

Universitas Ngudi Waluyo
Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Kesehatan
Skripsi, Januari 2026
Shinta Uqbadamayanti
011221110

HUBUNGAN PENGETAHUAN REMAJA TENTANG PUBERTAS DENGAN KESIAPAN MENGHADAPI PERUBAHAN FISIK

ABSTRAK

Latar Belakang : Remaja merupakan masa peralihan dari anak- anak menuju dewasa yang ditandai dengan pubertas, yaitu perubahan fisik, biologis, dan psikososial yang dapat memengaruhi kesejahteraan emosional. Data WHO dan BKKBN menunjukkan jumlah remaja di Indonesia cukup besar sehingga memerlukan perhatian terkait kesiapan menghadapi perubahan fisik. Kurangnya pengetahuan tentang pubertas menyebabkan remaja merasa cemas, bingung, dan tidak siap menghadapi perubahan fisik.

Tujuan : Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pengetahuan remaja tentang pubertas dengan kesiapan menghadapi perubahan fisik di MI Nyatnyono 02

Metode : Desain penelitian ini deskriptif korelasional dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian adalah remaja awal. Teknik sampling menggunakan *random sampling* dengan jumlah sampel sebanyak 60 responden. Alat ukur yang digunakan adalah kuesioner PKPQ dan PHSFA. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner pengetahuan pubertas dan kesiapan menghadapi perubahan fisik dan dianalisis menggunakan *uji kolerasi rank spearman*.

Hasil : Sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan pubertas kategori baik (60%) dan kesiapan menghadapi perubahan fisik dalam kategori tinggi (60,0%). Uji kolerasi rank Spearman menunjukkan hubungan positif dan signifikan antara pengetahuan remaja tentang pubertas dengan kesiapan menghadapi perubahan fisik ($p=0,001$; $r=0,43$)

Kesimpulan : Terdapat hubungan pengetahuan remaja tentang pubertas dengan kesiapan menghadapi perubahan fisik . Dengan nilai $p \text{ value} = 0,000 < \alpha (0,05)$.

Saran : Diharapkan sekolah dan tenaga kesehatan dapat meningkatkan edukasi kesehatan pubertas sejak dini guna meningkatkan pengetahuan remaja tentang pubertas sehingga kesiapan mereka dalam menghadapi perubahan fisik semakin baik.

Kata Kunci : Remaja, Pubertas, Pengetahuan.

Universitas Ngudi Waluyo
Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Kesehatan
Skripsi, Januari 2026
Shinta Uqbadamayanti
011221110

THE RELATIONSHIP BETWEEN ADOLESCENTS' KNOWLEDGE ABOUT PUBERTY AND READINESS FOR PHYSICAL CHANGES

ABSTRACT

Background: Adolescence is a transitional period from childhood to adulthood marked by puberty, involving physical, biological, and psychosocial changes that may affect emotional well-being. Data from the World Health Organization (WHO) and the National Population and Family Planning Board (BKKBN) show that the adolescent population in Indonesia remains large, requiring attention to adolescents' readiness to face physical changes. Insufficient knowledge about puberty can lead adolescents to feel anxious, confused, and unprepared for these changes.

Objective: This study aimed to determine the relationship between adolescents' knowledge about puberty and readiness to face physical changes at MI Nyatnyono 02.

Method: This study employed a descriptive correlational design with a cross-sectional approach. The population consisted of adolescents, with 60 respondents selected using random sampling. Data were collected using the Puberty Knowledge and Preparedness Questionnaire (PKPQ) and the Physical Health and Self-Formation Assessment (PHSFA). Data analysis was performed using the Spearman rank correlation test.

Results: The results showed that most respondents had a good level of knowledge about puberty (60%) and a high level of readiness to face physical changes (60%). The Spearman rank correlation test indicated a positive and significant relationship between adolescents' knowledge about puberty and readiness to face physical changes ($p = 0.001$; $r = 0.43$).

Conclusion: There is a significant relationship between adolescents' knowledge about puberty and readiness to face physical changes.

Keywords: Adolescents, Puberty, Knowledge