



PEER-BASED HEALTH EDUCATION ABOUT PUBERTY

Susani Hayati^{1*}, Busyra Hanim², Dona Martilova³, Husna Farianti Amran⁴,
Yunni Safitri⁵

^{1,2,3,4,5}Prodi Sarjana Kebidanan dan Profesi Bidan STIKes Payung Negeri Pekanbaru, Indonesia,

¹hayatisusani@gmail.com

ABSTRAK

Abstrak: Kecemasan remaja terhadap perubahan fisik maupun psikis pada masa pubertas sering terabaikan dari perhatian orang-orang terdekat, karena adanya pandangan masyarakat bahwa belum saatnya anak-anak usia dini untuk memahami pendidikan seksualitas. Remaja sering merasa tidak nyaman bercerita dengan orang yang lebih dewasa dibandingkan dengan teman seusianya. Pada masa pubertas ini teman sebaya mempunyai peran yang sangat penting dalam menyikapi masalah kecemasan terhadap perubahan fisik maupun psikologis. Tujuan dari pemberdayaan ini untuk meningkatkan peran teman sebaya dalam pemberian informasi mengenai pubertas, sebagai bagian dari identitas diri untuk berekspresi, bersikap dalam pemecahan masalah pubertas pada remaja. Metode pemberdayaan ini dilaksanakan dalam 3 tahapan yang diawali dengan pretest dan diakhiri dengan pot test yaitu melalui penyuluhan, peer group diskusi, simulasi bermain peran dan evaluasi. Peserta yang mengikuti kegiatan ini adalah siswa kelas 6 SD yang berjumlah 40 orang. Hasil: setelah dilaksanakan pemberian penyuluhan, diskusi dan simulasi didapatkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan dan pemahaman peserta yang signifikan tentang pubertas, mawas diri terhadap perubahan masa pubertas dan saling mengingatkan terhadap bahaya pelecehan seksualitas dini. Pentingnya keterlibatan orangtua dalam memberikan dukungan dan motivasi bagi remaja dalam menghadapi masa pubertas ini.

Kata Kunci: Teman Sebaya; Pubertas.

***Abstract:** Teenagers' anxiety about physical and psychological changes during puberty is often neglected from the attention of those closest to them, because of the public's view that it is not the time for early childhood to understand sexuality education. Teenagers often feel uncomfortable telling stories with people who are more mature than their peers. At this puberty, peers have a very important role in addressing the problem of anxiety about physical and psychological changes. The purpose of this empowerment is to increase the role of peers in providing information about puberty, as part of self-identity to express, behave in solving puberty problems in adolescents. This empowerment method is carried out in 3 stages, starting with a pre-test and ending with a pot test, namely through counseling, peer group discussions, role-playing simulations and evaluation. The participants who took part in this activity were 40 grade 6 elementary school students. Results: After providing counseling, discussions and simulations, it was found that there was a significant increase in participants' knowledge and understanding about puberty, being aware of changes in puberty and reminding each other about the dangers of early sexual harassment. The importance of parental involvement in providing support and motivation for adolescents in dealing with this puberty period.*

Keywords: Peer Based; Puberty.



Article History:

Received : 29-12-2021
Revised : 21-01-2022
Accepted : 24-01-2022
Online : 25-01-2022



This is an open access article under the
CC-BY-SA license

A. PENDAHULUAN

Fase yang menjembatani masa anak ke masa dewasa adalah pubertas. Adanya berbagai macam perubahan pada fase transisi ini, baik dari segi fisik-biologis maupun segi psikis. Untuk menjadi dewasa fase ini harus dilalui oleh setiap anak. Pubertas ditandai dengan timbulnya tanda-tanda seks sekunder dan pesatnya pertumbuhan tubuh. (Wulandari et al., 2018).

Usia remaja awal 12-15 tahun merupakan peralihan dari masa anak-anak, tidak tergantung pada orang tua dan berusaha mengembangkan diri sebagai individu yang berbeda. Lebih cenderung membentuk kelompok kawan atau sahabat karib, kurang dapat mempertanggungjawabkan tingkah lakunya seperti delikuen, defresi dan tindakan diluar kebiasaannya (Fitriana et al., n.d.).

Pada masa ini teman sebaya mempunyai peran yang sangat penting dalam menghadapi kecemasan terhadap perubahan fisik maupun psikologis masa pubertas. Penampilan yang diinginkan tidak sesuai dengan keadaan yang terjadi pada dirinya sehingga remaja sulit menerima perubahan yang terjadi pada dirinya. Salah satu sumber keprihatinan adalah tentang perkembangan ciri-ciri seks sekunder, misalnya kulit, rambut dan suara. Warna kulit menjadi lebih gelap, kasar dan bertambah besarnya pori-pori, timbul jerawat dikarenakan kelenjer lemak atau produksi minyak dalam kulit menjadi lebih aktif dan semakin membesar (Lilis Suryani, 2013).

Perubahan psikologis yang merupakan salah satu ciri-ciri pubertas terlihat pada kondisi emosi remaja akibat efek dari pengeluaran hormon seksual. Kondisi psikologis ini terlihat dengan adanya tanda-tanda remaja mulai mencari identitas dirinya dan adanya ketertarikan kepada lawan jenis (Anwar S.D, 2018).

Kontroversi edukasi sexualitas di Indonesia masih menjadi asing bagi masyarakat. Banyak kalangan yang belum menyetujui edukasi sexualitas di rumah maupun di sekolah. Pandangan masyarakat yang "tabu" terhadap pendidikan sexualitas terhadap anak, adanya anggapan belum saatnya anak-anak usia dini untuk mengerti tentang hal-hal yang berhubungan dengan sexualitas Masyarakat khawatir jika pendidikan sexualitas diberikan kepada anak lebih awal kemungkinan besar akan mendorong mereka melakukan hubungan sex lebih awal pula. Mereka lebih setuju anak memahaminya secara alamiah. Namun masih ada pandangan yang setuju pada pendidikan sex diberikan lebih awal, dengan semakin dini mereka mendapatkan informasi mereka akan lebih siap menyikapi perubahan-perubahan fisik dan psikologis yang terjadi pada tubuhnya dan mampu menghindarkan diri dari kemungkinan bahaya seksualitas yang bisa terjadi (Haryono et al., 2018).

Menurut pandangan segi kesehatan, sikap dan tindakan menyimpang yang akan mengkhawatirkan adalah masalah yang berkaitan dengan seks

bebas, penyakit kelamin, kehamilan yang tidak diinginkan (kehamilan di luar nikah) pada remaja (Kusumawati D.P, 2018).

Pada penelitian yang dilakukan pada siswa kelas VIII di SLTPN 31 Semarang, menunjukkan hasil uji statistik nilai $\rho = 0,675$ dan $p\text{ value } 0,000 < 0,05$ maka H_0 ditolak, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara dukungan teman sebaya dengan kecemasan remaja putri dalam menghadapi perubahan fisik pada masa pubertas. Pada masa pubertas remaja mengalami masa peralihan dari masa anak-anak menuju masa remaja dan dewasa yang tampak dengan adanya perubahan fisik, psikologis dan social. Hal ini terjadi antara umur 12 tahun sampai 21 tahun (Wulandari et al., 2018).

Dari hasil survey terhadap 10 orang siswa ditemukan bahwa tidak satupun dari mereka yang bisa menjawab tentang pengertian pubertas dengan benar. Hal ini terjadi kemungkinan karena selama masa pandemi Covid 19 kegiatan belajar mengajar hanya dilakukan secara online, sehingga siswa kurang memahami materi pembelajaran dan tidak mendapatkan sosialisasi dari dinas terkait. Melalui sosialisasi ini, harapannya siswa di SDN 48 Pekanbaru khususnya kelas enam dapat mengetahui bagaimana ciri-ciri pubertas serta bagaimana melewati masa pubertas, apa dan bagaimana risiko dari sex dini dengan gejala masa remaja di era saat ini.

B. METODE PELAKSANAAN

Metode pelaksanaan dalam pengabdian masyarakat antara lain:

1. Ceramah dan diskusi

Penyampaian materi dengan menggunakan media power point dan video yang diikuti dengan diskusi dan tanya jawab tentang definisi pubertas, ciri-ciri pubertas, penyesuaian diri masa pubertas, peran teman sebaya dalam menghadapi masa pubertas dan dampak seksualitas dini. Materi ini disampaikan kepada peserta agar mendapatkan pemahaman yang sama antara pemateri dengan peserta dalam melaksanakan edukasi teman sebaya.

2. Peer grup discussion

Peserta dibagi dalam 4 kelompok kecil untuk berdiskusi untuk menyamakan persepsi, saling berbagi pengalaman dan masalah-masalah pubertas yang ditemui yang masing-masing didampingi oleh seorang mentor

3. Simulasi dan bermain peran

Simulasi dirancang dalam bentuk beberapa kasus, kemudian siswa diajak untuk bermain peran yang disusun dalam skenario kasus yang memberikan kesempatan kepada siswa untuk terlibat langsung dalam kasus tersebut dan memberanikan diri memainkan peran sebagai edukator masalah-masalah pubertas secara bergantian.

4. Evaluasi

Pada tahap ini tim pengabdian masyarakat melakukan seleksi terhadap siswa yang mempunyai bakat sebagai tim edukasi teman sebaya tentang pubertas, dimana mereka nanti yang akan melanjutkan edukasi ke teman-teman sebaya baik disekolah maupun dilingkungan tempat tinggal.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini telah dilaksanakan dengan baik dan lancar sesuai dengan perencanaan yang telah ditetapkan. Tahap kegiatan yang dilakukan di SDN 48 Pekanbaru, adalah sebagai berikut:

Tahap Persiapan: Tim pengabdian masyarakat yang beranggotakan 5 orang dosen dan 5 orang mahasiswa kebidanan, dengan perwakilan melakukan survey kesekolah yang berlokasi di jalan Tengku Bey Kelurahan Simpang Tiga Kecamatan Bukit Raya Pekanbaru. Atas izin sekolah kami mendapatkan informasi jumlah siswa kelas 6 pada tahun ajaran 2021/2022 adalah sebanyak 78 orang siswa yang terbagi dalam 2 kelas 6A dan 6B.

Pada saat ini pembelajaran tatap muka masih dilakukan secara terbatas 1kali dalam seminggu dibagi dalam 2 sesi dengan kapasitas 50% siswa yang hadir pada tiap sesinya. Atas kesepakatan dengan pihak sekolah kegiatan pengabdian masyarakat ini akan dilakukan 3 kali pertemuan yaitu tanggal 25 Oktober, 1 dan 8 November 2021 dengan jumlah peserta 40 orang yang terbagi menjadi 20 orang dari kelas 6A dan 20 orang dari kelas 6B.

Persiapan dimulai dengan pembagian tugas tim pengabdian masyarakat yaitu sebagai tim seleksi, tim penyuluh dan tim diskusi. Semua tim mahasiswa dilatih oleh dosen sebanyak 3 kali, sehingga siap untuk tampil dan meminimalkan kesalahan pada saat pada saat pelaksanaan. Pembuatan materi ppt tentang pubertas, studi kasus,, video dan poster tentang edukasi masa pubertas.

Tabel 1. Distribusi karakteristik siswa SDN 48 Pekanbaru.

No	Jenis Kelamin	jumlah	persentase
1	Laki-laki	16	40,0
2	Perempuan	24	60,0
Total		40	100
No	Umur siswa	jumlah	persentase
1	11 tahun	13	32,5
2	12 tahun	27	67,5
Total		40	100
No	Menstruasi	jumlah	persentase
1	Belum menstruasi	17	70,8
2	Sudah menstruasi	7	29,2
Total		24	100

Berdasarkan tabel 1 sebagian besar peserta berjenis kelamin perempuan yaitu 24 orang (60,0%), Sebagian besar umur peserta adalah 12 tahun yaitu sebanyak 27 orang (67,5%), sedangkan peserta dari siswa perempuan sebagian besar belum mengalami menstruasi yaitu sebanyak 17 orang (70,8%).

Hal di atas sesuai dengan penelitian yang menunjukkan bahwa responden perempuan lebih cepat mengalami penurunan usia awal pubertas dibandingkan responden laki-laki Hasil selisih rerata antara usia awal pubertas responden dengan nilai standar usia awal pubertas pada masing masing jenis kelamin, ditemukan bahwa responden perempuan mempunyai selisih rerata usia awal pubertas lebih banyak dibandingkan dengan responden laki- laki. (Udiyono et al., 2016).

Jika dilihat dari rentang umur, menurut (Hurlock et al., 2010) fase pubertas pada anak perempuan dimulai dari usia 9-10 tahun, sedangkan anak laki-laki dimulai usia 13-16 tahun, dimana pada masa ini terjadi perubahan perkembangan ketika anak-anak dari makhluk aseksual menjadi makhluk seksual. Maka pada saat inilah periode yang tepat bagi mereka untuk mempersiapkan diri dan beradaptasi dalam menghadapi masa pubertas.

Hal ini sejalan dengan penelitian (Suryansyah, 2016) tentang gambaran tanda pubertas pada murid sekolah dasar, penelitian dilakukan terhadap 2 SD di Tangerang Selatan, tanda pubertas pada perempuan maupun laki-laki sudah mulai terjadi pada usia 9-10 tahun. Semua perempuan sudah mengalami pubertas pada usia 12-13 tahun, sementara pada laki-laki belum sebanyak (66,7%). Pada anak perempuan, pertumbuhan rambut pubis dan menarke sudah terjadi mulai anak berusia 10-11 tahun.

Perkembangan emosional antara remaja perempuan dan laki-laki belum tentu sejalan dengan pertumbuhan fisiknya. Emosional anak yang berbadan sedang bisa saja lebih matang daripada emosional anak yang tubuhnya tinggi besar (Kemenkes, 2017).

Tahap Pelaksanaan: Pada pertemuan pertama hari senin tanggal 25 Oktober 2021 diawali dengan pembukaan oleh dosen ketua tim pengabdian masyarakat, kemudian dilanjutkan dengan kegiatan dalam 2 sesi yaitu sesi 1 kelas 6A jam 8.00-10.00 WIB dan sesi 2 kelas 6B jam 10.00-12.00. Kegiatan dimulai dengan pre test tentang materi pubertas sebanyak 10 pertanyaan yang dapat terlihat pada tabel 2 dibawah ini:

Tabel 2. Hasil Pre test peserta.

No	Nilai	Jumlsh Siswa	Persentase
1	Baik (76-100)	3	7,5
2	Cukup (56-75)	15	37,5
3	Kurang (<=55)	22	55,0
Total		40	100

Hasil pretest menunjukkan sebagian besar pengetahuan siswa masih kurang yaitu 22 orang (55%). Hasil pretest menggambarkan masih kurangnya pengetahuan dan pemahaman siswa tentang pubertas. Hal ini kemungkinan disebabkan karena belum terpaparnya siswa efek pembelajaran daring dengan materi pubertas ini.

Kegiatan berikutnya dilanjutkan dengan penyampaian materi penyuluhan dengan metode ceramah, tayangan video, tanya jawab dan diskusi. Penyuluhan meliputi pengertian pubertas, ciri-ciri pubertas, dampak seksualitas dini dan penayangan video pubertas melalui nyanyian sentuhan boleh dan sentuhan tidak boleh. Siswa cukup aktif dalam mengikuti penyuluhan, terlihat dari beberapa mahasiswa yang bertanya tentang materi pubertas. Begitu juga ketika tim pengabmas bertanya tentang materi pubertas, siswa dapat menjawab dengan benar.

Pertemuan kedua pada tanggal 1 November 2021 dilanjutkan dengan pembentukan 4 kelompok kecil yang terdiri dari 5 siswa setiap kelompoknya untuk melakukan diskusi dan sharing dengan teman sebaya yang didampingi oleh 2 orang mentor dari mahasiswa dan dosen. Diskusi kelompok ini bertujuan untuk menyamakan persepsi hal-hal yang berkaitan dengan pubertas. Selain itu siswa dimotivasi untuk lebih terbuka dalam mengungkapkan pendapatnya, hal-hal yang dialaminya dan keluhan-keluhan pada masa pubertas. Banyak dari siswa yang awalnya merasa malu, namun karena adanya motivasi dari mentor, mereka menjadi cukup aktif dalam diskusi tersebut.

Berdasarkan pengamatan mentor dalam diskusi banyak siswa yang awalnya belum paham tentang pubertas. Mereka merasa takut dan tidak percaya diri, bahkan depresi dan timbul rasa malu yang berlebihan. Apalagi bagi siswa perempuan yang sudah mengalami menstruasi, merasa minder dari teman-teman yang lain yang belum mengalami menstruasi, adanya perasaan takut di *bully* dan diejek teman.

Masa remaja merupakan masa mencari identitas, jika tidak mendapatkan bimbingan dan arahan yang tepat, akan membuat anak menjadi salah dalam mengambil tindakan. Anggapan tabu orangtua dalam menyikapi dan membicarakan masalah ini, membuat mereka banyak yang tidak mengerti akan perubahan-perubahan yang terjadi pada dirinya. Hal ini menyebabkan anak mencari informasi lain yang belum tentu kebenarannya sehingga akan berdampak terhadap kehidupan sosial dan emosionalnya dikemudian hari (Sinthia et al., 2018).

Dengan adanya diskusi ini, mereka lebih terbuka dan merasa lebih dipahami, kecemasan mereka berkurang karena adanya motivasi dan bimbingan dari mentor pengabdian masyarakat. Hal ini sejalan dengan pendapat (Hurlock et al., 2010), anak akan tumbuh menjadi lebih percaya diri, tidak akan mengalami gangguan atau hambatan dalam menghadapi tugas-tugas perkembangannya, jika anak mampu mengenal dirinya sendiri.

Pertemuan ketiga pada tanggal 8 November 2021 dilanjutkan dengan dengan simulasi kasus dalam bentuk bermain peran. Diantara siswa ada yang berperan untuk memberikan edukasi pubertas, sebagai korban dan peran antagonis dengan teman sebaya. Siswa juga dilatih untuk memberikan edukasi sederhana dengan menggunakan poster. Pada tahap ini seolah-olah siswa mengalami langsung kejadian nyata, bagaimana siswa bersikap dan bertindak ketika menghadapi pelecehan, bagaimana respon teman sebaya yang melihat kejadian tersebut. Sikap empati dan saling tolong menolong secara otomatis timbul dan bereaksi terhadap kejadian yang bertentangan dengan hati nurani mereka.

Peran kelompok teman sebaya sangat berpengaruh terhadap dirinya, dalam menghadapi masalah, sehingga mereka memerlukan perhatian penuh teman sebayanya. Hal ini dikarenakan banyaknya kegiatan yang dilakukan remaja di luar lingkungan rumah dibandingkan pada usia kanak-kanak seperti kegiatan bermain, kegiatan sekolah, kegiatan ekstrakurikuler dan karang taruna. (Hidayati et al., 2017).

Beberapa penelitian sudah membuktikan bahwa adanya kelompok teman sebaya dapat membantu permasalahan yang terjadi pada remaja. Penelitian yang dilakukan oleh Shohib (2016) menunjukkan hasil bahwa penanganan permasalahan pada remaja tidak lepas dari pembentukan kelompok teman sebaya di sekolah. Pernyataan ini juga didukung oleh penelitian (Harini et al., 2014) yang menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan terhadap pengetahuan, sikap, dan keterampilan siswa pada pelatihan konselor teman sebaya yang dilakukan disekolah.

Hasil seleksi dari 40 orang siswa untuk menjadi duta edukasi pubertas sebanyak 12 orang. Pertemuan ketiga ditutup dengan posttest dengan hasil sebagai berikut.

Tabel 3. Hasil Post Test Peserta.

No	Nilai	Jumlsh siswa	persentase
1	Baik (76-100)	25	62,5
2	Cukup (56-75)	13	32,5
3	Kurang (<=55)	2	5,0
Total		40	100

Hasil posttest menunjukkan peningkatan pengetahuan siswa secara signifikan yaitu kategori baik 25 orang (62,5%). Hasil posttest ini menggambarkan keberhasilan pengabdian masyarakat untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman siswa tentang pubertas. Harapannya kedepan siswa tersebut dapat melakukan edukasi tentang pubertas terhadap teman sebayanya.

Hal ini sesuai dengan hasil penelitian (Rini, 2013) setelah diberikan pendidikan kesehatan tentang masa pubertas terhadap pengetahuan remaja awal, adanya peningkatan 40% (12 orang) pengetahuan baik. Sesuai dengan

hasil uji analisis paired samples T-test terdapat pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan remaja.

D. SIMPULAN DAN SARAN

Pendidikan kesehatan berbasis teman sebaya yang dilakukan di SDN 48 Pekanbaru dapat dilaksanakan dengan baik dan berjalan dengan lancar. Terjadi kenaikan yang signifikan antara pre test dan post test, begitu juga dengan pelaksanaan penyuluhan, terlihat partisipasi aktif siswa seiring dengan pemberian edukasi secara bertahap, mulai dari penyampaian materi, diskusi kelompok, simulasi dan evaluasi. Pentingnya keterlibatan orangtua dalam memberikan dukungan dan motivasi bagi remaja dalam menghadapi masa pubertas ini.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami sebagai Tim pengabdian masyarakat mengucapkan banyak terimakasih kepada pihak-pihak yang telah membantu atas terselenggaranya pengabdian masyarakat ini, STIKes Payung Negeri dan Prodi S1 Kebidanan yang telah mendukung dan memfasilitasi agar kegiatan berjalan lancar. Kepala Sekolah SDN 48 yang telah memberikan izin beserta guru walikelas 6 yang telah bekerjasama dengan TIM untuk mensukseskan kegiatan ini. Siswa peserta yang telah bersedia berperan serta dan berkontribusi dalam pengabdian masyarakat ini.

DAFTAR RUJUKAN

- Anwar S.D. (2018). *Perlindungan Anak Terpadu Berbasis Masyarakat (PATBM)*.
- Fitriana, P., Utami, S. K. M., & Kes, M. (n.d.). *Buku Ajar Kesehatan Reproduksi Remaja*.
- Harini, R., Rahmat, I., & Nisman, W. A. (2014). Upaya Peningkatan Keterampilan Konseling Kesehatan Reproduksi Mahasiswa Melalui Pelatihan Konselor Sebaya. *Jurnal Ners*, *9*(2), 173–182.
- Haryono, S. E., Anggareni, H., Muntomimah, S., & Iswahyudi, D. (2018). Impelementasi pendidikan sex pada anak usia dini di sekolah. *JAPI (Jurnal Akses Pengabdian Indonesia)*, *3*(1), 24. <https://doi.org/10.33366/japi.v3i1.839>
- Hidayati, N. O., Lukman, M., Sriati, A., Widiati, E., & Agustina, H. S. (2017). Pembentukan Konselor Teman Sebaya Dalam Upaya Preventif Perilaku Kekerasan Pada Remaja Di Smp Negeri 1 Pangandaran. *Jurnal Aplikasi Ipteks Untuk Masyarakat*, *6* No. *2*(2), 125–128.
- Hurlock, E. B., Istiwidayanti, Soedjarwo, & Sijabat, R. M. (2010). *Psikologi perkembangan : suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan*.
- Kemenkes. (2017). Modul Pendidikan Kesehatan Reproduksi Remaja. In *Bkkbn*. http://eprints.undip.ac.id/38840/1/KESEHATAN_MENTAL.pdf
- Kusumawati D.P, E. a. (2018). Edukasi Masa Pubertas Pada Remaja. *Journal of Community Engagement in Health*, *1*(1), 14–16.

<https://doi.org/10.30994/10.30994/volliss1pp16>

- Lilis Suryani, L. S. (2013). Penyesuaian Diri Pada Masa Pubertas. *Konselor*, 2(1), 136–140. <https://doi.org/10.24036/0201321876-0-00>
- Rini, S. (2013). *Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Masa Pubertas Terhadap Pengetahuan Remaja Awal Di SMP Negeri Baturaden*.
- Sinthia, R., Ardina, M., & Elita, Y. (2018). Pelatihan Persiapan Memasuki Masa Pubertas Bagi Siswa Sekolah Dasar Negeri 69 Kota Bengkulu. *Dharma Raflesia: Jurnal Ilmiah Pengembangan Dan Penerapan IPTEKS*, 15(2), 139–144. <https://doi.org/10.33369/dr.v15i2.4059>
- Suryansyah, A. (2016). Gambaran Tanda Pubertas pada Murid Sekolah Dasar. *Sari Pediatri*, 13(5), 346. <https://doi.org/10.14238/sp13.5.2012.346-50>
- Udiyono, A., Saraswati, L., & Hardy, M. (2016). Gambaran Perkembangan Pubertas Dan Perbedaan Usia Awal Pubertas Pada Siswa - Siswi Sekolah Dasar (Studi Di Kecamatan Semarang Tengah Kota Semarang). *Jurnal Kesehatan Masyarakat (e-Journal)*, 4(1), 153–158.
- Wulandari, P., Kustriyani, M., & Fiyanti, A. (2018). Hubungan Dukungan Teman Sebaya Dengan Kecemasan Remaja Putri Dalam Menghadapi Perubahan Fisik Pada Masa Pubertas Kelas VIII Di SLTPN 31 Semarang. *Jurnal Ilmu Keperawatan Maternitas*, 1(1), 1. <https://doi.org/10.32584/jikm.v1i1.103>

DOKUMENTASI KEGIATAN



Gambar 1. Pembukaan Pengabdian Masyarakat.



Gambar 2. Pengisian Kusioner.



Gambar 3. Penyuluhan Sesi 1.



Gambar 4. Penyuluhan Sesi 2.



Gambar 5. Simulasi.



Gambar 6. Pemilihan Duta Pubertas.



Gambar 7. Penyerahan Poster.



Gambar 8. Foto Bersama.