif yaitu sebanyak 16 responden (48,5%), dari 47 remaja putri yang memiliki sikap positif yaitu sebanyak 10 responden (21,3%), remaja putri dengan penerimaan perubahan fisik yang positif yaitu sebanyak 37 responden (78,7%).

Hasil tersebut menunjukkan adanya kecenderungan bahwa semakin positif sikap remaja putri, maka semakin baik pula penerimaan terhadap perubahan fisik yang terjadi pada masa pubertas. Sikap yang positif memungkinkan remaja memandang perubahan tubuh sebagai bagian dari proses perkembangan yang normal sehingga mereka lebih mampu menyesuaikan diri secara psikologis dan emosional serta memiliki kepercayaan diri yang lebih baik.

Berdasarkan hasil uji *chi square* diperoleh nilai p sebesar 0,010, karena nilai $p < 0,05$ maka dikatakan ada hubungan yang signifikan antara sikap remaja dengan penerimaan perubahan fisik remaja putri pada masa pubertas di SMP Negeri 02 Kota Bengkulu. Artinya sikap remaja berperan penting dalam penerimaan perubahan fisik pada masa pubertas. Sikap merupakan respon tertutup seseorang terhadap suatu stimulus yang dapat memengaruhi terbentuknya perilaku. Remaja dengan sikap positif cenderung mampu menerima dan menyesuaikan diri terhadap perubahan fisik dan psikologis pada masa pubertas dengan lebih baik (Notoatmojo 2020).

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sari (2022) hasil uji *chi-square* menunjukkan nilai p sebesar 0,003, yang menandakan ada hubungan yang signifikan antara Sikap dengan Penerimaan Perubahan Fisik pada Remaja Putri Masa Pubertas. Penelitian tersebut menjelaskan bahwa sikap memiliki peranan penting dalam membentuk penerimaan perubahan fisik pada remaja putri masa pubertas

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, maka dapat ditarik kesimpulan :Sebagian besar responden memiliki pengetahuan cukup yaitu sebesar 52,4 % di SMP Negeri 02 Kota Bengkulu. Sebagian besar dari responden memiliki sikap positif yaitu sebesar 58,7 % di SMP Negeri 02 Kota Bengkulu. Sebagian besar dari responden memiliki penerimaan perubahan fisik positif yaitu sebesar 66,2 % di SMP Negeri 02 Kota Bengkulu. Ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan remaja dengan penerimaan perubahan fisik remaja putri pada masa pubertas di SMP Negeri 02 Kota Bengkulu. Ada hubungan yang signifikan antara sikap remaja dengan penerimaan perubahan fisik remaja putri pada masa pubertas di SMP Negeri 02 Kota Bengkulu.

Saran

1. Bagi Peneliti Selanjutnya
Memberikan pengalaman dan memperluas wawasan dalam melakukan penelitian ilmiah khususnya yang berhubungan dengan Hubungan Pengetahuan dan Sikap Remaja dengan Penerimaan Perubahan Fisik Remaja Putri pada masa Pubertas
2. Bagi Fakultas Ilmu Kesehatan Dehasen
Penelitian ini di harapkan dapat menjadi referensi dalam pengembangan ilmu pengetahuan serta dapat memberi informasi bagi mahasiswa serta menambah bahan bacaan perpustakaan dan menambah pengetahuan mengenai hubungan pengetahuan dan sikap remaja dengan penerimaan perubahan fisik remaja putri pada masa Pubertas.

DAFTAR PUSTAKA

- Gumantan, A., & Mahfud, I. 2021. *Psikologi Remaja dan Perkembangannya*. Yogyakarta. Deepublish.
- Rahmawati, R., Basri, Z., Nurlaeliana, N., & Ibrahim, A. A. Z. (2025). *The Influence of Parental Roles on Adolescents' Knowledge of Puberty at MTS BI Islami*. *Miracle Journal of Public Health*, 8(1), 86-92.
- Mustari, R., Marlina, M., & Sahirah, S. (2024). *Hubungan tingkat pengetahuan terhadap sikap remaja putri tentang perubahan fisik menghadapi pubertas di SMPN 1 Kota Palopo*. *SAINTEKES: Jurnal Sains, Teknologi dan Kesehatan*, 3(1), 1–9.
- Kurniawati, N., & Nurmayanti, M. W. (2020). *Hubungan tingkat pengetahuan tentang pubertas dengan sikap menghadapi perubahan fisik pada remaja awal di SD N Kedunglo Purworejo*. *Jurnal Komunikasi Kesehatan*, 11(2)
- Pakpahan, E., Siregar, D., & Sinaga, T. 2021. *Konsep Pengetahuan dan Perilaku Remaja*. Medan. USU Press.
- Notoatmodjo, S. 2020. *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2020). *Metodologi penelitian kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Tanjung, H., Lestari, S., Bahri, S., & Roza, S. D. (2025). *Hubungan antara konsep diri dan penerimaan perubahan fisik pada remaja wanita pada masa pubertas*. *JUKEJ: Jurnal Kesehatan Jompa*, 4(1).
- Sari, F., & Lestari, R. 2021. *Hubungan Pengetahuan dan Sikap dengan Penerimaan Diri Remaja Putri di SMP Negeri 3 Yogyakarta*. *Jurnal Ilmu Kesehatan Remaja*, 4(2), 70–77.
- Kas, S. R., Istiqamah, N. F., & Aminah, S. (2023). *Tingkat pengetahuan terhadap pubertas pada perubahan fisik remaja putri*. *Jurnal Keolahragaan JUARA*, 3(1), 45–52.
- Sahir, M. 2021. *Metode Penelitian Kuantitatif dalam Bidang Kesehatan*. Jakarta: Pustaka Baru Press.
- Santrock, J. W. 2020. *Adolescence (Perkembangan Remaja)* (Edisi 16). Jakarta: Erlangga.
- Sarwono, S. W. 2020. *Psikologi Remaja*. Jakarta. Raja Grafindo Persada.
- Sriwidyastuti, E., Nugroho, A., & Putri, R. 2024. *Sikap Remaja terhadap Perubahan Fisik dan Hubungannya dengan Pengetahuan Pubertas*. *Jurnal Ilmu Kesehatan Indonesia*, 10(1), 12–21.
- UNICEF. 2024. *Adolescent Development Report 2024*. New York: UNICEF.
<https://www.unicef.org/reports/state-of-worlds-children/2024>