

**GAMBARAN PENGETAHUAN REMAJA PUTRI TENTANG  
PERUBAHAN FISIK PADA MASA PUBERTAS TERHADAP  
TINGKAT KECEMASAN DI SMPN 1 SINDANGAGUNG  
KABUPATEN KUNINGAN TAHUN 2021**

**KARYA TULIS ILMIAH**

**Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Ahli  
Madya Kebidanan Pada Program Studi Diploma III Kebidanan  
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Kuningan**



**Disusun oleh :**

**MAYA NURMAYANTI**

**EBR0180017**

**PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEBIDANAN  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN KUNINGAN  
KUNINGAN 2021**

## LEMBAR PERSETUJUAN

JUDUL : GAMBARAN PENGETAHUAN REMAJA PUTRI TENTANG  
PERUBAHAN FISIK PADA MASA PUBERTAS TERHADAP  
TINGKAT KECEMASAN DI SMPN 1 SINDANGAGUNG  
KABUPATEN KUNINGAN TAHUN 2021

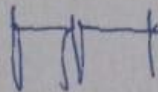
PENULIS : MAYA NURMAYANTI

NIM : EBR0180017

Kuningan, Juni 2021

Menyetujui,

Pembimbing I



Siti Nunung Nurjannah, S.ST., MKM  
NIDN. 0423058701

Pembimbing II



A. Asrina, S.ST., M.Keb  
NIDN. 0404659403

## LEMBAR PENGESAHAN

JUDUL : GAMBARAN PENGETAHUAN REMAJA PUTRI TENTANG  
PERUBAHAN FISIK PADA MASA PUBERTAS TERHADAP  
TINGKAT KECEMASAN DI SMPN 1 SINDANGAGUNG  
KABUPATEN KUNINGAN TAHUN 2021

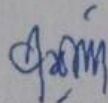
PENULIS : MAYA NURMAYANTI

NIM : EBR0180017

Kuningan, September 2021

Mengesahkan:

Penguji I



Ai Nursiah, S.ST., MKM  
NIDN 0410128601

Penguji II



Siti Nunung Nurjannah, S.ST., MKM  
NIDN 0423058701

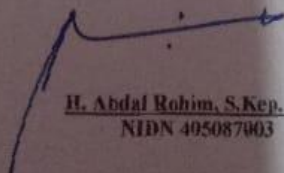
Penguji III



A. Asrina, S.ST., M.Keb  
NIDN 0404059403

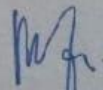
Mengetahui,

Ketua STIKes Kuningan



H. Abdal Rohim, S.Kep. M.H  
NIDN 405087903

Ketua Program Studi Diploma III Kcbidanan  
STIKes Kuningan



Mala Tri Marlina, S.ST., M.Kes  
NIDN 0429058501

**PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEBIDANAN  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN KUNINGAN  
Karya Tulis Ilmiah 2021.**

**Maya Nurmayanti  
EBR0180017**

**ABSTRAK**

**Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Tentang Perubahan Fisik Pada Masa Pubertas Terhadap Tingkat Kecemasan Di SMPN 1 Sindangagung Kabupaten Kuningan Tahun 2021  
X + 80 halaman, 8 tabel, 1 bagan, 15 lampiran**

Masa pubertas adalah saat dimana sistem reproduksi mengalami kematangan. Perubahan fisik dapat menimbulkan pengaruh buruk pada psikologis remaja, seperti menimbulkan kecemasan. Salah satu faktor resiko yang meningkatkan kecemasan menghadapi pubertas karena mereka menerima sedikit persiapan untuk menangani perubahan yang terjadi dan stress menghadapi proses kematangan seksual. Hasil studi pendahuluan dari 10 siswi didapatkan 7 siswi mengatakan mengetahui perubahan fisik pada masa pubertas, sedangkan 8 orang siswi mengatakan merasa cemas dalam menghadapi pubertas, sebagian besar siswi bingung dan takut dengan perubahan fisik yang terjadi seperti takut saat payudaranya mulai membesar dan saat menstruasi. Tujuan penelitian ini mengetahui tentang gambaran pengetahuan dan tingkat kecemasan remaja putri dalam menghadapi perubahan fisik pada masa pubertas di SMPN 1 Sindangagung Kabupaten Kuningan tahun 2021.

Jenis penelitian yang digunakan adalah deskriptif dengan rancangan *cross sectional*. Populasi penelitian ini remaja putri berjumlah 156, jumlah sampel sebanyak 112 dilakukan dengan teknik *simple random sampling*, instrument yang digunakan adalah kuesioner. Rancangan analisis data yang digunakan adalah analisis univariat.

Sebagian besar siswa memiliki pengetahuan cukup sebanyak 73 orang (65,2%), sebagian besar siswa memiliki tingkat kecemasan dalam kategori ringan sebanyak 71 orang (63,4,0%). Sebagian besar siswa yang berpengetahuan cukup memiliki tingkat kecemasan dalam kategori ringan sebanyak 63 orang (88,7%).

Remaja lebih aktif dalam mencari informasi tentang masa pubertas, untuk tenaga pengajar diharapkan lebih meningkatkan materi dan bimbingan mengenai perubahan fisik masa pubertas seperti menyediakan sumber bacaan yang lebih lengkap dipergustakaan.

**Kata Kunci : Remaja putri, Perubahan Fisik , Masa Pubertas, Kecemasan, Pengetahuan**

**Kepustakaan : 11 buku (2011-2021), 14 jurnal**

## DAFTAR ISI

<b>LEMBAR PERSETUJUAN .....</b>	<b>i</b>
<b>LEMBAR PENGESAHAN .....</b>	<b>ii</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>iii</b>
<b>KATA PENGANTAR .....</b>	<b>iv</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>vi</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>ix</b>
<b>DAFTAR BAGAN .....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xi</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	4
1.3 Tujuan Penelitian.....	5
1.3.1 Tujuan Umum .....	5
1.3.2 Tujuan Khusus .....	5
1.4 Manfaat Penelitian.....	5
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	5
1.4.2 Manfaat Praktis .....	6
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>7</b>
2.1 Konsep Pengetahuan .....	7
2.1.1 Definisi Pengetahuan .....	7
2.1.2 Tingkat Pengetahuan.....	7
2.1.3 Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Pengetahuan .....	9
2.1.4 Cara Memperoleh Pengetahuan .....	10
2.1.5 Cara Mengukur Pengetahuan.....	12
2.2 Konsep Dasar Kecemasan .....	13
2.2.1 Definisi Kecemasan.....	13
2.2.2 Tingkat Kecemasan .....	13

2.2.3	Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan.....	16
2.2.4	Cara Pengukuran Tingkat Kecemasan.....	18
2.3	Konsep Dasar Pubertas.....	20
2.3.1	Definisi Pubertas.....	20
2.3.2	Penyebab Pubertas .....	21
2.3.3	Tahap Pubertas .....	22
2.3.4	Perubahan Fisik Pada Masa Pubertas .....	23
2.4	Konsep Dasar Remaja .....	24
2.4.1	Definisi Remaja .....	24
2.4.2	Karakteristik Remaja .....	25
2.4.3	Klasifikasi Remaja .....	26
2.4.4	Tugas-tugas Perkembangan Remaja.....	26
2.4.5	Perubahan Kejiwaan Pada Masa Remaja .....	27
2.4.6	Penyebab Kecemasan Pada Remaja .....	28
<b>BAB III KERANGKA KONSEP DAN DEFINISI OPERASIONAL .....</b>		<b>32</b>
3.1	Kerangka Konsep .....	32
3.2	Definisi Operasional .....	33
<b>BAB IV METODOLOGI PENELITIAN .....</b>		<b>35</b>
4.1	Jenis Dan Rancangan penelitian .....	35
4.2	Populasi, sampel, dan Teknik Pengambilan Sampel.....	35
4.3	Variabel Penelitian .....	38
4.4	Instrumen Penelitian .....	38
4.5	Sifat dan Sumber Data.....	40
4.6	Teknik Pengumpulan Data .....	40
4.7	Pengolahan dan Analisa Data.....	41
4.8	Waktu dan Lokasi Penelitian .....	42
<b>BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN PENELITIAN .....</b>		<b>43</b>
5.1	Hasil Penelitian.....	43
5.2	Pembahasan .....	46
<b>BAB VI SIMPULAN DAN SARAN .....</b>		<b>50</b>
6.1	Simpulan .....	50

6.2 Saran ..... 50

**DAFTAR PUSTAKA**

**LAMPIRAN**