

SKRIPSI

**HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN SIKAP REMAJA
PUTRI TENTANG PERUBAHAN FISIK PUBERTAS
DENGAN TINGKAT STRES MENGHADAPI
PUBERTAS DI SMPN 2 TANAH PUTIH
2022**



NAMA : WAHYU WULANDARI

NIM : 1814201161

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS PAHLAWAN
TUANKU TAMBUSAI
RIAU
2022**

SKRIPSI

**HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN SIKAP REMAJA
PUTRI TENTANG PERUBAHAN FISIK PUBERTAS
DENGAN TINGKAT STRES MENGHADAPI
PUBERTAS DI SMPN 2 TANAH PUTIH
2022**






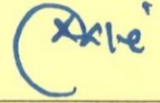
**NAMA : WAHYU WULANDARI
NIM : 1814201161**

Diajukan sebagai Persyaratan untuk Memperoleh Gelar

Sarjana Keperawatan

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS PAHLAWAN
TUANKU TAMBUSAI
RIAU
2022**

**LEMBARAN PERSETUJUAN DEWAN PENGUJI
UJIAN SKRIPSI S1 ILMU KEPERAWATAN**

No	NAMA	TANDA TANGAN
1.	<u>ADE DITA PUTERI, S.KM, MPH</u> Ketua Dewan Penguji	 _____
2.	<u>AFIAH, SST, MKM</u> Sekretaris	 _____
3.	<u>M.NIZAR SYARIF HAMIDI, A. Kep, M.Kes</u> Penguji 1	 _____
4.	<u>DEWI ANGGRIANI HARAHAP, S.ST, M.Keb</u> Penguji 2	 _____

Mahasiswa :

NAMA : WAHYU WULANDARI
NIM : 1814201261
TANGGAL UJIAN : 18 NOVEMBER 2022

LEMBARAN PERSETUJUAN AKHIR SKRIPSI

NAMA : WAHYU WULANDARI

NIM : 1814201261

NAMA

TANDA TANGAN

Pembimbing I :

ADE DITA PUTERI, S.KM, MPH
NIP. TT 096 542 173



Pembimbing II :

AFIAH, SST, MKM
NIP. TT 096 542 087



Mengetahui,
Ketua Program Studi S1 Keperawatan
Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai



Ns. ALINI, M.Kep
NIP. TT 096 542 079

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS PAHLAWAN TUANKU TAMBUSAI**

**Skripsi, November 2022
WAHYU WULANDARI**

**HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN SIKAP REMAJA PUTRI TENTANG
PERUBAHAN FISIK PUBERTAS DENGAN TINGKAT STRES
MENGHADAPI PUBERTAS DI SMPN 2 TANAH PUTIH TAHUN 2022**

x + 64 Halaman + 7 Tabel + 15 Lampiran

ABSTRAK

Remaja yang sedang pubertas akan mengalami perubahan fisik maupun psikologis. Jika tidak mendapatkan pengetahuan tentang perubahan yang mereka alami saat pubertas kadang-kadang akan menimbulkan sikap cemas, takut, malu, merasa lain, dan bingung bahkan stres terhadap perubahan dirinya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pengetahuan dan sikap remaja puteri tentang perubahan fisik saat pubertas dengan tingkat stres menghadapi pubertas SMPN 2 Tanah Putih Tahun 2022. Jenis penelitian ini menggunakan survei analitik dengan pendekatan cross sectional., cara pengambilan sampel menggunakan sample random sampling dengan jumlah sampel sebesar 74 sampel. Teknik analisis data menggunakan analisis univariat dan bivariat. Hasil uji statistik Ada Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Terhadap Perubahan Fisik Pubertas Dengan Tingkat Stres Menghadapi Pubertas Di SMPN 2 Tanah Putih Tahun 2022 Dengan Nilai 0,00 Dan $0,031 < 0,005$. Kesimpulan Ada Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Terhadap Perubahan Fisik Pubertas Dengan Tingkat Stres Menghadapi Pubertas Di SMPN 2 Tanah Putih Tahun 2022. Saran kepada SMPN 2 Tanah Putih agar dapat membuat program pendidikan kesehatan khususnya tentang kesehatan reproduksi remaja sehingga dapat mengurangi kecemasan dalam menghadapi masa pubertas pada remaja.

Kata kunci : Pengetahuan, Sikap, Remaja, Perubahan Fisik, Pubertas
Daftar bacaan : 27 Bacaan (2010-2022)

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur Alhamdulillah penulis sampaikan kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunianya sehingga penulis dapat menyelesaikan laporan hasil penelitian yang berjudul **“Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Tentang Perubahan Fisik Pubertas Dengan Tingkat Stres Menghadapi Pubertas Di SMPN 2 Tanah Putih Tahun 2022”**.

Skripsi diajukan guna memenuhi salah satu syarat dalam menyelesaikan program S1 Keperawatan Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai. Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi masih jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu kritik dan saran yang sifatnya membangun sangat penulis harapkan demi kesempurnaan skripsi.

Dalam menyelesaikan skripsi, penulis banyak mendapatkan bantuan dari berbagai pihak, oleh karena itu penulis ingin mengucapkan terima kasih yang tulus kepada yang terhormat:

1. Prof. Dr. H. Amir Luthfi selaku Rektor Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai.
2. Ibu Dewi Anggriani Harahap, M.Keb selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan dan penguji II yang telah meluangkan waktu dan pemikiran beliau dalam memberikan bimbingan, petunjuk dan saran dalam kesempurnaan skripsi ini.
3. Ns. Alini, M.Kep selaku ketua program studi S1 Keperawatan Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai.

4. Ibu Ade Dita Puteri,SKM,MPH selaku pembimbing I yang telah banyak memberikan masukan dalam materi dan meluangkan waktu, pemikiran, bimbingan, serta arahan dalam menyelesaikan skripsi.
5. Ibu Afiah, SST, MKM selaku pembimbing II dalam penyusunan laporan hasil penelitian, yang telah meluangkan waktu, pemikiran, bimbingan, serta arahan dalam menyelesaikan skripsi.
6. Bapak M Nizar Syarif Hamidi, A.Kep, M.Kes selaku penguji I yang telah meluangkan waktu dan pemikiran beliau dalam memberikan bimbingan, petunjuk dan saran dalam kesempurnaan skripsi ini.
7. Kepala Sekolah SMPN 2 Tanah Putih yang telah membantu dan memberikan izin dalam melakukan survei awal.
8. Seluruh responden yang telah membantu peneliti mendapatkan data-data yang sebenarnya.
9. Dosen Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai yang telah memberikan kesempatan dan kemudahan bagi peneliti dalam penyusunan skripsi ini.
10. Staf perpustakaan yang telah bersedia meminjamkan buku kepada peneliti, sehingga peneliti tidak mengalami kesukaran yang berarti dalam memperoleh referensi.
11. Bagian Akademik beserta seluruh staf yang telah memberikan dukungan kerja sama dalam pengambilan data yang diteliti.
12. Ayah dan Bunda tercinta yang selalu memberikan do'a motivasi dan semangat selama menuntut ilmu, serta seluruh saudara saya yang selalu memberikan dukungan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi.

13. Terimakasih kepada melati STr,Keb dan abang andika yang telah memberikan dorongan semangat dalam penyelesaian penyusunan skripsi.
14. Terimakasih kepada teman saya yang telah banyak membantu dalam melakukan penyusunan Skripsi.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan hasil penelitian ini masih belum sempurna. Untuk itu penulis berharap kritikan dan saran yang bersifat membangun dari semua pihak demi kesempurnaan hasil penelitian ini

Semoga ALLAH SWT, selalu memberikan berkah dan karunma-Nya kepada semua pihak yang telah memberikan bimbingan dan dukungan kepada penulis selama mengikuti pendidikan S1 Keperawatan di Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai Bangkinang.

Bangkinang, November 2022
Penulis

WAHYU WULANDARI
1814201261

DAFTAR ISI

LEMBAR JUDUL	i
LEMBAR PERSETUJUAN	ii
ABSTRAK	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR LAMPIRAN	xi

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	7
C. Tujuan Penelitian	7
D. Manfaat Penelitian	8

BAB II TINJAUAN KEPUSTAKAAN

A. Tinjauan Teoritis.....	10
1. Remaja.....	10
2. Pubertas	11
3. Pengetahuan.....	16
4. Tingkat Pengetahuan di Dalam Domain Kognitif.....	17
5. Faktor Yang Mempengaruhi Pengetahuan	19
6. Cara mengukur pengetahuan	20
7. Sikap.....	20
8. Tingkat Stres.....	28
9. Penelitian Terkait.....	32
B. Kerangka Teori	34
C. Kerangka Konsep	35
D. Hipotesis	35

BAB III METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian	37
1. Rancangan Penelitian	38
2. Alur Penelitian.....	39
3. Prosedur Peneliti.....	40
B. Lokasi dan Waktu Penelitian	40
C. Populasi dan Sampel.....	41
1. Populasi	41
2. Sampel.....	41

D. Etika Penelitian.....	43
E. Alat Pengumpulan Data.....	43
F. Uji Validitas dan Reabilitas.....	45
G. Prosedur Pengumpulan Data.....	46
H. Teknik Pengolahan Data.....	47
I. Definisi Operasional.....	48
J. Rencana Analisa Data.....	48
BAB IV HASIL PENELITIAN	
A. Karakteristik Responden.....	51
B. Analisa Univariat.....	52
C. Analisa Bivariat.....	53
BAB V PEMBAHASAN	
A. Hubungan Pengetahuan Terhadap Perubahan Fisik Pubertas dengan Tingkat Stres Menghadapi Pubertas di SMP N 2 Tanah Putih Tahun 2022.....	56
B. Hubungan Sikap Terhadap Perubahan Fisik Pubertas Dengan Tingkat Stres Menghadapi Pubertas Di SMP N 2 Tanah Putih Tahun 2022.....	59
BAB VI PENUTUP	
A. Kesimpulan.....	63
B. <u>Saran</u>	63
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	Definisi Operasional	62
Tabel 4.1	Distribusi Frekuensi Berdasarkan Umur Kelas, Tentang Perubahan Fisik Pubertas dengan Tingkat Stres Menghadapi Pubertas di SMPN 2 Tanah Putih Tahun 2022	51
Tabel 4.2	Distribusi Frekuensi Berdasarkan Pengetahuan Tentang Perubahan Fisik Pubertas dengan Tingkat Stres Menghadapi Pubertas di SMPN 2 Tanah Putih Tahun 2022	52
Tabel 4.3	Distribusi Frekuensi Hubungan Sikap Tentang Perubahan Fisik Pubertas dengan Tingkat Stres Menghadapi Pubertas di SMP N 2 Tanah Putih Tahun 2022	52
Tabel 4.4	Distribusi Frekuensi Berdasarkan Stres Tentang Perubahan Fisik Pubertas dengan Tingkat Stres Menghadapi Pubertas di SMPN 2 Tanah Putih Tahun 2022	53
Tabel 4.5	Distribusi Frekuensi Hubungan Pengetahuan Tentang Perubahan Fisik Pubertas dengan Tingkat Stres Menghadapi Pubertas di SMPN 2 Tanah Putih Tahun 2022	53
Tabel 4.6	Distribusi Frekuensi Hubungan Sikap Tentang Perubahan Fisik Pubertas dengan Tingkat Stres Menghadapi Pubertas di SMPN 2 Tanah Putih Tahun 2022	54

DAFTAR SKEMA

Skema 2.1 Kerangka Teori.....	46
Skema 2.2 Kerangka Konsep	47
Skema 3.1 Rancangan Penelitian	52
Skema 3.2 Alur Penelitian	53

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Format Pengajuan Judul Penelitian
- Lampiran 2. Surat Izin Pengambilan Data
- Lampiran 3. Surat izin penelitian
- Lampiran 4. Surat Balasan
- Lampiran 5. Uji Validitas dan Reabilitas
- Lampiran 6. Lembar Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 7. Lembar Persetujuan Responden
- Lampiran 8. Kuesioner
- Lampiran 9. Master Tabel
- Lampiran 10. Hasil SPSS penelitian
- Lampiran 11. Dokumentasi penelitian
- Lampiran 12. Riwayat Hidup
- Lampiran 13. Lembar Turnitin
- Lampiran 14. Lembar Konsultasi Pembimbing I
- Lampiran 15. Lembar Konsultasi Pembimbing II

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja merupakan masa peralihan kehidupan dimana pada fase ini manusia mengalami perubahan dari anak-anak menuju dewasa. Masa remaja ditandai oleh masa pubertas, yaitu waktu seorang anak perempuan mampu mengalami konsepsi yakni menarce atau haid pertama. Pubertas adalah waktu terjadinya perkembangan seks sekunder, berlangsung antara 2 sampai 3 tahun (Depkes RI, 2019).

Batas usia remaja menurut *World Health Organization* (WHO) 2008 adalah 12-24 tahun, sedangkan batas usia remaja menurut monks (2014) adalah 10-19 tahun. Didunia diperkirakan kelompok remaja berjumlah 1,2 milyar atau 18% dari jumlah penduduk dunia (WHO, 2014; dalam Kemenkes RI, 2014). Jumlah kelompok usia 10-19 tahun di Indonesia menurut Sensus Penduduk tahun 2010 sebanyak 43,5 juta atau sekitar 18% dari jumlah penduduk (Kemenkes RI, 2014). Sedangkan menurut BKKBN (2013) jumlah remaja di Indonesia sebanyak 64 juta jiwa atau 27,6% dari jumlah penduduk di Indonesia (Kemenkes RI, 2019).

Menurut data Riset Kesehatan Dasar (Rikesdas, 2013) prevalensi kejadian stres pada remaja meningkat dari tahun ketahun. Sebesar (6,0%) masyarakat Indonesia yang berumur lebih dari 15 tahun mengalami gangguan mental emosional berupa stres, kecemasan, dan depresi. (Kemenkes RI, 2017)

Menurut Depkes RI tahun 2018 termasuk kedalam remaja tengah dengan ciri khas antara lain yaitu mencari identitas diri, timbulnya keinginan untuk memiliki teman kencan, mempunyai rasa cinta yang mendalam, mengembangkan kemampuan berpikir yang abstrak dan berkhayal tentang aktifitas seks serta selalu memperhatikan perubahan bentuk tubuhnya (Putra, 2013).

Masa pubertas pada remaja akan mengalami perkembangan yang pesat baik fisik, psikis maupun sosialnya. Secara fisik terjadi perubahan Kematangan seksual dimana remaja perempuan akan mengalami menstruasi dan terjadinya perubahan bentuk tubuh dimana payudara mulai membesar dan tumbuhnya bulu kemaluan, penyesuaian perubahan tersebut sangat berpengaruh pada kehidupan kejiwaan remaja, sementara itu perhatian remaja sangat besar terhadap penampilan dirinya sehingga mereka sering merisaukan bentuk tubuh dan membandingkan dirinya dengan remaja lainnya (Florenca, 2020).

Dalam psikologi masa pubertas ditandai oleh perubahan sikap dan perilaku seperti kegelisahan, rasa cemas, malu, dan mulai tertarik pada lawan jenis secara biologis, terjadi perubahan fisik pada tubuh laki-laki dan perempuan. Perubahan ini menimbulkan kecemasan tersendiri, karena remaja relatif belum mencapai tahap kematangan mental dan sosial sehingga mereka harus menghadapi tekanan emosi dan sosial yang saling bertentangan. Ketidaktahuan remaja terhadap perubahan tersebut yang menyebabkan

mereka mengalami gangguan emosional berupa stres, kecemasan, dan bahkan depresi (Nasution et al., 2021).

Cara untuk mengurangi kecemasan pada remaja saat menghadapi masa pubertas diperlukan peran orang tua dan guru di sekolah untuk memberikan informasi yang benar tentang kondisi perubahan pada masa-masa remaja. Salah satunya yaitu diperlukan pemberian informasi tentang pengertian perubahan fisik masa puber. Perubahan fisik yang terjadi pada remaja putri terjadi karena mulai diproduksi hormon-hormon seksual yang mempengaruhi pertumbuhan serta perkembangan sistem reproduksi yang terkadang ditandai dengan pembesaran payudara. Perubahan yang paling terlihat jelas 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 (Soetjiningsih, 2017).

Remaja yang secara psikologis tidak dipersiapkan tentang perubahan perubahan fisik dan psikologis yang terjadi, akan dapat berakibat menjadikan suatu pengalaman yang traumatis bagi remaja. Oleh karena itu pengetahuan tentang seksualitas sangatlah penting. Dimana pengetahuan ini harus diperoleh dengan cara yang benar dan kompleks, sehingga tanggung jawab yang harus diselesaikan dalam tahap perkembangannya tidak mereka hadapi dengan perasaan takut dan cemas. Pengetahuan juga merupakan salah satu komponen dalam pembentukan sikap seseorang, dengan pengetahuan yang tidak memadai akan membuat remaja cenderung mengambil sikap yang salah.

Dampaknya jika remaja mempunyai pengetahuan tentang pubertas yang tidak memadai maka akan membuat remaja cenderung bersikap negatif tentang seksualitas (Fadillah et al., 2022).

Stres merupakan suatu respon fisiologis, psikologis dan perilaku dari manusia yang mencoba untuk mengadaptasi dan mengatur baik tekanan internal dan eksternal, semua bentuk stres akan menghasilkan reaksi pada tubuh. Pada saat stres terjadi peningkatan pelepasan CRH (*Cortisol Releasing Hormone*) oleh hipotalamus yang kemudian menyebabkan peningkatan kortisol dalam darah (hormon stress). Peningkatan kortisol dapat menghambat *Gonadotropin-releasing* faktor yang mengontrol ovulasi pada wanita. Besarnya kadar kortisol dalam darah memengaruhi besarnya dampak yang ditimbulkan pada tubuh individu tersebut. Jika hal ini terjadi pada seorang wanita, maka dapat berpengaruh terhadap menstruasi bahkan dapat memicu adanya gangguan siklus haid/ menstruasi seperti tidak menstruasi selama beberapa waktu (amenorhea) darah menstruasi yang sangat banyak (menorrhagia) dan timbulnya sakit pada saat menstruasi (dysmenorea). Dampak yang timbul dari ketidak teraturan siklus menstruasi yang tidak ditangani segera dan secara benar adalah terdapat gangguan kesuburan, tubuh terlalu kehilangan banyak darah sehingga memicu terjadinya anemia yang ditandai dengan mudah lelah, pucat, kurang konsentrasi, dan tanda-tanda anemia lainnya (Fadillah et al., 2022).

Menurut penelitian Asiyah (2015) menemukan bahwa terdapat hubungan pengetahuan remaja putri usia 11-14 tahun dengan tingkat

kecemasan dalam menghadapi perubahan seks sekunder di MTS Safinatul Huda Sowan Kidul Jepara. Penelitian lain yang dilakukan oleh sulistina (2009) menemukan hasil bahwa terdapat hubungan yang sangat signifikan antara pengetahuan menstruasi dengan perilaku kesehatan putri terhadap menstruasi (Asiyah et al., 2015).

Hasil penelitian Fitri, dkk (2012) menyebutkan bahwa remaja putri cenderung memiliki tingkat stres yang lebih tinggi terutama masalah fisik (tubuh). Menurut Irawan (2010) sikap yang ditunjukkan oleh remaja putri yaitu mereka merasa malu dengan perubahan yang terjadi seperti perubahan payudara, haid pertama, bertambahnya berat badan, adanya jerawat yang membuat mereka kurang percaya diri (Fitri, 2012). Berdasarkan penelitian di atas penulis berasumsi bahwa sebagian besar responden berusia lebih 12 tahun yang artinya dalam rentang usia tersebut lebih memperhatikan bentuk tubuh terutama perubahan fisik saat purtas.

Perubahan yang terjadi saat remaja terletak pada perubahan sikap, perilaku, dan pertumbuhan fisiknya dimana pada saat remaja mudah sekali dipengaruhi faktor dari luar dirinya seperti keluarga, lingkungan, pergaulan, teman sebaya dan teman sekolah. Pada masa remaja terjadi perubahan fisik dimana terjadi perbedaan pertumbuhan fisik antara laki-laki dan perempuan, yaitu terletak pada organ reproduksinya, dimana akan diproduksi hormon yang berbeda. Penampilan yang berbeda serta bentuk tubuh pun akan berbeda akibat berkembangnya seks sekunder (Depkes RI, 2020).

Berdasarkan Survei awal yang sudah penulis lakukan terdapat 12 Sekolah Menengah Pertama di Kecamatan Tahan Putih. Peneliti melakukan survei awal dari 3 sekolah yaitu SMP Negeri 1 Tanah Putih, SMP Negeri 2 Tanah Putih, dan SMP Negeri 3 Tanah Putih. Dilakukan wawancara ke Petugas UKS mengatakan banyak siswi yang saat dismenore yang membuat mereka stress di sebabkan karena perubahann pada fisiknya, tugas sekolah, dan teman kelas yang membuat tidak nyaman.

Pada tanggal 28 April 2022, dari SMP Negeri 1 Tanah putih didapatkan hasil wawancara dari 10 siswi tentang perubahan fisik pubertas dengan tingkat stres yaitu 3 orang siswi mengatakan terkejut dengan perubahan yang dialami, seperti perubahan payudara dan keluarnya darah dari kemaluan dan 7 orang siswi mengatakan takut dengan perubahan yang dialaminya dan tidak tau mau melakukan apa terhadap perubahan yang dialaminya dan malu memberi tau keluarganya. Pada tanggal 29 April 2022, dari SMP Negeri 2 didapatkan hasil wawancara dari 10 siswi tentang perubahan fisik pubertas dengan tingkat stres yaitu dari 4 orang siswi mengatakan takut dengan perubahan yang dialaminya dan tidak tau mau melakukan apa terhadap perubahan yang dialaminya dan malu memberi tau keluarganya, dan 6 orang siswi lainnya mengatakan masih cemas tetapi sudah mendapat bimbingan dari ibu dan kakak perempuannya sehingga bisa menerima perubahan yang dialaminya. Sedangkan pada tanggal 30 April 2022, dari SMP Negeri 3 Tanah putih didapatkan hasil wawancara dari 10 siswi tentang perubahan fisik pubertas dengan tingkat stres yaitu 2 orang siswi

mengatakan terkejut dengan perubahan yang dialami, seperti perubahan payudara dan keluarnya darah dari kemaluan dan 8 orang siswi mengatakan takut dengan perubahan yang dialaminya dan tidak tau mau melakukan apa terhadap perubahan yang dialaminya dan malu memberi tau keluarganya.

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “ Hubungan Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri Tentang Perubahan Fisik pada Masa Pubertas dengan Tingkat Stres di SMP Negeri 2 Tanah Putih Tahun 2022 ”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, bisa dirumuskan permasalahan penelitian ini sebagai berikut, “Apakah ada Hubungan Pengetahuan dan sikap Tentang Perubahan Fisik Pubertas Dengan Tingkat Stres Di SMP Negeri 2 Tanah Putih”?.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Untuk mengetahui Hubungan Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri Tentang Perubahan Fisik Pubertas dengan tingkat stress menghadapi pubertas di SMP N 2 Tanah Putih.

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui distribusi frekuensi pengetahuan tentang perubahan fisik pubertas dengan tingkat stress.
- b. Untuk mengetahui distribusi frekuensi sikap remaja tentang perubahan fisik pubertas dengan tingkat stress.

- c. Untuk mengetahui hubungan pengetahuan dan sikap remaja tentang perubahan fisik pubertas dengan tingkat stress.

D. Manfaat Penelitian

1. Aspek Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberi suatu masukan teori dan menambah hasil informasi yang berhubungan dengan perubahan fisik dan tingkat stress menghadapi pubertas.

2. Aspek Praktis

- a) Bagi institusi pendidikan

penelitian ini dapat menjadi tambahan pengetahuan dan wawasan terhadap masalah yang terkait dengan kesehatan reproduksi terutama mengenai pengetahuan perubahan fisik dan tingkat stress menghadapi pubertas.

- b) Bagi peneliti

Penelitian ini untuk menambah wawasan, dan pengetahuan serta kemampuan pemahaman peneliti dan dapat memberi informasi kepada remaja pubertas.

- c) Bagi mahasiswa

Dengan adanya hasil penelitian ini di harapkan dapat menambah informasi pengembangan pengetahuan dan aplikasi mahasiswa yang didapatkan selama dibangku kuliah.

d) Bagi pembimbing konseling SMP Negeri 2 Tanah Putih

Dengan adanya hasil penelitian ini dapat di jadikan dasar sebagai pengajuan tambahan kurikulum atau muatan lokal mengenai kesehatan reproduksi.

BAB II

TINJAUAN KEPUSTAKAAN

A. Tinjauan Teoritis

1. Remaja

Adolescence atau remaja berasal dari bahasa latin *adolescere* yang berarti “tumbuh” atau “tumbuh menjadi dewasa”. Bangsa primitive pada zaman purbakala mengatakan bahwa masa remaja atau masa puber tidak ada bedanya dengan masa-masa lain dalam rentang kehidupan, anak dianggap dewasa apabila sudah mampu mengadakan reproduksi. Istilah *adolenscence* mempunyai arti yang lebih luas mencakup kematangan mental, emosional, sosial dan fisik. Masa remaja merupakan masa transisi dalam kehidupan dimana pada fase ini individu mengalami perubahan dari anak-anak menuju dewasa (BKKBN, 2018).

Batas usia remaja adalah 12-21 tahun, dimana terbagi dalam 3 yaitu remaja awal 12-15 tahun, remaja tengah 15-18 tahun, remaja akhir 18-21 tahun. Pada masa remaja tersebut terjadilah suatu perubahan organ-organ fisik (organobiologik) secara cepat, dan perubahan tersebut tidak seimbang dengan perubahan kejiwaan (mental emosional) (Monks, 2016).

Masa remaja terbagi menjadi 3 bagian yaitu:

- 1) Masa remaja awal, 12 - 15 tahun.
- 2) Masa remaja tengah, 15 - 18 tahun.
- 3) Masa remaja akhir, 18 – 21 tahun.

2. Pubertas

1) Pengertian

Pubertas pada umumnya didefinisikan sebagai saat dimana seorang anak mengalami pematangan secara fisik dan seksual. Pubertas adalah tanda yang paling penting dimulainya masa remaja, yang merupakan perubahan cepat pada kematangan fisik yang meliputi hormonal yang terutama terjadi pada masa remaja awal. Pada wanita pubertas terjadi diantara usia 8-14 tahun sedangkan laki-laki terjadi pada usia antara 9-14 tahun (W, 2013).

Penyebab munculnya pubertas adalah hormon yang dipengaruhi oleh hipofisis (pusat dari seluruh sistem kelenjar penghasil hormone tubuh). Pubertas terjadi karena tubuh mulai memproduksi hormonhormon seks sehingga alat reproduksi telah berfungsi serta tubuh mengalami perubahan, sedangkan menurut definisi lain Pubertas dimulai pada saat hipotalamus melepaskan *Gonadotropin Relasing Hormone* (GNRH) yang kemudian mempengaruhi kelenjar pituitary untuk melepaskan *Leutinizing Hormone* (LH) dan *Folikel Stimulating Hormone* (FSH). Pada saat remja pelepasan LH meningkat secara progresif pada hormon seks dengan sedikit peningkatan FSH. Pada perempuan GNRH terus meningkat selama pubertas dan fluktuatif yang terlihat pada siklus menstruasi FSH menstimulasi estrogen dan produksi serta pembentukan folikel (Streiner, D.L. and Norman, 2018).

2) Tahapan Masa Pubertas

Menurut (Mighwar, 2016) masa pubertas terjadi secara bertahap, yaitu:

a) Tahap Prapubertas (9-10 tahun)

Tahap ini disebut juga tahap pematangan yaitu pada satu atau dua terakhir masa kanak-kanak, yaitu periode sekitar 2 tahun sebelum pubertas ketika anak pertama kali mengalami perubahan fisik yang menandakan kematangan seksual. Pada masa ini anak dianggap sebagai "prapubertas", sehingga ia tidak disebut seorang anak dan tidak pula seorang remaja. Pada tahap ini, ciri - ciri seks sekunder mulai tampak, namun organ-organ reproduksinya belum berkembang secara sempurna.

b) Tahap Puber (12 - 15 tahun)

Tahap ini disebut juga tahap matang, yaitu terjadi pada garis antara masa kanak - kanak dan masa remaja. Pada tahap ini, kriteria kematangan seksual mulai muncul. Pada anak perempuan terjadi haid pertama dan pada anak laki - laki terjadi mimpi basah pertama kali. Dan mulai berkembang ciri-ciri seks sekunder dan sel-sel diproduksi dalam organ - organ seks.

c) Tahap Paska Puber (17 - 18 tahun)

Pada tahap ini menyatu dengan tahun pertama dan kedua masa remaja. Pada tahap ini ciri - ciri seks sekunder sudah berkembang dengan baik dan organ-organ seks juga berfungsi secara

matang. Merupakan periode 1 sampai 2 tahun setelah pubertas, ketika pertumbuhan tulang telah lengkap dan fungsi reproduksinya terbentuk dengan cukup baik (Mighwar, 2016).

3) Pertumbuhan/perubahan Fisik Pubertas

Pertumbuhan fisik adalah perubahan-perubahan yang terjadi dan merupakan gejala primer dalam pertumbuhan remaja. Perubahan-perubahan ini meliputi: perubahan ukuran tubuh, perubahan proporsi tubuh, munculnya ciri-ciri kelamin yang utama (primer) dan ciri kelamin kedua (sekunder). Perubahan-perubahan fisik pada remaja putri seperti :

1. Pertumbuhan tulang-tulang (badan menjadi tinggi, anggota-anggota badan menjadi panjang.
2. Pertumbuhan payudara
3. Tumbuh bulu halus berwarna gelap dan keriting dikemaluan
4. Tumbuh bulu ketiak
5. Menstruasi (haid).

Sedangkan pada remaja lelaki terjadi perubahan-perubahan sebagai berikut:

1. Pertumbuhan tulang dan otot
2. Testis (buah pelir) membesar
3. Awal perubahan suara
4. Ejakulasi (keluarnya air mani)
5. Tumbuh bulu kemaluan yang halus , keriting dan berwarna gelap.

6. Tumbuh rambut halus di wajah (kumis, jenggot) di dada dan di ketiak (Ratnawati, 2019).

4) Penyebab Pertumbuhan/perubahan Pubertas

Penyebab perubahan pada masa remaja adalah disebabkan aktifnya kelenjar dalam sistem endokrin. Kelenjar pituitari yang terletak di dasar otak mengeluarkan dua macam hormon yakni hormon pertumbuhan yang menyebabkan terjadinya perubahan ukuran tubuh dan hormon gonadotropik yang merangsang gonad agar mulai aktif bekerja. Seluruh proses ini dikendalikan oleh perubahan yang terjadi dalam kelenjar endokrin yang diaktifkan oleh rangsangan yang dilakukan kelenjar hypothalamus untuk merangsang pertumbuhan. Kelenjar gonad sebetulnya sudah ada semenjak anak dilahirkan, namun kelenjar ini seolah-olah tidur dan baru aktif setelah diaktifkan oleh hormon gonadotropik dari kelenjar pituitari pada saat si anak memasuki tahap remaja (Mighwar, 2016).

5) Perubahan Psikologis Masa Pubertas

Perubahan psikologis selama masa pubertas berhubungan dengan sikap dan perilaku. Faktor penyebab perubahan psikologis adalah perubahan fisik, yakni akibat kelenjar endokrin dan pituitary, cepat atau lambat nya kematangan (early mature and late mature), waktu kematangan, kemampuan individual dan kemauan.

Dampak-dampak dari perubahan fisik pada masa pubertas menyebabkan adanya perubahan sikap dan perilaku, seperti ingin

menyendirin sehingga dia menarik diri dari hubungan sosial dan hanya sebatas teman kelompok, inkoordinasi gerakan dan aktivitas sehingga merasa kikuk atau canggung dalam tindakan, timbulnya rasa bosan sehingga menjadi pemalas, adanya perubahan emosi, seperti murung merajuk, menangis kecil, sedih, gelisah, cemas dan marah, mengalami antagonis sosial yang di tunjukkan dengan tidak mau bekerja sama, membantah, menantang, permusuhan terbuka, penuh kritikan dan komentar merendahkan, merasa tidak percaya diri, takut menjadi pusat perhatian dan takut dikritik (Mighwar, 2016).

6) Bahaya-sbahaya Psikologis Pada Masa Pubertas

Kurangnya persiapan pubertas saat menghadapi perubahan bersumber dari sikap orang tua yang terlalu normative setiap perubahan anaknya, minimnya pengetahuan tentang pubertas, tata karma dan prasaan malu, kesengajaan menghindari pertanyaan dan rasa malu sehingga berpura-pura mengerti tentang perubahan dirinya. Alasan anak pubertas tidak puas pada perubahan tubuh bersumber konsep tubuh ideal yang tinggi, konsep bentuk tubuh ideal dan takut ditolak. Sementara faktor-faktor yang memengaruhi konsep diri yang kurang matang adalah konsep diri yang tidakrealistis dan salah, perilaku canggung, perasaan kecewa, sosial, bersikap negatif menarik diri sedikit berbicara, agresif dan tindakan balas dendam (Mighwar, 2016).

3. Pengetahuan

1) Pengertian Pengetahuan

Pengetahuan merupakan hasil tahu yang dilakukan indra terhadap suatu objek tertentu, baik dari penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba. Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting dalam membentuk tindakan seseorang (*overt behavior*) (Darsini et al., 2019).

2) Proses Adopsi Perilaku

Dari pengalaman atau penelitian terbukti bahwa perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan lebih langgeng daripada perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan. Penelitian Rogers, 1974 dalam buku (Notoadmojo, 2012), mengungkapkan bahwa sebelum mengadopsi perilaku baru, didalam diri orang tersebut terjadi proses berurutan, yakni;

1. *Awareness* (kesadaran), yaitu orang tersebut menyadari dalam arti mengetahui stimulus (objek) terlebih dahulu
2. *Interest*, yakni seseorang mulai tertarik terhadap stimulus
3. *Evaluation* (menimbang-nimbang baik atau tidaknya stimulus tersebut bagi dirinya). Hal ini berarti sikap responden sudah lebih baik lagi.
4. *Trial*, orang telah mulai mencoba perilaku yang baru
5. *Adaption*, subjek telah berperilaku baru sesuai dengan pengetahuan, kesadaran, dan sikapnya terhadap stimulus

4. Tingkat Pengetahuan di Dalam Domain Kognitif

Menurut (Nasution et al., 2021) didapatkan tingkat pengetahuan dalam domain kognitif, yaitu :

1. Tahu (*Know*)

Tahu diartikan sebagai mengingat suatu materi yang telah dipelajari sebelumnya. Termasuk kedalam pengetahuan tingkat ini mengingat kembali (*recall*) sesuatu yang spesifik dan seluruh bahan yang dipelajari atau rangsangan yang telah diterima. Oleh sebab itu, tahu ini merupakan tingkat pengetahuan yang paling rendah. Kata kerja untuk mengukur tingkat tahu seseorang jika dapat menyebutkan, menguraikan, mendefinisikan, menyatakan dan sebagainya.

2. Memahami (*Comprehension*)

Memahami diartikan sebagai suatu kemampuan untuk menjelaskan secara benar objek yang diketahui, dan dapat menginterpretasikan materi tersebut secara benar. Orang yang telah paham terhadap objek/materi harus dapat menjelaskan, menyebutkan contoh, menyimpulkan, meramalkan dan sebagainya terhadap objek yang dipelajari

3. Aplikasi (*Application*)

Aplikasi diartikan sebagai kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari pada situasi atau kondisi yang sebenarnya terjadi dilapangan. Aplikasi disini dapat diartikan sebagai aplikasi atau

penggunaan hukum-hukum, rumus, metode, prinsip, dan sebagainya dalam konteks atau situasi yang lain.

4. Analisis (*Analysis*)

Analisis adalah suatu kemampuan untuk menjabarkan materi atau suatu objek dalam komponen-komponen, tetapi masih dalam struktur organisasi, dan masih ada kaitannya satu sama lain. Kemampuan analisis ini dapat dilihat dari penggunaan kata kerja, seperti dapat menggambarkan (membuat bangunan), membedakan, memisahkan, mengelompokkan, dan sebagainya.

5. Sintesis (*Sintesis*)

Sintesis menunjuk kepada suatu kemampuan untuk meletakkan atau menghubungkan bagian-bagian di dalam suatu bentuk keseluruhan yang baru. Dengan kata lain sintesis adalah suatu kemampuan untuk menyusun suatu formulasi baru dari formulasi-formulasi yang ada. Misalnya dapat menyusun, dapat merencanakan, dapat meringkaskan, dapat menyesuaikan dan sebagainya terhadap suatu teori atau rumusan-rumusan yang telah ada.

6. Evaluasi (*Evaluation*)

Evaluasi ini berkaitan dengan kemampuan untuk melakukan justifikasi atau penilaian terhadap suatu materi atau objek. Penilaian-penilaian ini berdasarkan pada suatu kriteria yang ditentukan sendiri atau menggunakan kriteria-kriteria yang telah ada.

5. Faktor Yang Mempengaruhi Pengetahuan

Faktor yang mempengaruhi pengetahuan menurut (Darsini et al., 2019) terbagi atas enam macam, yaitu :

a) Pendidikan

Semakin tinggi pendidikan seseorang semakin mudah menerima informasi sehingga banyak pula yang memiliki pengetahuan.

b) Informasi /media massa

Informasi yang diperoleh baik dari pendidikan formal atau nonformal dapat memberikan pengaruh jangka pendek sehingga menghasilkan perubahan atau peningkatan. Adanya informasi baru mengenai sesuatu hal memberikan landasan kognitif baru bagi terbentuknya pengetahuan terhadap hal tersebut.

c) Sosial, Budaya dan Ekonomi

Kebiasaan dan tradisi yang dilakukan seseorang tanpa melalui penalaran sehingga akan bertambah pengetahuannya walau tidak melakukan. Status ekonomi seseorang akan menentukan tersedianya suatu fasilitas yang diperlukan untuk kegiatan tertentu sehingga status sosial ekonomi ini akan memengaruhi pengetahuan seseorang.

d) Lingkungan

Lingkungan berpengaruh terhadap proses masuknya pengetahuan kedalam individu yang berada dalam lingkungan tersebut. Hal ini terjadi karena adanya interaksi timbal balik ataupun tidak, yang direspon sebagai pengetahuan oleh setiap individu.

e) Pengalaman

Pengalaman sebagai sumber pengetahuan adalah suatu cara untuk memperoleh kebenaran pengetahuan dengan cara mengulang kembali pengetahuan yang diperoleh dalam memecahkan masalah yang dihadapi masa lalu.

f) Usia

Usia memengaruhi daya tangkap dan pola pikir seseorang. Semakin bertambah usia semakin berkembang pula daya pikirnya sehingga pengetahuan yang diperolehnya semakin membaik.

6. Cara mengukur pengetahuan

Pengukuran pengetahuan dapat dilakukan dengan wawancara atau angket yang menyatakan tentang isi materi yang ingin diukur dari subjek penelitian atau responden (Notoadmojo, 2012). Menurut Arikunto, pengetahuan dapat diukur dengan menggunakan kategori sebagai berikut:

1. Kategori buruk, apabila pertanyaan dijawab dengan benar oleh responden < 10
2. Kategori baik, apabila pertanyaan dijawab benar oleh responden ≥ 10 (Notoadmojo, 2012).

7. Sikap

a. Defenisi Sikap

Sikap adalah kecenderungan dan perasaan, curiga atau bias, asumsi-asumsi, ide-ide, ketakutan-ketakutan, tantangan-tantangan,

dan keyakinan-keyakinan manusia tentang suatu topik tertentu (Wawan & Dewi, 2012).

Sikap adalah cara menempatkan atau membawa diri atau cara merasakan, jalan pikiran dan perilaku. Sikap adalah kondisi mental yang kompleks yang melibatkan keyakinan dan perasaan, serta disposisi untuk bertindak dengan cara tertentu (Kandou et al., 2016).

Sikap adalah reaksi atau respon yang masih tertutup dari seseorang terhadap suatu stimulus atau objek. Sikap adalah suatu predisposisi untuk melakukan atau tidak melakukan suatu perilaku tertentu, sehingga sikap bukan hanya kondisi internal psikologis yang murni dari individu (*purely psychic inner state*), tetapi sikap merupakan proses kesadaran yang sifatnya individual. Artinya proses ini terjadi secara subjektif dan unik pada diri individu. Keunikan ini dapat terjadi oleh adanya perbedaan individual yang berasal dari nilai-nilai dan norma yang ingin dipertahankan dan dikelola oleh individu (Asventus et al., 2019).

b. Komponen Sikap

Struktur sikap terdiri atas tiga komponen yang saling menunjang: komponen kognitif merupakan representasi dari apa yang dipercayai oleh individu mengenai sesuatu. Komponen afektif, merupakan perasaan yang menyangkut aspek emosional. Aspek emosional inilah yang paling dalam sebagai komponen sikap dan merupakan aspek yang paling bertahan terhadap pengaruh-pengaruh

yang mungkin mengubah sikap seseorang. Komponen konatif, merupakan aspek kecenderungan berperilaku tertentu sesuai dengan sikap yang dimiliki oleh seseorang dan berisi tendensi seseorang untuk bertindak terhadap sesuatu dengan cara tertentu (Panjaitan, Angelia, & Apriani, 2020).

c. Tingkatan Sikap

Adapun sikap menurut (Panjaitan, Angelia, & Apriyani, 2020) terdiri dari beberapa tingkatan, yaitu:

1. Menerima (*Receiving*)

Menerima diartikan bahwa orang (subjek) mau dan memperhatikan stimulus yang diberikan (objek).

2. Merespons (*Responding*)

Memberikan jawaban apabila ditanya, mengerjakan, dan menyelesaikan tugas yang diberikan oleh suatu indikasi dari sikap.

3. Menghargai (*Valuing*)

Mengajari orang lain untuk mengerjakan atau mendiskusikan suatu masalah adalah suatu indikasi sikap tingkat tiga.

4. Bertanggung jawab (*Responsible*)

Bertanggung jawab atas segala sesuatu yang telah dipilihnya dengan segala resiko merupakan sikap yang paling tinggi.

d. Sifat Sikap

Sikap dapat pula bersikap positif dan bersikap negatif. Sikap positif terdapat kecenderungan tindakan adalah mendekati, menyenangkan, mengharapkan objek tertentu. Sedangkan objek negatif memiliki kecenderungan untuk menjauhi, menghindari, membenci dan tidak menyukai objek tertentu.

e. Ciri-ciri Sikap

1. Sikap tidak dibawa sejak lahir

Ini berarti bahwa manusia pada waktu dilahirkan belum membawa sikap tertentu terhadap suatu objek

2. sikap ini selalu berhubungan dengan objek sikap

Sikap selalu terbentuk dan dipelajari dalam hubungannya dengan objek-objek tertentu, yaitu proses persepsinya terhadap objek tertentu.

3. Sikap dapat tertuju pada suatu objek saja, tetapi dapat juga tertuju pada sekumpulan objek-objek

Bila seseorang mempunyai sikap negatif pada seseorang, maka orang tersebut akan mempunyai kecenderungan menunjukkan sikap negatif pada kelompok dimana orang tersebut bergabung.

4. Sikap dapat berlangsung lama atau sebentar

Jika suatu sikap dapat terbentuk oleh diri seseorang, maka sikap tersebut akan sulit berubah dan bertahan lama dalam diri orang tersebut. Tetapi sebaliknya jika sikap itu belum mendalam dalam

dirinya, maka sikap tersebut akan mudah berubah dan tidak akan bertahan lama

5. Sikap mengandung faktor perasaan dan motivasi.

Sikap terhadap suatu objek akan diikuti oleh perasaan baik itu perasaan positif ataupun perasaan negatif terhadap objek tertentu.

Sikap juga mengandung motivasi yang mempunyai daya dorong bagi perilaku individu terhadap objek yang diamati.

f. Faktor-faktor yang mempengaruhi sikap

Faktor – faktor yang mempengaruhi sikap menurut (Nasution et al., 2021), yaitu :

1) Pengalaman pribadi

Merupakan apa yang telah dan sedang kita alami akan ikut membentuk dan mempengaruhi penghayatan kita terhadap stimulus sosial dan tanggapan akan menjadi salah satu dasar terbentuknya sikap. Untuk dapat mempunyai tanggapan dan penghayatan seseorang harus mempunyai pengalaman yang berkaitan dengan objek psikologis, apakah penghayatan itu kemudian akan membentuk sikap positif dan negatif.

2) Pengaruh orang lain yang akan dianggap penting

Merupakan salah satu diantara komponen sosial yang ikut mempengaruhi sikap, seseorang yang diharapkan akan menjadi persetujuan pada setiap gerak dan tingkah laku serta akan

memberikan pendapat pada kita adalah seseorang yang berarti khusus bagi mereka.

3) Pengaruh kebudayaan

Kebudayaan dimana kita hidup dan dibesarkan mempunyai pengaruh besar terhadap pembentukan sikap kita. Apabila kita hidup dalam budaya yang mempunyai norma longgar bagi pergaulan, sangat mungkin kita mempunyai sikap yang mendukung terhadap masalah kebebasan pergaulan. Apabila kita hidup dalam budaya yang mengatasnamakan kehidupan berkelompok, maka akan sangat mungkin kita akan mempunyai sikap negatif terhadap kehidupan individualisme yang mengutamakan perorangan.

4) Media masa

Media sebagai sarana komunikasi terhadap berbagai bentuk media masa seperti televisi, radio, surat kabar, majalah mempunyai pengaruh besar dalam pembentukan opini dan kepercayaan orang. Walaupun pengaruh media masa tidak sebesar pengaruh individu secara langsung, namun dalam pembentukan sikap, peran media masa tidak kecil artinya itulah salah satu bentuk informasi sugestif dalam media masa.

5) Lembaga pendidikan dan lembaga agama

Merupakan suatu sistem yang mempunyai pengaruh dalam pembentukan sikap dikarenakan keduanya meletakkan dasar

pengertian dan konsep moral dalam diri individu. Pahaman akan baik dan buruk garis pemisah antara sesuatu yang boleh dilakukan dan yang tidak boleh dilakukan, diperoleh dari pendidikan dan pusat keagamaan serta ajaran-ajarannya

6) Pengaruh faktor emosional

Tidak semua sikap ditentukan oleh situasi lingkungan dan pengalaman pribadi seseorang. Kadang-kadang suatu bentuk sikap merupakan pernyataan yang didasari emosi yang berfungsi sebagai semacam penyaluran frustrasi atau pengalihan bentuk mekanisme pertahanan ego. Sikap demikian merupakan sikap yang sementara dan segera berlalu begitu frustrasi telah hilang akan tetapi dapat pula merupakan sikap yang lebih persisten dan bertahan lama.

g. Cara mengukur sikap

Pengukuran sikap dapat diukur secara langsung atau tidak langsung. Secara langsung dapat ditanyakan bagaimana pendapat/pernyataan responden terhadap suatu objek. Secara tidak langsung dapat dilakukan dengan pernyataan-pernyataan hipotesis kemudian dinyatakan pendapat responden melalui kuesioner (Wawan & Dewi, 2012).

Pengukuran sikap dapat dilakukan dengan menilai pernyataan sikap seseorang. Pernyataan sikap adalah rangkaian kalimat yang menyatakan sesuatu mengenai objek sikap yang hendak

diungkapkan. Pernyataan sikap mungkin berisi atau mengatakan hal-hal yang positif pada suatu objek yaitu kalimatnya bersifat mendukung atau memihak pada objek sikap. Pernyataan ini disebut dengan pernyataan yang *favorable*. Sebaliknya jika pernyataan sikap mungkin pula berisi hal-hal negatif mengenai objek sikap yang bersifat tidak mendukung maupun kontra terhadap objek sikap. Pernyataan seperti ini disebut pernyataan yang tidak *favorable*. Suatu skala sikap sedapat mungkin diusahakan agar terdiri atas pernyataan *favorable* dan yang tidak *favorable* dalam jumlah yang seimbang (Wawan & Dewi, 2012).

h. Skala pengukuran sikap

Skala *thrustone* merupakan metode yang mencoba menempatkan sikap seseorang pada rentangan kontinum dari yang sangat *unfavorable* hingga saat *favorable* terhadap suatu objek sikap (Yupi, 2013).

Skala likert mengajukan metodenya sebagai alternatif yang lebih sederhana dibandingkan dengan skala *thrustone*. Dalam metode likert masing-masing responden diminta untuk melakukan *agreement* atau *disagreement* untuk masing-masing item dalam skala yang terdiri dari 4 point (sangat setuju, setuju, tidak setuju, sangat tidak setuju). Untuk pernyataan yang positif nilai skala diubah menjadi angka yaitu setuju nilainya 4, setuju nilainya 3, tidak setuju nilainya 2 dan sangat tidak setuju nilainya 1. Sebaliknya untuk pernyataan

negatif jika sangat setuju nilainya 1, setuju nilainya 2, tidak setuju nilainya 3 dan sangat tidak setuju nilainya 4 (Wawan & Dewi, 2012).

Peneliti melakukan pengukuran sikap menggunakan skala Likert dikenal dengan teknik “*Summated ratings*”. Hasil pengukuran dapat diketahui dengan mengetahui interval (jarak) dan interpretasi persen agar mengetahui penilaian dengan metode mencari interval (I) skor persen dengan menggunakan rumus:

$$I = 100: \text{jumlah kategori maka } I = 100:4 = 25$$

Maka kriteria interpretasi skornya berdasarkan interval:

- 1) Nilai 0-5 = Sangat setuju
- 2) Nilai 6-11 = Setuju
- 3) Nilai 12-17 = Kurang setuju
- 4) Nilai 18-22 = Tidak setuju

Untuk hasil pengukuran skor dikoversikan dalam persentase maka dapat dijabarkan untuk skor <22 hasil pengukuran negatif dan untuk skor ≥ 22 maka hasil pengukuran positif (Wawan & Dewi, 2012).

8. Tingkat Stres

a. Defenisi Stres

Stres merupakan interaksi antar individu dengan lingkungan. Stres juga diartikan sebagai tekanan, ketegangan, gangguan yang tidak menyenangkan yang berasal dari luar diri seseorang, dimana suatu respon pada individu yang mengalami suatu keadaan yang

mengganggu sehingga menggerakkan seseorang untuk mengatasinya (Marizka, 2018).

Sumber stres pada seorang remaja berasal dari dalam tubuh karena adanya perubahan fisik yang dapat berubah seiring dengan berkembangnya individu, tetapi kondisi stres dapat terjadi setiap saat selama hidup berlangsung. Berikut ini sumber-sumber stres antara lain:

1. Diri individu

Sumber stres diri individu ini hal yang berkaitan dengan adanya konflik dikarenakan dapat menghasilkan dua kecenderungan yaitu *approach conflict* (muncul ketika kita tertarik terhadap dua tujuan yang sama-sama baik) dan *avoidance conflict* (muncul ketika kita dihadapkan pada satu pilihan antara dua situasi yang tidak menyenangkan).

2. Keluarga

Sumber stres keluarga menjelaskan bahwa perilaku, kebutuhan dan kepribadian dari setiap anggota keluarga berdampak pada interaksi dengan orang-orang dari anggota lain dalam keluarga yang dapat menyebabkan stres. Faktor keluarga yang cenderung dapat memungkinkan menyebabkan stres adalah hadirnya anggota baru, perceraian dan adanya keluarga yang sakit.

3. Komunikasi dan masyarakat

Kontak dengan orang di luar keluarga menyediakan banyak sumber stres. Misalnya, pengalaman anak di sekolah dan persaingan. Adanya pengalaman pengalaman seputar dengan pekerjaan dan juga dengan lingkungan yang dapat menyebabkan seseorang menjadi stress (Manurung, 2015).

b. Tingkat Stres

Tingkatan stres pada remaja yang dibagi menjadi tiga bagian menurut (Hawari, 2017), antara lain:

1) Stres Ringan

Stres ringan adalah stressor yang dihadapi yang bisa berlangsung beberapa menit atau jam. Contohnya adalah dimarahi dosen, gara-gara kemacetan. Pada stres ringan ini disertai dengan tanda dan gejala seperti:

- a) Kesulitan bernafas.
- b) Bibir kering.
- c) Lemas.
- d) Keringat berlebihan ketika temperatur tidak panas. Takut tanpa ada alasan yang tidak jelas.
- e) Merasa lega jika situasi berakhir.

2) Stres sedang

Stres sedang adalah stres yang berlangsung beberapa jam sampai beberapa hari. Misalnya perselisihan yang tidak dapat

diselesaikan dengan seseorang. Pada stres sedang ini disertai dengan tanda dan gejala seperti:

- a. Mudah marah.
- b. Sulit untuk beristirahat.
- c. Mudah tersinggung.
- d. Gelisah.

3) Stres berat

Stres berat adalah stres kronis yang terjadi dalam beberapa minggu seperti perselisihan dengan dosen atau teman secara terus menerus, penyakit fisik jangka panjang dan kesulitan finansial.

Pada stres berat ini disertai dengan tanda dan gejala seperti:

- a. Merasa tidak kuat lagi untuk melakukan kegiatan.
- b. Mudah putus asa.
- c. Kehilangan minat akan segala hal.
- d. Merasa tidak dihargai.
- e. Merasa tidak ada hal yang bisa diharapkan di masa depan.

c. Alat ukuran Tingkat Stres

Alat ukur yang digunakan untuk seorang remaja mengukur tingkat stres yaitu dengan menggunakan kuesioner DASS (Depression Anxiety Stres Scale) yang merupakan seperangkat alat subyektif yang dibentuk untuk mengukur status emosional negatif dari depresi, kecemasan dan stress. Unsur yang dinilai antara lain skala stres. Pada kuesioner ini terdiri dari 14 pertanyaan. Penilaian

dapat diberikan dengan menggunakan 0: Tidak pernah, 1: Kadang-kadang, 2: Sering (Hawari, 2017).

Untuk penilaian tingkat stres dengan ketentuan sebagai berikut:

- a. Stres ringan dengan skor <20
- b. Stres berat dengan skor ≥ 20 (Lisnawati & Lestari, 2018).

9. Penelitian Terkait

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Arip Ambulan Panjaitan, SherlyAngelia dan Nurdaniah Apriani tahun 2018 dengan judul Sikap Remaja Putri Dalam Menghadapi Perubahan Fisik Pada Masa Pubertas dimana dari hasil peneltian didapatkan bahwa ada hubungan bermakna antara pengetahuan dengan sikap remaja putri dalam menghadapi perubahan fisik saat pubertas dengan $p\text{-value}=0,033$ dan ada hubungan bermakna antara sumber informasi dengan sikap remaja putri dalam menghadapi perubahan fisik saat pubertas dengan $p\text{-value}=0,025$.(Panjaitan, Angelia, & Apriani, 2020)

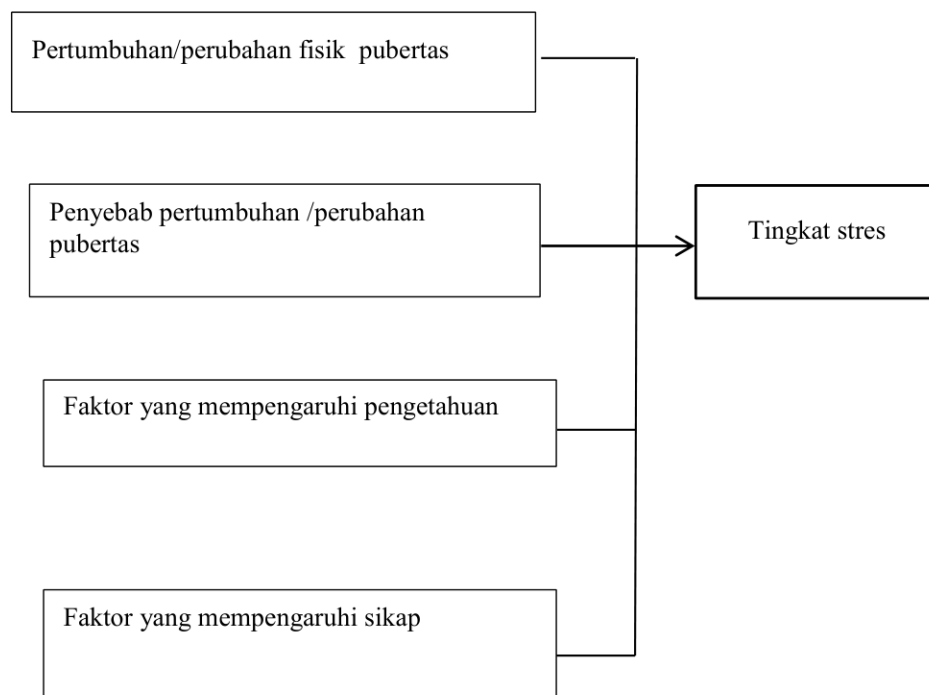
Hasil penelitian yang dilakukan oleh Annisa Nur Ardhiana Tahun 2019 dengan judul hubungan antara tingkat pengetahuan pubertas dengan sikap menghadapi perubahan fisik pada remaja awal di SMPN 7 Madiun didapatkan hasil yaitu, Dalam penelitian ini menunjukkan bahwa responden memiliki pengetahuan tentang pubertas dalam kategori tinggi sebanyak 74 responden (47,7%), kategori sedang sebanyak 72 responden (46,5%) dan kategori rendah sebanyak 9 responden (5,8%), sikap siswa kelas 7 SMPN 7 Madiun dalam menghadapi perubahan fisik yang positif

sebanyak 90 orang (58,5%), sedangkan sifat negatif sebanyak 65 orang (41,9%). Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini menyatakan ada hubungan positif antara tingkat pengetahuan pubertas dengan sikap menghadapi perubahan fisik pada remaja awal di SMPN 7 Madiun. Pernyataan ini dapat ditunjukkan dengan perhitungan χ^2 hitung yang dibandingkan dengan nilai χ^2 tabel, didapat nilai χ^2 hitung lebih besar χ^2 tabel (Panjaitan, Angelia, & Apriani, 2020)

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Novia Purnama Sari Wardhany 2011 dengan judul hubungan pengetahuan remaja tentang perubahan fisik pubertas dengan tingkat kecemasan menghadapi pubertas di SMP N 1 Kasihan. Hasil yang didapat tingkat pengetahuan remaja tentang perubahan fisik pubertas di SMP Negeri I Kasihan Bantul Tahun 2011 sebagian besar cukup baik. Sebagian besar remaja di SMP Negeri I Kasihan Bantul Tahun 2011 mengalami kecemasan sedang menghadapi masa pubertas. Hasil analisis *Kendall's tau_b* menunjukkan bahwa Ada hubungan signifikan antara tingkat pengetahuan tentang pengetahuan perubahan fisik pubertas dengan tingkat kecemasan remaja menghadapi masa pubertas karena nilai Sig (2-tailed) sebesar 0,000 yang lebih kecil dari $\alpha = 5\%$ sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima dengan arah hubungan negatif sebesar 0,525 (Wardhany, 2012).

B. Kerangka Teori

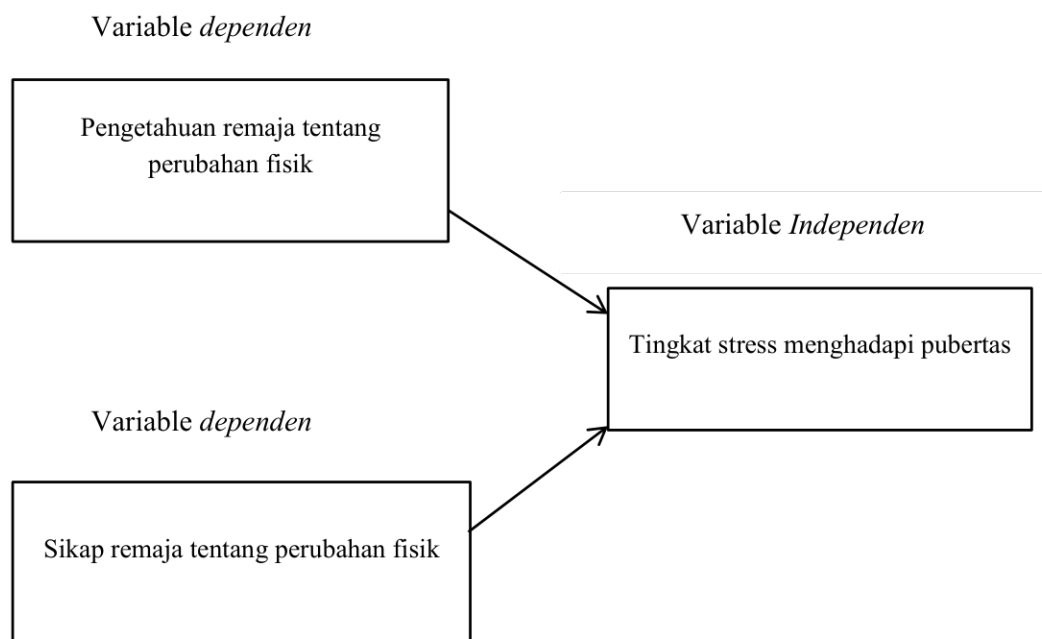
Menurut (Rukmana, 2019) kerangka teori merupakan model konseptual tentang bagaimana teori dapat berhubungan dengan berbagai faktor yang telah diidentifikasi sebagai masalah yang penting. Kerangka yang baik akan menjelaskan secara teoritis peraturan antar variabel yang akan diteliti.



Skema 2.1 Kerangka teori
Sumber Teori : Azwar (2007)

C. Kerangka Konsep

Kerangka konsep adalah suatu hubungan atau kaitan antara variabel - variabel yang akan diukur melalui penelitian yang akan dilakukan (Soekidjo, 2012).



Skema 2.2 Kerangka Konsep

D. Hipotesis

Hipotesis Penelitian adalah jawaban sementara terhadap rumusan masalah, yang dinyatakan dalam bentuk pertanyaan tentang Hubungan Pengetahuan dan Sikap Hubungan Remaja Putri Tentang Perubahan Fisik Pubertas dengan Tingkat Stres Menghadapi Pubertas di SMP N 2 Tanah Putih Tahun 2022. Yang diharapkan bisa menjawab pertanyaan penelitian ini, seperti :

1. Ada hubungan pengetahuan remaja putri tentang perubahan fisik pubertas dengan tingkat stres.
2. Ada hubungan Sikap remaja putri tentang perubahan fisik pubertas dengan tingkat stres.

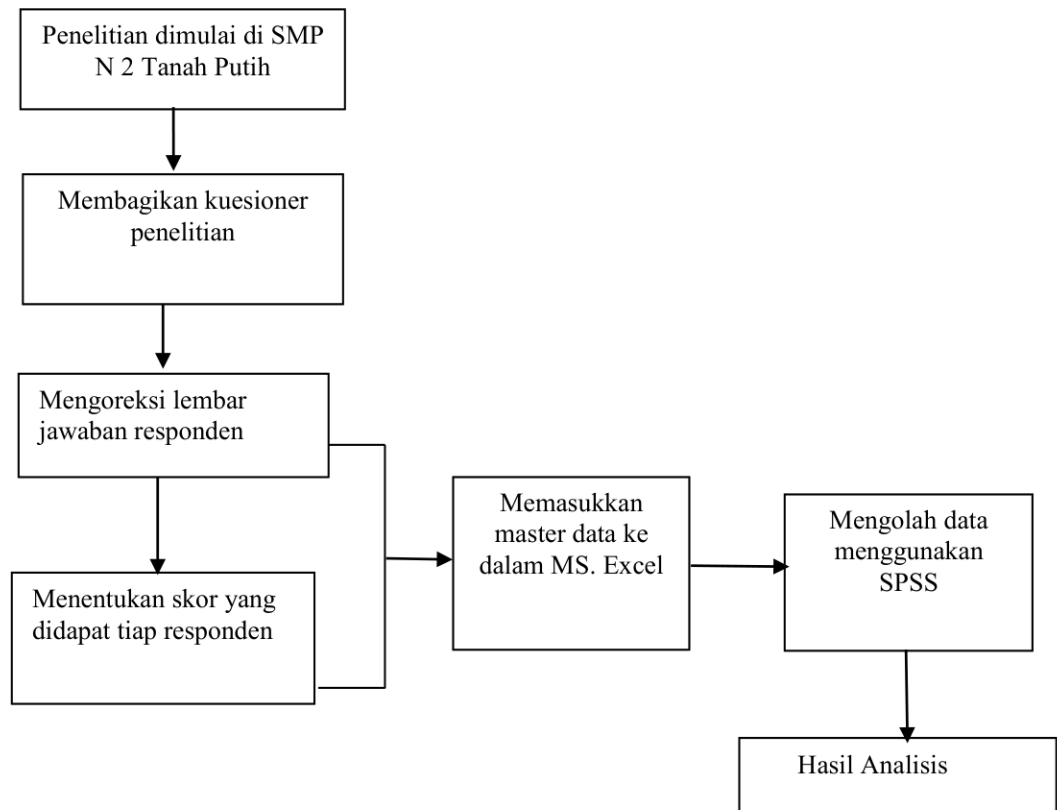
BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan survei analitik dengan rancangan *cross sectional*. Survei analitik ialah survei atau penelitian yang mencoba menggali bagaimana dan mengapa fenomena kesehatan itu terjadi. Kemudian melakukan analisis dinamika korelasi antar fenomena, baik antara faktor risiko maupun antar faktor efek. Rancangan *cross sectional* merupakan rancangan penelitian yang pengukurannya atau pengamatannya dilakukan secara simultan pada satu saat atau satu waktu. Tujuan dari penelitian deskriptif kuantitatif ini untuk mengetahui Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Dalam Menghadapi Perubahan Fisik saat Pubertas di SMP Negeri 2 Tanah Putih Tahun 2022 (Notoadmojo, 2012).

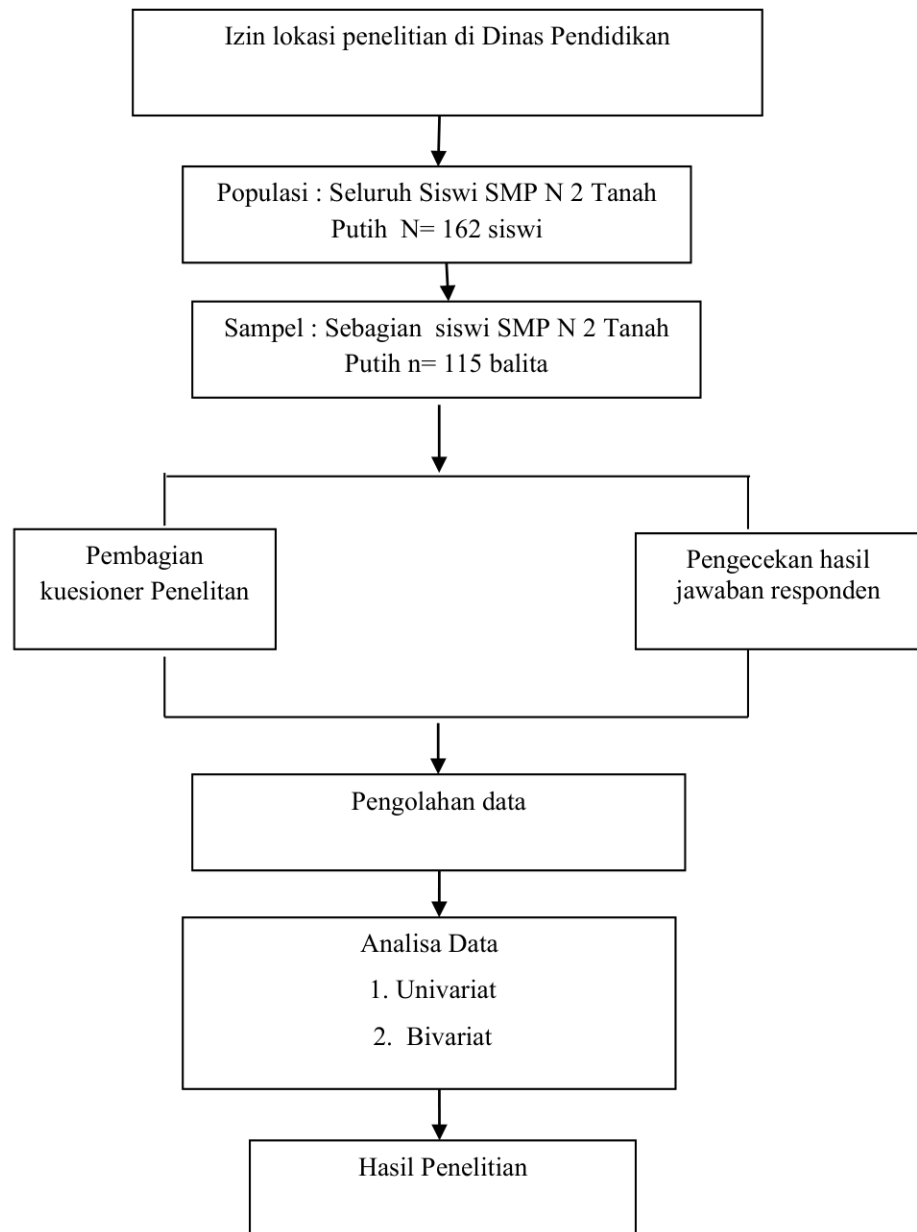
1. Rancangan Penelitian



Skema 3.1 Rancangan Penelitian

(Sumber :Hidayat, 2014)

2. Alur Penelitian



Skema 3.2 Alur Penelitian

3. Prosedur Penelitian

- a. Mengaju surat permohonan izin pengambilan data kepada institut universitas pahlawan tuanku tambusai untuk meminta data jumlah siswi.
- b. Mengajukan surat permohonan pengambilan data di SMPN 2 Tanah Putih
- c. Meminta izin kepada kepala sekolah SMPN 2 Tanah Putih untuk melakukan penelitian.
- d. Mengumpulan sampel sesuai dengan kriteria inklusi yang sudah ditetapkan.
- e. Melakukan pengumpulan data dengan kuesioner.
- f. Peneliti melakukan analisa data.
- g. Melakukan seminar hasil.

B. Lokasi dan Waktu Penelitian

a. Lokasi

Penelitian ini dilakukan di SMP Negeri 2 Tanah Putih Desa Rantau Bais.

b. Waktu Penelitian

Penelitian akan dilakukan pada bulan September 2022 di SMPN 2 Tanah Putih.

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi adalah seluruh subjek atau objek dengan karakteristik tertentu yang akan diteliti. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh remaja putri usia 12-15 tahun yang bersekolah di SMPN 2 Tanah Putih berjumlah 162 siswi (Hidayat, 2018).

Tabel 3.1 Jumlah siswa berdasarkan kelas

Kelas	Jumlah Siswa
Kelas VII	56 siswi
Kelas VIII	48 siswi
Kelas IX	56 siswi
Total	162 siswi

2. Sampel

Sampel merupakan bagian dari populasi yang akan diteliti atau sebagian jumlah dari karakteristik yang dimiliki oleh populasi (Hidayat, 2011). Dalam pengambilan sampel telah ditetapkan kriteria sebagai berikut:

a. Kriteria Sampel

Kriteria Inklusi

- 1) Remaja putri usia 12 – 15 tahun.
- 2) Sudah menarche

Kriteria Eksklusi

- 1) Remaja putri yang tidak hadir selama penelitian berlangsung.

b. Besar Sampel

$$n = \frac{N}{1+N(d^2)}$$

Keterangan :

N: Besar populasi

n : Besar sampel

d : Tingkat kepercayaan/ketetapan yang dianjurkan (0,01)

$$n = \frac{162}{1+162(0,1)^2}$$

$$n = \frac{162}{1+162(0,01)}$$

$$n = \frac{162}{2,17}$$

$$n = 74,6$$

Jadi, sampel dalam penelitian ini adalah sebanyak 74 siswi

c. Teknik pengambilan sampel

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini *simple Random Sampling* adalah teknik pengambilan sampel dimana semua individu dalam populasi baik secara sendiri-sendiri atau bersama-sama diberi kesempatan yang sama untuk dipilih sebagai anggota sampel (Hidayat, 2014).

D. Etika Penelitian

Etika penelitian ini merupakan hal yang sangat penting dalam penelitian, mengingat penelitian ini berhubungan langsung dengan manusia maka etika penelitian harus diperhatikan. Etika penelitian yang harus diperhatikan sebagai berikut :

1. *Informed Consent* (Persetujuan)

Informed consent diberikan sebelum melakukan penelitian. Dimana pada penelitian ini informed consent ditambahkan pada lembar kuesioner dibagian awal. Responden mempunyai hak untuk menyetujui menjadi responden dan berhak menolak menjadi responden penelitian.

2. *Anonymity* (Tanpa Nama)

Untuk menjaga kerahasiaan identitas subjek penelitian, maka peneliti tidak akan mencantumkan identitas subjek pada lembar pengumpulan data, cukup memberikan kode pada masing-masing lembar tersebut.

3. *Confidentiality* (Kerahasiaan)

Kerahasiaan informasi yang diberikan subjek dijamin oleh peneliti disajikan atau dilaporkan sebagai hasil riset (Hidayah, 2012).

E. Alat Pengumpulan Data

Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah lembar kuesioner dari penelitian(Haryani, 2018)dimana terdapat dua kuesioner yaitu kuesioner pengetahuan dan kuesioner sikap. Kuesioner pertama tentang pengetahuan berisi pertanyaan mengenai pengetahuan tentang perubahan fisik

saat pubertas dan sikap remaja putri dalam menghadapi perubahan fisik saat pubertas di SMP Negeri 2 Tanah Putih.

Kuesioner pertama ialah tentang pengetahuan perubahan fisik. Ada 20 item pertanyaan dengan rincian pengertian pubertas 2 butir soal, waktu pubertas 2 soal, tahapan pubertas 2 butir soal, perubahan fisik saat pubertas lima 14 butir soal. Kuesioner ini menggunakan skala guttman dinilai dengan skor meliputi: Pertanyaan Positif 0 = Salah, 1 = Benar, Pertanyaan Negatif 0 = Benar, 1 = Salah. Masing-masing aspek memiliki nilai terendah dan tertinggi. Nilai terendah aspek pengetahuan yaitu 0 dan nilai tertinggi yaitu 20. Pengetahuan dikelompokkan menjadi baik, cukup dan kurang. Baik dimana jika responden memiliki skor 78%-100%, cukup yaitu 56%-75% dan kurang yaitu <56%.

Kuesioner kedua ialah tentang sikap remaja putri dalam menghadapi perubahan fisik saat pubertas ada 20 item pertanyaan dengan menggunakan skala likert 1-4 dengan rincian 8 pernyataan positif dan 5 pernyataan negatif dinilai dengan skor meliputi: Pernyataan positif 1 = Sangat Setuju, 2 = Setuju, 3 = Tidak Setuju, 4 = Sangat Tidak Setuju. Pernyataan negatif 4 = Sangat Setuju, 3 = Setuju, 2 = Tidak Setuju, 1 = Sangat Tidak Setuju. Masing-masing aspek memiliki nilai terendah dan tertinggi. Aspek sikap, nilai terendah yaitu 13 dan nilai tertinggi yaitu 52. Sikap dikelompokkan menjadi sikap positif dan sikap negatif. Skor yang digunakan untuk menentukan sikap positif atau sikap negatif yaitu dikatakan positif jika \geq mean/median dan dikatakan buruk jika $<$ mean/median.

F. Uji Validitas dan Reabilitas

Alat ukur atau instrument penelitian dapat diterima sesuai standar adalah alat ukur yang telah melalui uji validitas dan reliabilitas data (Hidayat, 2008). Lokasi pelaksanaan uji validitas dan reliabilitas di SMP Jaya Makmur, menggunakan 20 orang.

1. Uji validitas

Uji validitas pada penelitian ini dilakukan di SMP Jaya Makmur sebanyak 20 responden. Kriteria validitas instrument apabila nilai korelasi (*pearson correlation*) adalah positif dan nilai probabilitas korelasi [*sig. 2-tailed*] \leq taraf signifikan α sebesar 0,05 (Sugiyono, 2019).

2. Uji Reabilitas

Setelah semua pernyataan dinyatakan valid, analisis dilanjutkan dengan uji reliabilitas. Kuesioner dinyatakan reliabel jika jawaban seseorang terhadap pertanyaan adalah konsisten dan labil. Untuk mengetahui reliabilitas suatu pertanyaan dapat dilakukan dengan menggunakan metode *alpha* (*Cronbach's*) dengan bantuan SPSS. Dimana instrumen dikatakan reliabel apabila nilai *cronchbach alpha* yang diperoleh kemudian dibandingkan dengan *r product* moment pada tabel dengan ketentuan jika r hitung $>$ r tabel maka tes tersebut reliabel ($r >$ nilai *cronchbach alpha* 0,6) (Priyatno, 2013).

G. Prosedur Pengumpulan Data

Pengumpulan data dilakukan secara langsung dengan pertanyaan dalam bentuk kuesioner yang akan diisi oleh responden yang termasuk dalam kriteria yang ditentukan.

Adapun tahapan prosedurnya sebagai berikut:

1. Tahap pertama, peneliti menentukan permasalahan, subjek penelitian, tempat
2. penelitian, tujuan dan manfaat penelitian. Peneliti mengajukan surat izin dari Fakultas untuk diberikan kepada kepala Sekolah SMP Negeri 2 Tanah Putih Desa Rantau Bais.
3. Setelah perizinan penelitian disetujui oleh pihak SMP Negeri 2 Tanah Putih Desa Rantau Bais, Peneliti menentukan calon responden sesuai kriteria.
4. Setelah peneliti mendapatkan calon responden sesuai dengan kriteria yang telah ditentukan, peneliti melakukan informed consent terhadap calon responden.
5. Setelah responden menandatangani lembar persetujuan, responden selanjutnya diberikan penjelasan mengenai cara pengisian kuesioner dan responden dianjurkan bertanya apabila ada pertanyaan atau pernyataan yang kurang jelas. Batasan waktu pengisian kuesioner untuk masing – masing responden yaitu selama 25 menit. Responden diharapkan menjawab seluruh pertanyaan di dalam kuesioner.
6. Kuesioner yang telah diisi selanjutnya diolah dan dianalisa oleh penelitian.

H. Teknik Pengolahan Data

1. *Collecting* (Mengumpulkan)

Mengumpulkan data yang berasal dari kusioner yang dibagi pada responden.

2. *Checking* (Memeriksa)

Dilakukan dengan memeriksa kelengkapan data dan jawaban kusioner dengan tujuan agar data diolah secara benar sehingga pengolahan data memberikan hasil yang valid dan reliabel, dan terhindar dari bias.

3. *Coding* (Pengkodean)

Pada langkah ini penulis melakukan pemberian kode pada variabel-variabel yang diteliti.

4. *Entering* (Memasuki)

Data entry, yakni jawaban-jawaban dari masing-masing responden yang masih dalam bentuk “kode”, dimasukkan ke dalam program komputer MS.Exel dan dibuat kemaster table.

I. Definisi Operasional

Definisi operasional dalam penelitian ini dapat dilihat pada tabel 3.1 berikut ini :

Variabel	Defenisi operasional	Alat Ukur	Skala Ukur	Hasil Ukur
Pengetahuan reamaja puteri tentang perubahan fisik saat pubertas	Segala sesuatu yang diketahui remaja tentang perubahan remaja pubertas.	Kuesioner	Ordinal	1. Buruk <10 2. Baik \geq 10 (Notoadmojo, 2012)
Sikap dalam menghadapi perubahan fisik saat pubetas	Tindakan yang menimbulkan reaksi baik bersifat positif maupun negatife terhadap perubahan fisik yang di alami pubertas.	Kuesioner	Ordinal	1. Sikap negatif jika total skor < 22 2. Sikap positif jika total skor \geq 22 (Wawan & Dewi, 2012)
Tingkat stres	Suatu ketegangan,tekana n batin,dan konflik,gangguan yang tidak menyenangkan yang berasal dari luar diri seseorang	Kuesioner	Ordinal	1. Stress berat skor \geq 21 2. Stress ringan skor <21 (Lisnawati & Lestari, 2018)

J. Rencana Analisa Data

1. Analisis Univariat

Analisis univariat digunakan untuk menjelaskan atau mendeskripsikan karakteristik setiap variabel penelitian. Dalam penelitian ini data disajikan menggunakan tabel distribusi (Soekidjo, 2012). Pada umumnya dalam analisis ini hanya menghasilkan distribusi frekuensi dan presentase dari setiap variabel dengan rumus:

$$P = \frac{f}{N} \times 100\%$$

Keterangan:

P= Persentase.

f = frekuensi.

N = Jumlah sampel.

2. Analisis Bivariat

Analisa ini digunakan untuk menguji hubungan Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri Tentang Perubahan Fisik Pubertas dengan Tingkat Stres Menghadapi Pubertas di SMP N 2 Tanah Putih Tahun 2022. Dalam analisa ini uji statistik yang digunakan adalah *chi-square* dengan menggunakan derajat kepercayaan 0,05.

- a. Jika nilai $P \leq \alpha$ (0,05), maka keputusannya H_0 ditolak, artinya terdapat hubungan antara variabel *independen* dengan variabel *dependen*.
- b. Jika nilai $P > \alpha$ (0,05), maka keputusannya H_0 diterima, artinya tidak terdapat hubungan antara variabel *independen* dengan variabel *dependen*.

BAB IV

HASIL PENELITIAN

Penelitian ini telah dilakukan pada tanggal 01-05 Oktober 2022 di SMP N 2 Tanah Putih Tahun 2022 dengan jumlah sampel sebanyak 74 responden. Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan pengetahuan dan sikap remaja putri tentang perubahan fisik pubertas dengan tingkat stres menghadapi pubertas di SMP N 2 Tanah Putih Tahun 2022. Adapun hasil yang didapat dari penelitian ini akan dikelompokkan berdasarkan kategori dalam bentuk table sebagai berikut:

A. Karakteristik Responden

Karakteristik responden dalam penelitian ini terdiri dari umur, kelas, karakteristik responden dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Umur, Kelas, Tentang Perubahan Fisik Pubertas di SMP N 2 Tanah Putih Tahun 2022

No	Karakteristik Responden	Frekuensi (n)	Persentase (%)
1	Umur		
	<12 tahun	12	16,2
	≥12 tahun	62	83,8
	Total	74	100
2	Kelas		
	Kelas VII	22	29,7
	Kelas VIII	41	55,4
	Kelas IX	11	14,9
	Total	74	100

Berdasarkan tabel 4.1 diatas didapatkan bahwa distribusi frekuensi berdasarkan umur siswi diperoleh dari 74 responden (100%) mayoritas siswi berumur ≥ 12 tahun berjumlah 62 orang (83,8%) dan siswi berumur <12 tahun berjumlah 12 orang (16,2%). Berdasarkan dari kelas siswi

diperoleh dari 74 responden (100%) 41 orang (55,4%), merupakan siswi kelas VII, sedangkan 11 orang (14,9%) siswi kelas IX.

B. Analisa Univariat

1. Pengetahuan

Berdasarkan hasil penelitian dengan 74 sampel diketahui bahwa pengetahuan sebagai berikut:

Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Pengetahuan Tentang Perubahan Fisik Pubertas di SMP N 2 Tanah Putih Tahun 2022

No	Pengetahuan siswi	Frekuensi (n)	Persentase (%)
1	Buruk	39	52,7
2	Baik	35	47,3
	Total	74	100

Berdasarkan tabel 4.2 bahwa distribusi frekuensi berdasarkan pengetahuan siswi diperoleh dari 74 responden (100%) mayoritas siswi berpengetahuan buruk yaitu berjumlah 39 orang (52,7%).

2. Sikap

Berdasarkan hasil penelitian dengan 74 sampel diketahui bahwa sikap sebagai berikut:

Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Sikap Tentang Perubahan Fisik Pubertas di SMP N 2 Tanah Putih Tahun 2022

No	Sikap Siswi	Frekuensi (n)	Persentase (%)
1	Negatif	45	60,8
2	Positif	29	39,2
	Total	74	100

Berdasarkan tabel 4.3 didapatkan bahwa distribusi frekuensi berdasarkan sikap siswi diperoleh dari 74 responden (100%) mayoritas siswi memiliki sikap positif yaitu berjumlah 45 orang (60,8%).

3. Stres

Berdasarkan hasil penelitian dengan 74 sampel diketahui bahwa siswi stres sebagai berikut:

Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Stres Tentang Perubahan Fisik Pubertas di SMP N 2 Tanah Putih Tahun 2022

No	Stres siswi	Frekuensi (n)	Persentase (%)
1	Ringan	40	54,1
2	Berat	34	45,9
	Total	74	100

Berdasarkan tabel 4.4 didapatkan bahwa distribusi frekuensi berdasarkan stres siswi diperoleh dari 74 responden (100%) mayoritas siswi mengalami stres ringan yaitu berjumlah 40 orang (54,1%)

C. Analisa Bivariat

1. Hubungan Pengetahuan Tentang Perubahan Fisik Pubertas Dengan Tingkat Stres Menghadapi Pubertas di SMP N 2 Tanah Putih Tahun 2022

Tabel 4.5 Distribusi Frekuensi Hubungan Pengetahuan Tentang Perubahan Fisik Pubertas dengan Tingkat Stres Menghadapi Pubertas di SMP N 2 Tanah Putih Tahun 2022

Pengetahuan	Tingkat Stres				Total		<i>p</i> -value
	Berat		Ringan		n	%	
	n	%	n	%	n	%	
Buruk	16	21,6	23	31,1	39	52,7	0,018
Baik	24	32,4	11	14,9	35	47,3	
Total	40	36,0	34	45,9	74	100	

Berdasarkan dari tabel 4.5 dari 74 responden menunjukkan bahwa responden yang berpengetahuan baik, mayoritas mengalami stres ringan berjumlah 3 orang (4,1%) dan mengalami stres sedang hanya 1 orang (1,4%). Selanjutnya dari 48 responden yang berpengetahuan cukup yang mengalami stres sedang berjumlah 44

orang (59,5%), sedangkan responden yang mengalami stres ringan dan berat hanya 2 orang (2,7%). Sedangkan dari 22 responden yang berpengetahuan kurang, yang mengalami stres sedang berjumlah 17 orang (23%), yang mengalami stres ringan berjumlah 3 orang (4,1%) dan yang mengalami kecemasan berat hanya 2 orang (2,7%). Berdasarkan hasil uji statistik *Chi-Square* menggunakan aplikasi komputer di dapatkan nilai $p\text{-value} = 0,00$. Dengan demikian $p = 0,00 < 0,05$ artinya menunjukkan bahwa ada hubungan Pengetahuan Terhadap Perubahan Fisik Pubertas dengan Tingkat Stres Menghadapi Pubertas di SMP N 2 Tanah Putih Tahun 2022.

2. Hubungan Sikap Tentang Perubahan Fisik Pubertas dengan Tingkat Stres Menghadapi Pubertas di SMP N 2 Tanah Putih Tahun 2022

Tabel 4.6 Distribusi Frekuensi Hubungan Sikap Tentang Perubahan Fisik Pubertas dengan Tingkat Stres Menghadapi Pubertas di SMP N 2 Tanah Putih Tahun 2022

Sikap	Tingkat Stres				Total		<i>p-value</i>
	Berat		Ringan		N	%	
	n	%	N	%			
Negatif	20	27,0	25	33,8	45	60,8	0,039
Positif	20	27,0	9	12,2	29	39,2	
Total	40	54,1	34	45,9	74	100	

Berdasarkan dari tabel 4.6 dari 74 responden menunjukkan bahwa mayoritas responden bersikap negatif sebanyak 45 orang (60,8%) diantaranya 20 orang (27,0%) yang mengalami stres berat dan 25 orang (33,8%) mengalami stres ringan. Sedangkan responden yang bersikap positif dari 29 orang (39,2%) diantaranya yang mengalami stres berat sebanyak 20 orang (27,0%) dan stres ringan

sebanyak 9 orang (12,2%). Berdasarkan hasil uji statistik *chi-square* menggunakan aplikasi komputer didapatkan nilai *p-value* = 0,039. Dengan demikian $p = 0,039 < 0,05$ artinya menunjukkan bahwa ada Hubungan Pengetahuan Terhadap Perubahan Fisik Pubertas dengan Tingkat Stres Menghadapi Pubertas di SMP N 2 Tanah Putih Tahun 2022.

BAB V

PEMBAHASAN

Adapun yang telah dibahas dalam bab sebelumnya maka bab ini akan membahas tentang hasil penelitian atau temuan dilapangan dengan terkaitnya teori-teori dan penelitian selanjutnya.

A. Hubungan Pengetahuan Terhadap Perubahan Fisik Pubertas dengan Tingkat Stres Menghadapi Pubertas di SMP N 2 Tanah Putih Tahun 2022

Berdasarkan dari tabel 4.5 dari 74 responden menunjukkan bahwa mayoritas berpengetahuan buruk sebanyak 39 Orang(52,7%) di dapatkan 16 orang (21,6%) responden mengalami stres berat dan 23 orang (31,1%) mengalami stres ringan, sedangkan dari 35 orang (47,3%) berpengetahuan baik di dapatkan 24 orang(32,4%) mengalami stres berat dan 11 orang (14,9%) mengalami stres ringan. Berdasarkan hasil uji statistik *chi-square* menggunakan aplikasi komputer di dapatkan nilai $p\text{-value} = 0,018$. Dengan demikian $p = 0,018 < 0,05$ menunjukkan bahwa ada hubungan Pengetahuan Terhadap Perubahan Fisik Pubertas dengan Tingkat Stres Menghadapi Pubertas di SMP N 2 Tanah Putih Tahun 2022.

Pengetahuan merupakan hasil dan terjadi setelah orang melakukan pengindraan terhadap suatu objek tertentu (Notoadmojo, 2012). Salah satu pengetahuan yang harus dimiliki oleh remaja awal

adalah pengetahuan tentang pubertas. Pentingnya pengetahuan remaja tentang pubertas karena masa remaja merupakan masa *stress full* karena ada perubahan fisik dan biologis serta perubahan tuntutan dari lingkungan, sehingga diperlukan suatu proses penyesuaian diri dari remaja (Wulandari & Dwiyanti, 2014). Remaja putri sudah memperoleh sedikit pengetahuan tentang pertumbuhan dari manusia (mata pelajaran IPA/Biologi) dan selebihnya remaja putri memperoleh informasi dari teman sebayanya yang sudah melewati masa pubertas dan memperoleh informasi dari orang tuanya (Notoadmojo, 2012).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Annisa Nur Ardhiana Tahun 2019 dengan judul hubungan antara tingkat pengetahuan pubertas dengan sikap menghadapi perubahan fisik pada remaja awal di SMPN 7 Madiun didapatkan hasil yaitu, Dalam penelitian ini menunjukkan bahwa responden memiliki pengetahuan tentang pubertas dalam kategori tinggi sebanyak 74 responden (47,7%), kategori sedang sebanyak 72 responden (46,5%) dan kategori rendah sebanyak 9 responden (5,8%), sikap siswa kelas 7 SMPN 7 Madiun dalam menghadapi perubahan fisik yang positif sebanyak 90 orang (58,5%), sedangkan sifat negatif sebanyak 65 orang (41,9%). Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini menyatakan ada hubungan positif antara tingkat pengetahuan pubertas dengan sikap menghadapi perubahan fisik pada remaja awal di SMPN 7 Madiun.

Pernyataan ini dapat ditunjukkan dengan perhitungan X^2 hitung yang dibandingkan dengan nilai X^2 tabel, didapat nilai X^2 hitung lebih besar X^2 tabel.(Panjaitan, Angelia, & Apriani, 2020)

Menurut asumsi peneliti, menunjukkan bahwa mayoritas siswi yang berpengetahuan buruk yaitu sebanyak 39 orang (52,7%) yang mengalami stres sedang berjumlah 33 orang (44,6%) dimana tingkat stres sangat di pengaruhi dari lingkungan siswi itu berbeda. Sedangkan pada berpengetahuan baik terdapat 24 orang siswi mengalami stres berat dimana ini bisa terjadi akibat kurangnya pengetahuan berdampak pada bagaimana cara siswi tersebut mengatasi perubahan-perubahan yang terjadi pada tubuhnya sehingga menimbulkan kepanikan dan memicu stres timbul. Apalagi tidak adanya dukungan dari ibu atau saudara perempuan sehingga siswi tersebut tidak tau mau melakukan apa terhadap perubahan yang dialaminya. Apabila sudah dipersiapkan dan mendapat informasi tentang perubahan fisik maka remaja putri tidak akan mengalami stres dan reaksi negatif lainnya,tetapi bila mereka kurang memperoleh informasi maka akan merasakan pengalaman yang negatif. Oleh sebab itu perlunya pendidikan sejak dini untuk memberi tahu apa-apa saja yang akan di alami oleh seorang anak saat akan menuju masa remaja. Sehingga ketika pada saat masa remaja itu datang, mereka tidak perlu takut dan cemas tentang perubahan yang terjadi sehingga tingkat stres yang di alami mereka terminimalisir.

B. Hubungan Sikap Terhadap Perubahan Fisik Pubertas Dengan Tingkat Stres Menghadapi Pubertas Di SMP N 2 Tanah Putih Tahun 2022

Berdasarkan dari tabel 4.6 dari 74 responden menunjukkan bahwa mayoritas responden bersikap negatif sebanyak 45 orang (60,8%) diantaranya 20 orang (27,0%) yang mengalami stres berat dan 25 orang (33,8%) mengalami stres berat. Sedangkan responden yang bersikap positif dari 29 orang (39,2%) diantaranya yang mengalami stres berat sebanyak 20 orang (27,0%) dan stres berat sebanyak 9 orang (12,2%). Berdasarkan hasil uji statistik *chi-square* menggunakan aplikasi komputer didapatkan nilai *p-value* =0,039. Dengan demikian $p = 0.039 < 0.05$ artinya menunjukkan bahwa ada hubungan pengetahuan terhadap perubahan fisik pubertas dengan tingkat stres menghadapi pubertas di SMP N 2 Tanah Putih tahun 2022.

Dari hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Mardiyah, dengan judul hubungan tingkat pengetahuan terhadap sikap dan tingkat kecemasan menghadapi perubahan fisik masa pubertas pada remaja putri di SMP N 2 Bandongan, dimana didapatkan hasil analisis uji *Kendall Tau* diperoleh $p = 0,045$ dengan koefisien korelasi -0,242 yang berarti ada hubungan tingkat pengetahuan dengan tingkat kecemasan saat menghadapi perubahan fisik masa pubertas pada remaja putri.

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan yang dilakukan oleh (Asiyah et al., 2015) yang menunjukkan bahwa ada hubungan pengetahuan remaja putri dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi perubahan seks sekunder.

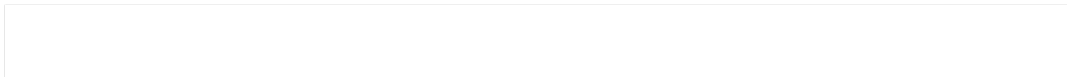
Ada beberapa faktor yang mempengaruhi sikap antara lain pengetahuan, semakin tinggi pengetahuan maka akan semakin positif yang ditunjukkan orang tersebut, sebaliknya jika pengetahuan rendah maka terbetuk sikap yang negatif. Remaja yang menerima dan merespon pendidikan kesehatan dengan baik akan meningkatkan pengetahuan dan sikapnya terhadap kesehatan reproduksi (Budiman & Riyanto, 2013). Hal ini sejalan dengan hasil penelitian oleh (Purnamasari, 2012) bahwa remaja yang memiliki informasi yang benar mengenai kesehatan reproduksi cenderung memiliki sikap dan tingkah laku yang bertanggung jawab.

Pada umumnya, remaja putri cenderung untuk memiliki sikap yang kompromis atau searah dengan sikap orang yang dianggap penting. Kecenderungan ini antara lain dimotivasi oleh keinginan untuk berafiliasi dan keinginan untuk menghindari konflik dengan orang yang dianggap penting tersebut (Azwar, 2012). Budaya juga telah menanamkan garis pengaruh sikap terhadap berbagai masalah. Kebudayaan telah mewarnai sikap remaja putri. Selain itu, konsep moral dan

ajaran dari lembaga pendidikan dan lembaga agama sangat menentukan sistem kepercayaan, tidaklah mengherankan jika pada gilirannya konsep tersebut memengaruhi sikap. Remaja putri yang memiliki pengetahuan baik belum tentu bersikap positif karena perubahan emosi pada usia remaja cenderung labil sehingga sikap yang muncul bisa berupa pengalihan ego (Azwar, 2012).

Menurut asumsi peneliti, responden yang bersikap negatif tetapi mengalami stres ringan dikarenakan adanya dukungan dari keluarga sehingga stres teratasi, sedangkan responden yang memiliki sikap positif tetapi masih mengalami stres berat pada responden disebabkan remaja putri mengetahui perubahan sikapnya tetapi remaja putri tidak bisa mengatasi adanya perubahan sikap tersebut karena remaja tidak mendapatkan dukungan dari keluarga, sehingga tidak memiliki pengetahuan yang banyak dan tidak tau cara menghadapi perubahan pada saat pubertas. Dari hasil wawancara, perubahan sikap tidak hasil penyebaran kuisisioner didapatkan salah satu faktor resiko yang meningkatkan stres dalam menghadapi pubertas pada masa remaja karena mereka menerima sedikit persiapan untuk menangani perubahan yang terjadi dan bagaimana menghadapi proses kematangan seksual sehingga remaja tidak tahu bagaimana cara menyikapi perubahan-perubahan yang terjadi pada tubuhnya. Dengan demikian sikap remaja di

pengaruhi oleh pengetahuan tentang bagaimana cara mereka beradaptasi dengan perubahan yang terjadi sehingga mereka bisa meminimalisir tingkat stres yang akan berdampak pada sikap positif dalam menerima perubahan pada tubuhnya.



BAB VI

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian hubungan pengetahuan dan sikap remaja putri tentang perubahan fisik pubertas dengan tingkat stres menghadapi pubertas di SMP N 2 Tanah Putih Tahun 2022, maka didapatkan kesimpulan sebagai berikut:

1. Ada hubungan pengetahuan terhadap perubahan fisik pubertas dengan tingkat stres menghadapi pubertas di SMP N 2 Tanah Putih tahun 2022 dengan nilai $0,018 < 0,05$.
2. Ada hubungan sikap terhadap perubahan fisik pubertas dengan tingkat stres menghadapi pubertas di SMP N 2 Tanah Putih tahun 2022 dengan nilai $0,039 < 0,05$.

B. Saran

1. Bagi Responden

Sebaiknya responden lebih bersikap aktif, yaitu dengan menanyakan informasi lain yang belum mereka ketahui tentang perubahan fisik pubertas kepada pihak-pihak yang dapat dipercaya misalnya orang tua, guru, atau petugas kesehatan.

2. Bagi Pembimbing Konseling SMP N 2 Tanah Putih

Diharapkan dapat memberi pelayanan khusus kepada remaja yang kurang pengetahuan perubahan fisik masa pubertas sehingga dapat mengurangi stres saat remaja menghadapi masa pubertas.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Sebaiknya dilakukan penelitian yang serupa yang lebih lanjut, misalnya melanjutkan penelitian dengan topik yang sama dengan metode pengumpulan data yang berbeda dengan lebih memperhatikan keterbatasan yang ada dalam penelitian ini sehingga diharapkan dapat menghasilkan penelitian yang lebih baik.

4. Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan institusi pendidikan dapat menggunakan hasil penelitian ini dapat menambah literatur perpustakaan dalam pendidikan keperawatan serta sebagai bahan pembelajaran terhadap masalah yang terkait dengan pengetahuan perubahan fisik dan tingkat stres menghadapi pubertas.

DAFTAR PUSTAKA

- Asiyah, N., K, D. A., & Anita, Y. (2015). Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Usia 11-14 Tahun dengan Tingkat Kecemasan dalam Menghadapi Perubahan Seks Sekunder di MTs Safinatul Huda Sowon Kidul Jepara. *Artide*.
- Asventus, Decky, & Nicholas. (2019). *Perilaku pada Remaja*.
- Azwar, S. (2012). Penyusunan Skala Psikologi. *Yogyakarta : Putaka Pelajar*.
- BKKBN. (2018). *Siapa Peduli Terhadap Remaja*.
- Budiman, & Riyanto, A. (2013). Kapita Selekta Kuisisioner Pengetahuan dan Sikap dalam Penelitian Kesehatan. *Jakarta : Salemba Medika*, 66–69.
- Darsini, Fahrurrozi, & Cahyono, E. A. (2019). Pengetahuan ; Artikel Review. *Jurnal Keperawatan*, 12(1), 97.
- Depkes RI. (2019). Keputusan Menkes RI No. 228/MENKES/SK/III/2002. *Keputusan Menkes RI No. 228/MENKES/SK/III/2002*.
- Depkes RI. (2020). Profil Kesehatan Indonesia 2005. *Departemen Kesehatan RI*. <https://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004>
- Fadillah, R. T., Usman, A. M., & Widowati, R. (2022). Hubungan Tingkat Stres Dengan Siklus Menstruasi Pada Siswi Putri Fadillah, R. T., Usman, A. M., & Widowati, R. (2022). Hubungan Tingkat Stres Dengan Siklus Menstruasi Pada Siswi Putri Kelas X Di SMA 12 Kota Depok. *MAHESA : Malahayati Health Student Journa*. *MAHESA : Malahayati Health Student Journal*, 2(2), 258–269. <https://doi.org/10.33024/mahesa.v2i2.5907>
- Fitri. (2012). Perbedaan Stres Antara Remaja Putra dan Remaja Putri Obesitas di SMA Negeri 1 Wonosari. *Jurnal Artide*.
- Floencia, G. (2020). *4 Perubahan Fisik pada Remaja Perempuan*. www.halodoc.com
- Haryani, R. D. W. I. (2018). Pengaruh Dukungan Orangtua terhadap Kemampuan

Mengatasi Kecemasan Perubahan Fisik Masa Pubertas pada Remaja Putri.
Universitas Negeri Jakarta.

Hawari. (2017). *Menejemen Stres, Cemas dan Depresi*. FKUI.

Hidayat. (2018). *Metode Penelitian Kebidanan dan Teknik Analisa Data*. Salemba Medika.

Kandou, Y. L., Lengkong, V. P. K., & Sendow, G. (2016). Pengaruh Knowledge Management, Skill Dan Attitude Terhadap Kinerja Karyawan (Studi Pada Pt. Bank Sulutgo Kantor Pusat Di Manado). *Jurnal Berkala Ilmiah Efisiensi*, 16(1), 147–158.

Kemenkes RI. (2017). Survey Demografi dan Kesehatan Indonesia. In *Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia 2017*. <https://doi.org/0910383107> [pii]r10.1073/pnas.0910383107

Kemenkes RI. (2019). *Profil Kesehatan Indonesia 2018 [Indonesia Health Profile 2018]*.

Lisnawati, L., & Lestari, N. S. (2018). *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Seksual Remaja di Cirebon*.

Manurung, S. (2015). *Buku ajar keperawatan maternitas asuham keperawatan intranatal*. Trans Info Media.

Marizka, R. (2018). *Pengaruh Terapi Kognitif Berbasis Spiritual Terhadap Penurunan Tingkat Stres (Studi Kasus Pada Remaja Di Lpka Kelas I Blitar)*.

Mighwar, M. A.-. (2016). *Psikologi Remaja*. CV Pustaka Setia.

Monks. (2016). *Psikologi Perkembangan: Pengantar Dalam Berbagai Bagiannya*. UGM Press.

Nasution, B. H., Samosir, J. E., Sekolah, P., Ilmu, T., Flora, K., & Sekolah, I. (2021). Pengetahuan Dan Sikap Remaja Tentang Perubahan Fisik Pada Masa Pubertas. *Jurnal Keperawatan Flora*, 14(1), 9–15.

Notoadmojo, S. (2012). *Metodelogi Penelitian Kesehatan* (1st ed.). rineka cipta.

- Panjaitan, A. A., Angelia, S., & Apriani, N. (2020). Sikap Remaja Putri Dalam Menghadapi Perubahan Fisik Saat Pubertas. *Jurnal Vokasi Kesehatan*, 6(1), 42. <https://doi.org/10.30602/jvk.v6i1.213>
- Panjaitan, A. A., Angelia, S., & Apriyani, N. (2020). *sikap remaja putri dalam menghadapi perubahan fisik saat pubertas*. 6(1), 42.
- Priyatno, D. (2013). *Analisis Korelasi, Regresi, dan Multivariate Dengan SPSS*. Gava Media.
- Purnamasari, A. (2012). Efektifitas Pemberian Informasi Kesehatan Reproduksi Terhadap Penurunan Perilaku Meroko pada Remaja Putri. *Journal of Consulting and Clinica Psychology*, 74, No. \$.
- Putra, R. (2013). Ciri - ciri dan Perkembangan pada Masa Remaja. *Jurnal Penelitian Ilmiah*.
- Ratnawati, A. (2019). *Asuhan Keperawatan Dengan Gangguan Sistem Reproduksi*.
- Rukmana, L. N. (2019). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kekambuhan Gastritis Di SMA N 1 Ngaglik. *Universitas Aisyiyah Yogyakarta*, Hal 1-86.
- Soekidjo, N. (2012). *metodologi penelitian kesehatan*. rineka cipta.
- Soetjiningsih. (2017). *Tumbuh Kembang Remaja dan Permasalahannya*. CV Agung Seto.
- Streiner, D.L. and Norman, G. . (2018). *Health measurement scales: A practical guide to their development and use*. Oxford University Press.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&B*. Alfabeta.
- W, S. J. (2013). *Adolescence Perkembangan Remaja*. Erlangga.
- Wardhany, N. P. S. A. (2012). *Hubungan Pengetahuan Remaja Tentang Perubahan Fisik Pubertas Dengan Tingkat Kecemasan Menghadapi Pubertas di SMP Negeri 1 Kasihan Tahun 2020*.
- Wawan, A., & Dewi, M. (2012). Teori dan Pengukuran Pengetahuan, Sikap dan

Perilaku Manusia. In *Nuha Medika*.

<https://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004>

Wulandari, D., & Dwiyantri, R. (2014). *Hubungan Antara Konflik Peran Ganda Dengan Stres Kerja Pada Perawat Wanita Yang Sudah Menikah*.

Yupi, B. (2013). *5 Skala Pengukuran Sikap*.