

Edukasi psikologi dasar dan pubertas pada peserta latihan gabungan Pramuka Penegak di Kota Lubuklinggau

Indah Dewi Ridawati*, Eva Oktaviani, Nadi Aprilyadi, Wella Juartika, Zuraidah
Poltekkes Kemenkes Palembang, Indonesia

*) Korespondensi (e-mail: indahdewi@poltekkespalembang.ac.id)

Received: 22-November-24; Revised: 6- December-24; Accepted: 14- December-24

Abstract

Adolescence is a transition period from childhood to adulthood. Many changes occur in adolescents. Not only physical changes but emotions and psyche also change in adolescents. Adolescents who experience puberty, if not balanced with basic knowledge of psychology and scientific knowledge about reproduction, are at risk of being affected by negative things. Health education needs to be carried out on adolescents to avoid adverse events. Community service activities include health education about introductory psychology and puberty. Activities are carried out on adolescents. Joint Scout Training Activities are held throughout Lubuklinggau City at SMKN 3 Lubuklinggau City. The activity consists of the survey stage, preparation, implementation of education, and evaluation. The evaluation method is in the form of classical questions, answers, and questionnaires both before and after the material is given. Community service is carried out by participants with enthusiasm, happiness, and enthusiasm. Participants can answer questions from the presenters well. The conclusion is that community service runs smoothly and adolescent knowledge increases.

Keywords: Education, Teenagers, Psychology of Puberty.

Abstrak

Masa remaja adalah masa transisi dari anak-anak ke dewasa. Banyak perubahan yang terjadi pada diri remaja. Tidak hanya perubahan fisik, tapi emosi dan psikis juga berubah pada diri remaja. Remaja yang mengalami pubertas jika tidak diimbangi dengan dasar pengetahuan psikologi maupun pengetahuan ilmiah tentang reproduksi berisiko terdampak hal-hal yang negatif. Edukasi kesehatan perlu dilakukan pada remaja untuk menghindari kejadian negative. Kegiatan pengabdian masyarakat berbentuk edukasi kesehatan tentang psikologi dasar dan pubertas. Kegiatan dilakukan pada remaja Kegiatan Latihan Gabungan Pramuka Penegak Se-Kota Lubuklinggau di SMKN 3 Kota Lubuklinggau. Metode kegiatan terdiri dari tahap survei, persiapan, pelaksanaan edukasi dan evaluasi. Metode evaluasi berupa tanya jawab secara klasikal dan kuis sebelum diberikan materi maupun setelah diberikan materi. Pengabdian masyarakat dijalani peserta dengan antusias, bahagia dan semangat. Peserta mampu menjawab dengan baik pertanyaan dari pemateri. Kesimpulan pengabdian masyarakat berjalan dengan lancar dan pengetahuan remaja meningkat.

Kata kunci: Edukasi, Remaja, Psikologi Pubertas.

How to cite: Ridawati, I. D., Oktaviani, E., Aprilyadi, N., Juartika, W., & Zuraidah, Z. (2024). Edukasi psikologi dasar dan pubertas pada peserta latihan gabungan Pramuka Penegak di Kota Lubuklinggau. *Penamas: Journal of Community Service*, 4(2), 401–409. <https://doi.org/10.53088/penamas.v4i2.1352>

1. Pendahuluan

Masa remaja adalah masa transisi dari anak-anak ke dewasa. Banyak perubahan yang terjadi pada diri remaja. Tidak hanya perubahan fisik, tapi emosi dan psikis juga berubah pada diri remaja (Suryati et al., 2024; Utaminingtyas et al., 2024). Perubahan fisik yang terjadi pada remaja antara lain haid pertama kali (menarche) dan tumbuhnya payudara pada remaja putri (Trisetiyaningsih et al., 2020). Mimpi basah dan tumbuh jakun pada remaja putra merupakan perubahan fisik pada remaja putra (Nurhayati, 2016; Suryati et al., 2024; Utaminingtyas et al., 2024). Perubahan fisik lain diantaranya tubuh menjadi lebih tinggi, membesarnya otot, jerawat terlihat di wajah, rambut tumbuh di ketiak dan kemaluan baik pada remaja putri maupun putra (Utaminingtyas et al., 2024).

Perubahan emosi dan psikis yang terjadi pada remaja dapat terlihat dari timbulnya ketidakstabilan emosi, cemas, merasa takut, tertantang, kepercayaan diri yang kurang, dan terlalu berani menanggung risiko (Nurhayati, 2016; Suryati et al., 2024). Mudah mengalami tersinggung, jalan pikiran yang tidak bisa diikuti, menghindari keluarga maupun teman, kurang suka melaksanakan tugas sekolah dan rumah serta kelihatan tidak menyukai keadaannya (Nurhayati, 2016). Kondisi-kondisi tersebut dapat terjadi jika remaja tidak memiliki pengetahuan yang cukup dan ketidakmampuan mengelola sikap dalam menghadapi pubertas (Lestari et al., 2023; Saputro et al., 2023).

Berbagai perubahan yang asing dan termasuk hal yang baru akan menimbulkan banyak pertanyaan, kebingungan dan kewaspadaan pada remaja (Utaminingtyas et al., 2024; Widiastini et al., 2024). Kebingungan menentukan identitas diri atau yang disebut dengan krisis identitas dan peran akan menambah kesulitan remaja dalam mengelola psikologisnya. Ada satu prioritas dari tiga hal yang akan dipilih remaja yaitu pekerjaan, keyakinan dan target kesuksesan identitas seksual (Nurhayati, 2016). Remaja yang mengalami pubertas jika tidak diimbangi dengan dasar pengetahuan psikologi maupun pengetahuan ilmiah tentang reproduksi berisiko terdampak hal-hal yang negatif sebagai contoh perilaku seks bebas, bullying, sikap rendah diri, mengalami penyakit kelamin, kebersihan diri yang kurang, prestasi belajar menurun, hamil di luar nikah, pernikahan dini, pacarana usia dini, kehamilan dini, kekerasan remaja (fisik, emosi, seksual, dan psikis) (Elisanti & Ardianto, 2021; Kurniawati et al., 2022; Natalie Pangajouw et al., 2023).

Kemajuan suatu bangsa ditentukan pada pemuda yaitu remaja karena remaja adalah penerus bangsa (Widiastini et al., 2024). Jika pemudanya sehat, kuat, aktif dan cerdas maka semakin mudah suatu bangsa untuk maju pesat. Untuk mencapai remaja yang sehat secara fisik, emosi dan psikologis dibutuhkan pengetahuan yang lebih dari cukup untuk menghadapi serta mengalami pubertas yang terjadi dalam dirinya (Fidora et al., 2021; Nurhayati, 2016; Trisetiyaningsih et al., 2020). Edukasi kesehatan perlu dilakukan pada remaja untuk menghindari kejadian negatif (Ekawati et al., 2021; Lestari et al., 2023; Suryati et al., 2024). Edukasi dapat dilakukan di tempat yang ramai baik online maupun offline. Contoh media yang dapat digunakan untuk edukasi pubertas secara online adalah Whatsapp, Snapchat, Google+, ASKfm, Facebook,

Instagram, LINE, Musical.ly, Wattpad, dan Joox (Hariyani Sulistyoningsih & Sinta Fitriani, S.KM., M.K.M, 2022). Edukasi yang dilakukan secara tatap muka dapat dilakukan pada tempat-tempat berkumpulnya remaja yaitu sekolah, organisasi remaja di luar sekolah, remaja kerohaniawan (contoh: remaja masjid), dan posyandu remaja (Suryati et al., 2024).

Kota Lubuklinggau merupakan salah satu daerah bagian dari provinsi Sumatera Selatan. Kota Lubuklinggau terletak ratusan kilometer dari ibukota Provinsi Palembang. Jumlah penduduk remaja lebih sedikit daripada Kota Palembang dan Pulau Jawa namun perhatian terhadap psikologi pubertas terhadap remaja perlu diberikan secara intensif. Koran Linggau Pos menyampaikan beberapa kejadian negatif pada remaja di Kota Lubuklinggau seperti angka pernikahan dini yang meningkat, bayi yang lahir tanpa pernikahan, remaja putri yang meninggal akibat komplikasi keguguran, remaja yang mencari uang dengan menjajakan diri, dan remaja yang tidak bisa meneruskan kuliah karena terhambat dengan pernikahan.

Setelah melalui penelusuran literatur penelitian dan berdasarkan latar belakang di atas, disusunlah rencana pengabdian masyarakat berupa edukasi psikologis dasar dan pubertas pada peserta Kegiatan Latihan Gabungan Pramuka Penegak Se-Kota Lubuklinggau. Tujuan dilakukannya pengabdian Masyarakat ini adalah meningkatkan pengetahuan remaja tentang pubertas, cara menghadapi secara positif kejadian pubertas, mampu mengelola emosi dan psikis dalam melewati pubertas dalam diri remaja.

2. Metode Pengabdian

Bentuk kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan yaitu edukasi (Saputro et al., 2023). Pengabdi memberikan penyuluhan tentang psikologi dasar dan pubertas pada peserta kegiatan latihan gabungan pramuka penegak se-Kota Lubuklinggau di SMKN 3 Lubuklinggau dengan jumlah peserta sebanyak 186 orang siswa, 3 orang pembina dan 4 orang dosen dan 1 orang mahasiswa. Media yang di gunakan adalah media power point. Kegiatan ini di mulai dengan tahap persiapan kemudian tahap pelaksanaan dan evaluasi.

a. Tahap Survei

Tahap ini dimulai dengan diterimanya surat permohonan pengisian materi pada acara latihan gabungan dari gerakan pramuka gugus depan 2-255/2-256 Pangkalan SMK Negeri Lubuklinggau pada tanggal 14 Agustus 2023. Dosen beserta mahasiswa kemudian berkunjung ke SMK Negeri 3 Lubuklinggau pada tanggal 19 Agustus 2023 untuk meninjau lokasi kegiatan dan melakukan focus group discussion.

b. Tahap Persiapan

Tahap ini dimulai dengan melakukan persiapan pembuatan materi berupa powerpoint. Peralatan/perlengkapan yang dibutuhkan pada saat kegiatan dipersiapkan oleh panitia kegiatan.

c. Tahap Pelaksanaan Edukasi

Tahap berikutnya adalah pelaksanaan kegiatan, yaitu pemberian penyuluhan kepada remaja. Pemateri dalam hal ini dosen melakukan tanya jawab terlebih dahulu untuk menggali pengetahuan tentang pubertas sebelum acara dimulai. Kegiatan selanjutnya adalah pemberian edukasi psikologi dasar dan pubertas. Kegiatan edukasi ini dilakukan di empat ruangan. Masing-masing ruangan diisi oleh satu orang dosen dan 46 sampai 47 peserta. Power point yang digunakan diantara keempat dosen semuanya sama. Pokok-pokok materi yang dijelaskan antara lain mengenai siklus kehidupan manusia dan masa pubertas. Materi masa pubertas lebih spesifik lagi diterangkan dengan sub pokok bahasan pengertian, ciri-ciri masa pubertas, dampak, kecepatan kematangan, kerawanan yang terjadi pada masa pubertas, solusi, dan tindakan yang dapat dilakukan baik oleh orangtua maupun guru. Pada tahap pelaksanaan kegiatan ini para peserta aktif dalam memberikan pertanyaan maupun menjawab pertanyaan dari pemateri di sela-sela pemateri memberikan materi. Wajah para peserta terlihat senang karena pemateri menyelipkan lelucon supaya kegiatan edukasi terasa menyenangkan. Nyanyian singkat setiap kelompok pramuka juga ditampilkan untuk menambah semangat dan keceriaan dalam menerima pengetahuan tentang psikologi pubertas. Walaupun lelah, peserta tidak mengantuk sampai selesai pemberian materi.

d. Tahap Evaluasi

Langkah selanjutnya adalah evaluasi kegiatan. Evaluasi dilakukan dengan memberikan pertanyaan secara terbuka untuk menilai secara klasikal apakah materi yang disampaikan sudah dipahami dengan baik dan benar atau belum. Peserta terlihat bersemangat walaupun pada akhir materi peserta tetap rajin bertanya. Peserta merasa sangat puas atas jawaban yang diberikan oleh dosen.

3. Hasil Pengabdian

Kegiatan pengabdian masyarakat ini telah terlaksana pada hari Minggu 20 Agustus 2023 mulai pukul 10.30 WIB sampai dengan 12.00 WIB. Jumlah peserta yang hadir sebesar 186 orang. Bentuk kegiatan pengabdian masyarakat adalah edukasi atau



Gambar 1. Pengabdi Memberikan Edukasi Kepada Peserta

pemberian pengetahuan tentang psikologi dasar dan pubertas pada peserta Kegiatan Latihan Gabungan Pramuka Penegak Se-Kota Lubuklinggau. Pada kegiatan pengabdian ini pemateri memberikan edukasi psikologi dasar dan pubertas yang meliputi : siklus kehidupan manusia dan masa pubertas.



Gambar 2. Power Point Materi Edukasi

Edukasi psikologi dasar dan pubertas dihadiri oleh peserta pramuka yang terdiri dari kelas X, XI dan XII; baik laki-laki maupun perempuan dan berasal dari beberapa sekolah karena kegiatan latihan gabungan pramuka merupakan gabungan beberapa SMA di Kota Lubuklinggau dijadikan satu di SMK Negeri 2 Lubuklinggau. Adapun data peserta edukasi ini terlihat pada tabel berikut:

Tabel 1. Data Peserta Penyuluhan

No	Identitas Peserta	F	%
1	Kelas	186	100
	X	119	63,98
	XI	48	25,8
	XII	19	10,22
2	Jenis Kelamin	186	100
	Laki-laki	55	29,57
	Perempuan	131	70,43
3	Asal Sekolah	186	100
	SMA Yadika Lubuklinggau	22	11,83
	SMAN 6 Lubuklinggau	30	16,13
	SMAN 9 Lubuklinggau	17	9,14
	MAN 1 Model Lubuklinggau	26	13,98
	SMAN 2 Lubuklinggau	22	11,83
	SMK Pertanian Tugumulyo	16	8,6
	MAN 2	30	16,13
	SMA AR Risalah	17	9,13
	SMK YAdika	6	3,23
Jumlah		186	100

Berdasarkan Tabel 1 diperoleh data bahwa sebagian besar peserta pengabdian masyarakat kelas X sebanyak 119 orang (63,98%) dan berjenis kelamin perempuan (70,43%). Asal sekolah peserta terbanyak berasal dari SMAN 6 Lubuklinggau dan MAN 2 (masing-masing 30%). Informasi data ini diperoleh dari daftar hadir peserta yang telah dikumpulkan dari 4 ruangan.

Pada kegiatan pengabdian masyarakat ini sebagian peserta bertanya secara aktif tentang materi kegiatan. Adapun pertanyaan dan jawaban dijabarkan pada Tabel 2.

Tabel 2. Daftar pertanyaan dan jawaban materi kegiatan

No	Pertanyaan	Jawaban
1.	Apa yang harus kita lakukan jika keinginan kita bertentangan dengan keinginan orangtua?	Mengambil hati orangtua terlebih dahulu misalnya mencuci baju orang tua, membuatkan minum untuk orangtua. Setelah melihat situasi rumah tenang minta waktu berdiskusi kepada orang tua, tanyakan pendapat tentang keinginan diri, sampaikan kelebihan dan keuntungan orangtua jika keinginan tersebut dikabulkan.
2.	Mengapa kita harus menjaga kebersihan pada saat haid?	Kebersihan organ intim dapat mencegah infeksi, radang kandung kemih, endometriosis, dan kanker serviks (Sunarti & Mutmainnah Kamaruddin, 2023)
3.	Mengapa saya belum haid?	Setiap wanita dapat memiliki waktu menarche yang berbeda satu sama lain.
4.	Bagaimana caranya menjaga penampilan diri saat pubertas?	Menjaga kebersihan badan dan pakaian, selalu mengganti pembalut setiap 4 jam, bersihkan pembalut yang sudah dipakai kemudian robek hingga menjadi potongan-potongan kecil lalu masukkan ke dalam kantong plastik buang di kotak sampah khusus plastik.
5.	Mengapa kita harus berprestasi?	Prestasi adalah cermin kualitas diri. Semakin banyak prestasi maka semakin berkualitas diri kita. Selain itu prestasi memduahkan siswa mendapatkan beasiswa, pekerjaan, jodoh yang baik dan lain-lain.
6.	Apa yang dimaksud dengan insecure?	Insecure adalah perasaan minder, kurang percaya diri terhadap penampilan diri.(Alurmei et al., 2024)
7.	Apa yang harus kita lakukan supaya keren seperti yang lain?	Melakukan tindakan yang positif sesuai aturan hukum di Indonesia, menjaga kebersihan diri, menjaga diri tidak terjerumus tindakan yang melanggar ketentuan undang-undang yang berlaku.
8.	Mengapa kami tidak boleh sering pergi dari rumah?	Anak sekolah masih menjadi tanggung jawab penuh orang tua. Orang tua memiliki hak untuk mengatur jumlah jam dibolehkan keluar rumah, dengan siapa pergi dan kemana perginya. Anak yang baik harus mengikuti aturan orang tua. Orang tua membatasi jam pergi untuk menjaga dan mencegah kejadian negatif seperti kesalahan memilih pergaulan.

Setelah dilakukan pengabdian masyarakat pengetahuan peserta meningkat. Hasil peningkatan pengetahuan dapat dilihat dari tabel berikut.

Tabel 3. Hasil Pengetahuan Psikologi Dasar Pubertas Sebelum dan Sesudah diberikan Penyuluhan

Hasil Presentase Pengetahuan Psikologi Dasar Pubertas	Sebelum	Sesudah
	65%	84%
Tingkat Presentase Pengetahuan	Sebelum	Sesudah
Rendah	27 %	Tidak ada
Sedang	30 %	20 %
Tinggi	43 %	80 %

Peserta antusias dalam menjawab pertanyaan mengenai definisi pubertas, ciri-ciri pubertas, perubahan emosi dan psikologis pada masa pubertas, cara mengatasi perubahan fisik, emosi dan psikologis pada saat pubertas. Dapat dikatakan kegiatan pengabdian masyarakat ini dapat meningkatkan pengetahuan peserta pramuka dalam menghadapi pubertas.

Remaja yang tidak mampu menangani keingintahuan yang tinggi terhadap pubertas akan menimbulkan dampak yang serius. Keingintahuan yang tidak terselesaikan akan memunculkan kebingungan dan rasa tidak aman sehingga berisiko remaja melakukan perilaku buruk. Keingintahuan ini harus disampaikan kepada orang yang tepat seperti guru, orangtua, dan narasumber yang kompeten di bidang pubertas. Pengetahuan pubertas diperlukan untuk pencegahan kejadian negatif. Hasil pengetahuan pengabdian Masyarakat ini tidak jauh berbeda dengan hasil pengabdian masyarakat oleh Farida Tahun 2024 dan Luh Tahun 2024. Farida (2024) menyebutkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan remaja tentang ciri-ciri pubertas dari 73% menjadi 90% (Utaminingtyas et al., 2024). Edukasi pubertasi ini sesuai dengan hasil pengabdian masyarakat oleh Widiastini (2024) bahwa pada remaja diperoleh hasil perubahan nilai pengetahuan tentang mengenal masa pubertas dari 39,3 % berpengetahuan kurang menjadi tidak ada yang berpengetahuan kurang. Tujuan jangka panjang pengabdian ini adalah membentuk penerus bangsa yang bermutu dan bermoral dalam mengatasi proses pubertas dalam dirinya (Widiastini et al., 2024).

4. Kesimpulan

Pubertas adalah hal yang baru, hal yang asing, dan hal yang belum pernah dialami oleh remaja. Remaja membutuhkan narasumber untuk mengatasi kebingungan. Remaja dapat memperoleh pengetahuan tentang solusi mengatasi pubertas dengan mengikuti penyuluhan kesehatan. Pengabdian masyarakat ini mampu mengatasi kebingungan dan keingintahuan remaja terhadap pubertas. Saran pengabdian adalah dibentuk panitia yang khusus di gerakan pramuka dan sekolah untuk melanjutkan promosi kesehatan pada remaja.

Ucapan Terimakasih

Pengabdian mengucapkan terimakasih secara tulus kepada pembina latihan gabungan pramuka se-Kota Lubuklinggau atas izin dan undangannya sehingga para dosen bisa membagi ilmu kepada remaja. Pengabdian mengucapkan terimakasih kepada Ketua

Prodi Keperawatan Lubuklinggau Poltekkes Kemenkes Palembang atas kesempatannya memberi tugas kepada pengabdian untuk mengisi materi Pubertas.

Referensi

- Alurmei, W. A., Diana, N. H., Tirta, S. M., Azahra, Y. P., & Nasution, I. F. (2024). Rasa insecure pada remaja terhadap hubungan sosialnya. *Jurnal Insan Pendidikan Dan Sosial Humaniora*, 2(1), 278–285.
- Ekawati, D., Sabur, F., Umar, S., & Gasma, A. (2021). Efektivitas Penyuluhan tentang Perubahan Fisik pada Masa Pubertas terhadap Peningkatan Pengetahuan Siswa di SDN NO.29 Cini Ayo Jeneponto. *Jurnal Inovasi Penelitian*, 2(7), 2057–2064. <https://doi.org/10.2307/40076689>
- Elisanti, A. D., & Ardianto, E. T. (2021). Pendampingan Posyandu Remaja Sebagai Upaya Preventif Kenakalan Remaja Di Surabaya. *Jurnal Pengabdian Kesehatan Komunitas*, 1(2), 88–89. <https://doi.org/10.25311/jpkk.vol1.iss2.952>
- Fidora, I., Oktarini, S., & Prima, R. (2021). Siap Fisik Dan Psikologis Menghadapi Masa Pubertas. *Jurnal Salingka Abdimas*, 1(1), 6–10. <https://doi.org/10.31869/jsam.v1i1.2817>
- Hariyani Sulistyoningsih, & Sinta Fitriani, S.K.M., M.K.M. (2022). Pemanfaatan Media Sosial Instagram untuk Meningkatkan Pengetahuan Remaja Tentang Pubertas. *Dinamisia: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 6(1), 223–228. <https://doi.org/10.31849/dinamisia.v6i1.5140>
- Juanita, R. A., Sanjaya, D. A., Meriyani, H., & Siada, N. B. (2023). Edukasi Kesehatan Reproduksi di Masa Pubertas dengan Menggunakan Media Unik bagi Penyandang Disabilitas Sensorik Netra. *Poltekita: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(1), 185–192. <https://doi.org/10.33860/pjpm.v4i1.1591>
- Kurniawati, E. D., Novembriani, R. P., Suprobo, N. R., & Hasanah, W. K. (2022). Edukasi Perubahan Masa Pubertas dan Upaya Perlindungan Diri untuk Pencegahan Kekerasan Seksual pada Anak. *Genitri Jurnal Pengabdian Masyarakat Bidang Kesehatan*, 1(2), 171–175. <https://doi.org/10.36049/genitri.v1i2.86>
- Lestari, S., Hidayah, F., & Musyarofah, A. (2023). Edukasi Masa Pubertas pada Siswa Kelas VI SDN 1 Genteng Banyuwangi. *Dedikasi Nusantara: Jurnal Pengabdian Masyarakat Pendidikan Dasar*, 03(02), 99–107.
- Natalie Pangajouw, C., Oroh, W., & Renteng, S. (2023). Gambaran Pengetahuan Pubertas pada Anak Usia Sekolah di SD Negeri 8 Tondano. *Mapalus Nursing Science Journal*, 1(2), 22–30. <https://ejournal.unsrat.ac.id/v3/index.php/caring/article/view/48924>
- Nurhayati, T. (2016). Perkembangan Perilaku Psikososial pada masa Pubertas. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699.
- Saputro, A. A. N. P., Chaerunisa, R., Haya, N. D., Pardede, P. I., Anilah, N. G., & Hendriyani, M. E. (2023). Edukasi Persiapan Pubertas Ditinjau Dari Perspektif Biologi Dan Agama Islam pada Siswa Kelas 6 SDN Serang 05. *Jurnal Pengabdian Masyarakat MIPA Dan Pendidikan MIPA*, 7(1), 42–50. <https://doi.org/10.21831/jpmmp.v7i1.51939>
- Sunarti, & Mutmainnah Kamaruddin. (2023). Pemberian Edukasi Personal Hygiene

- Genetalia Saat Menstruasi Pada Remaja Putri. *Indonesian Journal Of Community Dedication (IJCD)*, 5(2), 22–26.
- Suryati, S., Rahmawaty, E., & Hasnani, F. (2024). Peningkatan Pengetahuan Dan Pendidikan Kesehatan Persiapan Pubertas Pada Siswa Sekolah Dasar. *GEMAKES: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(1), 115–119. <https://doi.org/10.36082/gemakes.v4i1.1514>
- Trisetiyaningsih, Y., Hutasoit, M., & Diaz Utami, K. (2020). Pendidikan Kesehatan Tentang Pubertas Sebagai Upaya Meningkatkan Pengetahuan dan Kesiapan Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Karya Husada*, 2(1), 18–22.
- Utaminingtyas, F., Mufidaturrosida, A., Maria, A., Agustina, C. E., Wahyuni, I., & Sasanti, S. D. (2024). Penyuluhan Kesehatan Tentang Mengenal Ciri-Ciri Pubertas Pada Remaja Melalui Media E-Booklet. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Aufa (JPMA)*, 6(1), 24–30.
- Widiastini, L. P., Karuniadi, I. G. A. M., & Saraswati, P. A. D. (2024). Kenali Masa Pubertas Pada Remaja Melalui Pendidikan Kesehatan. *GEMAKES: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(1), 65–69. <https://doi.org/10.36082/gemakes.v4i1.1478>