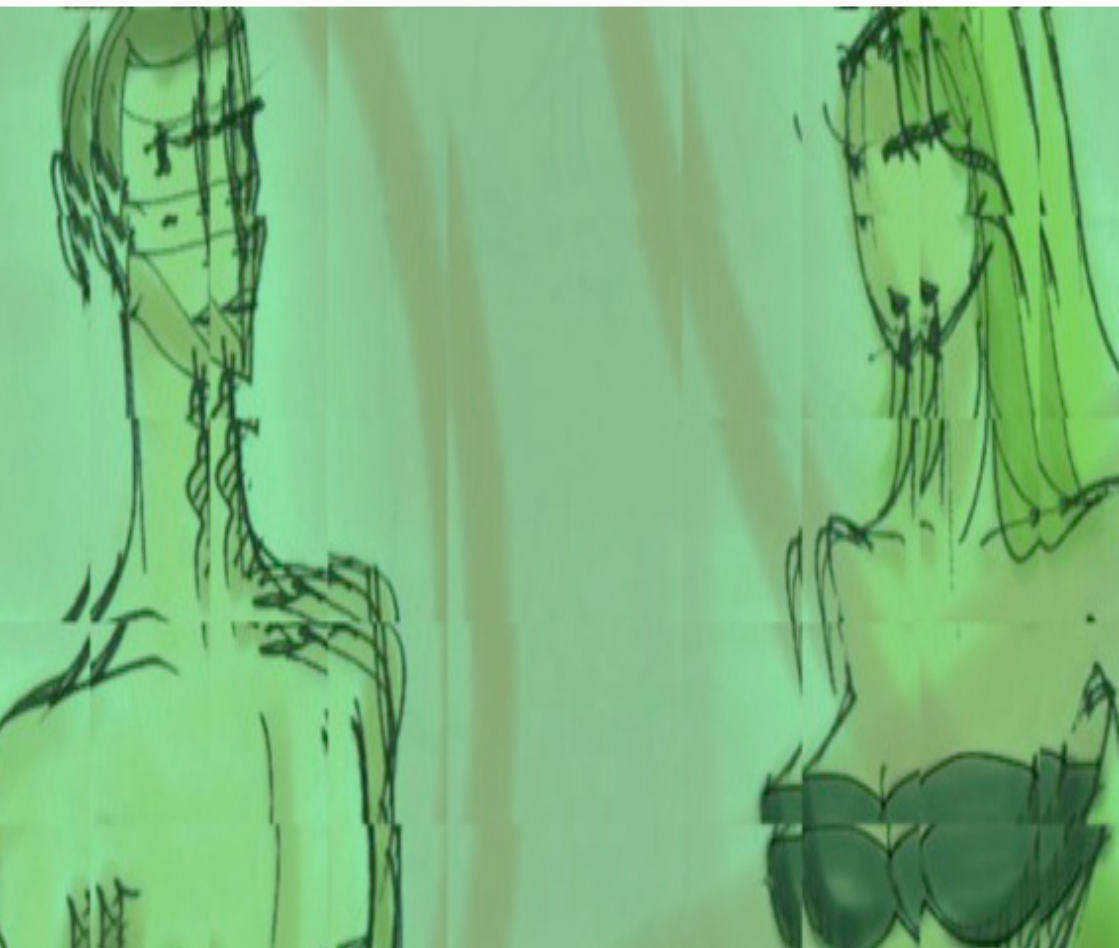


Buku Suplemen Bimbingan Teknis Kesehatan Reproduksi

# PUBERTAS



Pegangan Fasilitator  
untuk Populasi Remaja dengan Perilaku Risiko Tinggi

# BUKU SUPLEMEN BIMBINGAN TEKNIS KESEHATAN REPRODUKSI: **PUBERTAS** November 2012

Publikasi ini didukung oleh BKKBN (Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional) bekerjasama dengan UNESCO Jakarta sebagai sebuah bagian dari proses multi sektor menuju pengembangan buku Panduan Nasional untuk Pendidikan Seksualitas Komprehensif yang merujuk kepada buku ITGSE (*International Technical Guidance on Sexuality Education*) yang diproduksi oleh UNESCO, UNICEF, UNFPA, WHO, dan UNAIDS pada tahun 2009.

## Alamat dan Kontak UNESCO Jakarta

Kantor Perwakilan UNESCO, Jakarta  
Kantor Gabungan untuk Brunei Darussalam, Indonesia, Malaysia, Filipina, dan Timur Leste  
Biro Sains Regional untuk Asia dan Pasifik  
Jl. Galuh (II), No. 5, Kebayoran Baru  
Jakarta 12110, Indonesia  
Tel.: +62 (21) 739 9818  
Fax: +62 (21) 7279 6489  
Email: jakarta@unesco.org  
www.unesco.org/jakarta

## Editor

Alifah Nuranti, S.Psi, MPH  
Dwi Ariyanti, dr  
Azora Ferolita, dr, Akp  
Popy Irawati, dr, MPH

## Tim Adaptasi Buku BKKBN

Nia Reviani, dr, MAPS  
Fitri Adinda Novianti, dr  
Allan Taufiq Rivai, dr  
Desi Lokitasari, dr  
Alifah Nuranti, S.Psi, MPH  
Dwi Ariyanti, dr  
Azora Ferolita, dr, Akp  
Popy Irawati, dr, MPH  
Lhuri Dwianti Rahmartani, dr  
Samuel Josafat Olam, dr

## Ilustrasi

Priagi Pertama Constadi, ST

## Tim HIV UNESCO

Mee Young Choi, Spesialis Program Pendidikan, Kantor UNESCO, Jakarta

Ahmed Afzal, Koordinator HIV dan Kesehatan Sekolah, Kantor UNESCO, Jakarta

## Ucapan Terimakasih

Publikasi dari buku ini dapat terlaksana atas kontribusi teknis dari BKKBN melalui pendanaan *Unified Budget, Results and Accountability Framework* (UBRAF) dari UNAIDS dan anggaran program rutin UNESCO.

## Hak Cipta

© UNESCO 2012 Hak Cipta Dilindungi

Konsep Sampul/Rancangan: © BKKBN

Ilustrasi/Tata Letak Sampul: © BKKBN

ISBN xxxxxxxxxxx (Versi Elektronik)

## Disclaimer

Judul yang digunakan dan penyajian materi di dalam publikasi ini tidak diartikan sebagai pendapat pribadi dari pihak BKKBN ataupun UNESCO terkait dengan status hukum dari negara, wilayah, kota atau area mana pun, atau terkait penetapan batas-batasnya.

## UCAPAN TERIMA KASIH

**B**uku Suplemen Bimbingan Teknis Kesehatan Reproduksi ini dikembangkan atas kerjasama BKKBN dan UNESCO. Buku ini merupakan hasil pengembangan dari ide-ide pokok dalam *International Technical Guidance on Sexuality Education* (ITGSE).

Dalam hal ini BKKBN dan UNESCO mengucapkan terima kasih kepada Panitia Pengarah dalam hal ini Subagyo, Sekretaris Utama BKKBN; Julianto Witjaksono AS, Deputi Keluarga Berencana dan Kesehatan Reproduksi ; Soedibyo Alimoeso, Deputi Bidang Keluarga Sejahtera dan Pemberdayaan Keluarga ; Wendy Hartanto, Deputi Bidang Pengendalian Penduduk ; Perwakilan UNESCO.

Kami juga mengucapkan terimakasih kepada Tim Penyusun Panduan ini yaitu Nia Reviani, Fitri Adinda Novianti, Allan Taufiq Rivai, Desi Lokitasari, Alifah Nuranti, Popy Irawati, Azora Ferolita, Dwi Ariyanti, Samuel Josafat Olam, Lhuri Dwiarti Rahmartani.

Terimakasih sebesar – besarnya juga kami tujukan kepada Tim Penelaah yang terdiri dari berbagai unsur dan lembaga yang berkepentingan. Rudi Amin, PKBI ; Liris Kinasih, PKBI ; Bangkit Purwandari, Kementerian Kesehatan Sub direktorat AIDS ; Dhito Pemi Aprianto, Kementerian Kesehatan Sub Direktorat Bina Ketahanan Anak Usia Sekolah – Remaja ; Kurnia Wijastuti, Aliansi Remaja Independen ; Rahardhika A.U, Aliansi Remaja Independen ; Siti Handayani, Aliansi Remaja Independen ; Ryan Fajar Febrianto, Aliansi Remaja Independen ; Lieska Prasetya, Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak ; Ida. M. Kosasih, Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan ; Susy Farida, Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan ; Tini Setiawan, WHO ; Margaretha Sitanggang, UNFPA ; Anissa Elok Budiyan, UNICEF ; Andri Yoga Utama, Rutgers WPF ; Kheri Marifah, BKKBN ; Robertha, BKKBN ; Afif MM, BKKBN ; Nurlaila Susilowati, BKKBN ; Kartono, BKKBN ; Yuliana Slamet, BKKBN.

Tidak lupa juga kami mengucapkan banyak terimakasih atas dukungan UNESCO dalam hal ini kepada Hubert J. Gijzen, Mee Young Choi, Ahmed Afzal, Ade Sandra.

Akhirnya, kami juga mengucapkan terimakasih kepada Saudara Priagi Pertama Constadi atas desain tampilan buku ini.

## PENGANTAR

Jumlah kasus HIV/AIDS di Indonesia terus menunjukkan peningkatan. Kementerian Kesehatan RI melaporkan kasus HIV/AIDS sampai dengan 31 Desember 2011 sebanyak 106.758 kasus. Sejak permulaan epidemi HIV di Indonesia, laporan dari Kementerian Kesehatan RI secara konsisten menunjukkan hampir separuh kasus AIDS dialami oleh kelompok usia 20-29 tahun. Informasi ini menunjukkan bahwa populasi usia muda merupakan kelompok paling berisiko dalam kaitannya dengan infeksi HIV. Banyaknya kasus AIDS pada kelompok usia 20-29 tahun juga menyiratkan kelompok usia 15-24 tahun sebagai masa-masa rentan di mana awal infeksi HIV terjadi.

Upaya untuk mengatasi merebaknya infeksi HIV dilakukan secara konkret salah satunya oleh Komisi Penanggulangan AIDS Nasional (KPAN) yang sedang dalam proses penyusunan Rencana Aksi Nasional (RAN) Penanggulangan AIDS untuk orang muda berisiko usia 15-24 tahun. Langkah ini merupakan langkah yang signifikan dalam upaya mengidentifikasi kebutuhan populasi remaja dengan perilaku yang berisiko tinggi.

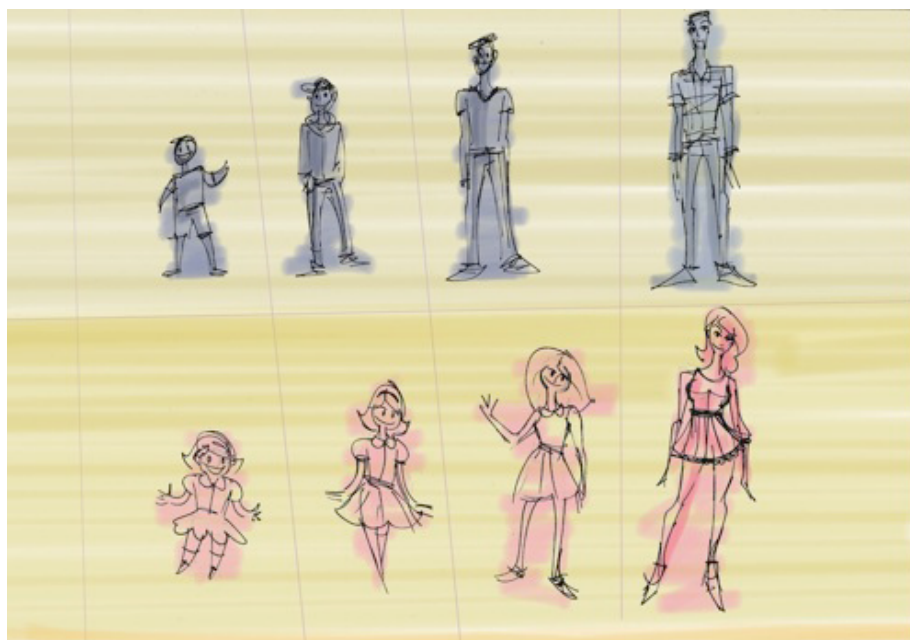
BKKBN sebagai lembaga Pemerintah yang memiliki tugas dan fungsi dalam Kesehatan Reproduksi juga turut berperan nyata dalam upaya peningkatan kesadaran dan kepedulian untuk mengendalikan infeksi HIV, salah satunya melalui pembuatan buku-buku dengan tema Kesehatan Reproduksi hasil kerjasama dengan UNESCO. Buku ini merupakan suplementasi dari buku "Bimbingan Teknis Kesehatan Reproduksi dan Seksualitas yang Komprehensif" hasil kerjasama BKKBN dan UNESCO.

Buku suplemen ini dikembangkan sebagai usaha untuk meningkatkan pengetahuan populasi dengan perilaku risiko tinggi dalam hal kesehatan reproduksi, sehingga diharapkan terjadi pengaruh positif dalam perilaku keseharian remaja tersebut. Buku suplemen ini juga menjadi suatu bentuk dukungan terhadap inisiatif RAN Penanggulangan AIDS yang dikembangkan KPAN.

Buku suplemen ini terdiri dari 5 judul buku yakni:

- **Keterampilan Komunikasi dan Penolakan**
- **Pelecehan Seksual**
- **Pubertas**
- **Dorongan Seksual**
- **Infeksi Menular Seksual dan HIV/AIDS.**

Buku suplemen ini merupakan pegangan untuk fasilitator dan pembimbing. Sasaran dari kandungan buku ini adalah populasi remaja berusia 15-24 dengan perilaku risiko tinggi, antara lain anak jalanan, remaja di lembaga pelayan masyarakat, pengguna jarum suntik, pekerja seks, dan remaja pria homoseksual. Buku ini tidak ditujukan untuk pendidikan formal sehingga tidak untuk dipergunakan oleh siswa di sekolah.



# PUBERTAS

## A. Apakah Pubertas itu ?

### 1. Definisi Pubertas

Pubertas adalah suatu proses pendewasaan tubuh yang mempunyai tujuan akhir mampu bereproduksi seksual, dimana tubuh sedang mengalami perubahan besar-besaran dari struktur tubuh anak-anak menjadi struktur tubuh orang dewasa. Pubertas bisa diartikan juga masa ketika seseorang anak mengalami perubahan fisik, psikis dan pematangan fungsi seksual. Biasanya masa puber pada laki-laki antara umur 11-12 tahun lebih lambat dari perempuan yang sudah mulai saat umur 8-10 tahun. Tapi ini tidak mutlak, karena kondisi tubuh masing-masing orang berbeda.

### 2. Apa Yang Diperlukan Persiapan Sebelum dan Saat Pubertas ?

Sebelum mencapai usia pubertas, perlu diketahui anak bahwa organ reproduksi kelak akan mengalami suatu perubahan. Perubahan tersebut diatur oleh hormon seks. Hormon estrogen dan progesteron dominan pada remaja perempuan dan testosteron pada remaja laki-laki. Peran penting orangtua atau dewasa dilingkungannya dalam berkomunikasi dan proaktif memberikan penjelasan sebaik-baiknya mengenai segala bentuk perbedaan organ reproduksi pada saat anak menjelang remaja.

### 3. Apa yang dibutuhkan seorang anak pada saat ia mengalami pubertas ?

Anak cenderung merasa ingin dihargai, diperhatikan, membutuhkan tempat untuk berkeluh kesah, butuh perasaan diterima di sekolah, lingkungannya maupun keluarga, butuh dukungan dan butuh pengarahan akan masa puber yang dialaminya dan perkembangan organ reproduksinya.

### 4. Bagaimana Terjadinya Pubertas Pada Anak Perempuan dan Anak Laki-laki ?

Penyebab munculnya Pubertas adalah hormon yang dipengaruhi oleh *Hipofisis* (pusat dari seluruh sistem kelenjar penghasil hormon tubuh). Berkat kerjasama hormon ini, remaja memasuki masa pubertas sehingga mulai muncul ciri-ciri yang dapat membedakan antara perempuan dan laki-laki. Pubertas terjadi karena tubuh mulai memproduksi hormon-hormon seks sehingga alat reproduksi telah berfungsi dan tubuh mengalami perubahan.

Sebelum mencapai usia Pubertas, perlu diketahui anak bahwa organ reproduksi kelak akan mengalami suatu perubahan. Pada anak perempuan ditandai dengan menstruasi pertama kali (Menarche) dan pada anak laki-laki ditandai dengan mimpi basah yang pertama kali.

## 5. Apa Yang Dimaksud dengan Menarche dan Menstruasi ? Definisi Menarche (Menstruasi yang terjadi pertama kali )

Petunjuk pertama bahwa mekanisme reproduksi pada anak perempuan menjadi matang adalah datangnya Menstruasi/haid yang pertama kali (Menarche). Menarche adalah Menstruasi yang dialami pertama kali oleh seorang perempuan, ini adalah permulaan dari serangkaian pengeluaran darah, lendir dan jaringan sel yang hancur dari rahim (uterus) secara berkala, yang akan terjadi setiap 28 – 35 hari (sebulan sekali).

Menstruasi adalah suatu proses pelepasan darah dan sel-sel dari dinding rahim melalui vagina. Menstruasi dimulai saat pubertas, berhenti saat sedang hamil atau menyusui dan berakhir saat menopause (sekitar usia 40 sampai 50 tahun). Pada proses Menstruasi ini terjadi perubahan dinding dalam rahim akan menebal karena pengaruh produksi hormon-hormon di indung telur (Ovarium) sebagai persiapan jika terjadi kehamilan. Ketika ada sel telur matang akan mempunyai potensi untuk dibuahi sperma dalam 24 jam. Bila ternyata **tidak** terjadi pembuahan maka sel telur akan mati dan terjadilah perubahan komposisi kadar hormon yang akhirnya dinding rahim tadi akan luruh/lepas disertai perdarahan. Inilah yang disebut proses menstruasi. Periode menstruasi/haid umumnya terjadi pada jangka waktu yang sangat tidak teratur dan lamanya berbeda-beda pada tahun-tahun pertama.

## 6. Apa yang Dimaksud Dengan Mimpi Basah Pada Laki-laki ? Definisi Mimpi Basah pertama kali pada laki-laki

Mimpi basah adalah keluarnya cairan sperma secara alamiah. Mimpi basah merupakan tanda seorang anak laki-laki telah memiliki kemampuan bereproduksi. Tubuh laki-laki pada awal pubertas akan memproduksi air mani (sperma) secara terus menerus. Secara alamiah air maninya akan keluar saat tidur, sering pada saat mimpi tentang seks, disebut "*mimpi basah*". Ini adalah pengalaman wajar bagi semua remaja laki-laki.

## B. Bagaimana Proses Pubertas dan Masa Remaja

### ▪ Proses perubahan Pubertas dan masa remaja

Monk mengemukakan bahwa Pubertas datang dari kata Puber yaitu Pubescent. Kata lain Pubescere yang artinya mendapatkan pubes atau



rambut kemaluan, yaitu suatu tanda kelamin sekunder yang menunjukkan perkembangan seksual. Dipakai istilah puber, maka yang dimaksud adalah remaja sekitar masa pemasakan seksual. (Monks dan Knoers, 2002).

Perubahan terjadi disebabkan oleh pusat pengendalian utama dari bagian otak disebut hipotalamus. Hipotalamus bekerjasama dengan kelenjar bawah otak mengendalikan urutan-urutan rangkaian perubahan dengan mengeluarkan hormon-hormon tertentu, yaitu hormon estrogen dan testosteron. Hormon estrogen dan progesteron dominan pada remaja perempuan dan testosteron pada remaja laki-laki.

#### ■ **Perubahan Fisik pada perempuan dan laki-laki**

Perubahan fisik yang terjadi pada masa pubertas bertanggung jawab atas munculnya dorongan seks. Pemuasan dorongan seks masih dipersulit dengan banyaknya tabu sosial, sekaligus kurangnya pengetahuan yang benar tentang seksualitas. Studi akhir menunjukkan bahwa hampir 50% remaja dibawah usia 15 tahun, 75% dibawah usia 19 tahun melaporkan telah melakukan hubungan seks.

Perkembangan fisik dianggap penting karena baik secara langsung maupun tidak langsung pertumbuhan dan perkembangan fisik akan mempengaruhi perilaku remaja sehari-hari. Secara langsung pertumbuhan dan perkembangan fisik akan mempengaruhi ketrampilan dalam bergerak. Sedangkan secara tidak langsung pertumbuhan dan perkembangan fisik akan mempengaruhi bagaimana anak memandang dirinya sendiri dan bagaimana dia memandang orang lain.

##### a. **Perubahan Fisik pada Perempuan**

Memasuki usia remaja, hormon estrogen dan progesteron mulai berperan aktif sehingga perempuan mulai tumbuh payudara, pinggul mulai melebar dan membesar, mengalami menstruasi (haid), tumbuh rambut-rambut halus disekitar ketiak dan vagina, muncul jerawat pada wajah, keringat bertambah banyak, indung telur mulai membesar dan vagina mulai mengeluarkan cairan.

##### b. **Perubahan Fisik pada Laki-laki**

Hormon testosteron akan membantu tumbuhnya bulu-bulu halus disekitar ketiak, kemaluan laki-laki, janggut dan kumis, terjadi perubahan suara, tumbuh jerawat pada wajah dan mulai diproduksi sperma pada waktu-waktu tertentu keluar sebagai mimpi basah, tubuh tambah berat dan tinggi, keringat bertambah banyak, pundak dan dada bertambah

besar dan bidang, tumbuh jakun , penis dan buah zakar membesar.

Seiring dengan bertambahnya usia seseorang, organ reproduksipun mengalami perkembangan dan pada akhirnya akan mengalami kematangan. Kematangan organ reproduksi dan perkembangan psikologis remaja yang mulai menyukai lawan jenisnya serta arus media informasi baik elektronik maupun non elektronik akan sangat berpengaruh terhadap perilaku seksual individu remaja.

### ■ **Perubahan Psikologi Pada Perempuan dan Laki-laki**

Masa remaja merupakan masa yang penuh gejolak dan ambisi. Remaja mengalami perubahan yang dramatis dalam kesadaran diri mereka. Remaja sangat memperhatikan diri mereka dan citra yang direfleksikan. Para remaja juga sering menganggap diri mereka mampu, sehingga seringkali mereka terlihat tidak memikirkan akibat dari perbuatan mereka. Pada usia 16 tahun keatas, keunikan remaja akan berkurang karena telah sering dihadapkan pada dunia nyata. Secara fisik remaja sudah berpenampilan dewasa, tetapi secara psikologi belum. Oleh karena itu, pemberian informasi yang tepat melalui pendidikan kesehatan reproduksi yang komprehensif oleh guru dan orang tua sangat diperlukan bagi remaja.

Resiko Psikologis pada masa puber diantaranya:

- Kurangnya persiapan untuk menghadapi masa puber, tentang perubahan fisik dan psikologis yang terjadi, pengalaman akan perubahan itu dapat merupakan pengalaman traumatis.
- Hanya sedikit anak puber yang mampu menerima kenyataan bahwa tubuhnya mengalami perubahan pendewasaan, sehingga mereka tidak puas dengan penampilannya

## **C. Mengatasi Permasalahan Pada Masa Sebelum dan Saat Pubertas**

### **1. Bagaimana Memberikan Informasi dan Bimbingan yang baik dan jelas?**

Remaja dianjurkan memahami keberadaan mereka didalam komunitas. Cara menyampaikan informasi tentang perubahan-perubahan seksual ini memang ekstra hati-hati dan sabar. Bila perlu sampaikan berulang-ulang. Gunakan bahasa yang sederhana, jelas dan mudah dipahami. Remaja dalam kondisi apapun berhak untuk dapat hidup, tumbuh, berkembang dan berpartisipasi secara wajar sesuai dengan harkat dan martabatnya. Pada tingkatan ini remaja berupaya semakin ingin mengenal dirinya dengan membandingkan

dirinya dengan teman sebayanya. Jika proses ini tanpa bimbingan, remaja akan cenderung sukar beradaptasi dengan lingkungannya.

Banyak orangtua yang enggan memberitahukan masa puber pada anaknya yang berakibat si anak akan mencari informasi pubertas sendiri melalui internet dan media lain yang bisa jadi berakibat kurang baik. Dinamika kehidupan remaja akan sangat berpengaruh terhadap pembentukan diri remaja itu sendiri. Masa remaja dapat dicirikan dengan banyaknya rasa ingin tahu pada diri seseorang dalam berbagai hal, tidak terkecuali bidang seks.

Cara Menanggulangi Masalah Remaja Pubertas Adalah :

- Orangtua sebaiknya jangan membahas suatu masalah dengan cara sikap seolah-olah sedang menginterogasi
- Ajaklah remaja tersebut berbicara dari hati ke hati dalam suasana santai
- Ciptakanlah dalam keluarga untuk saling menghargai serta menghormati pendapat orang lain
- Biarkan anak atau remaja membuat keputusannya dan ia akan membuktikan kemampuannya
- Selalu dampingi anak atau remaja agar mengisi waktunya dengan hal-hal yang bermanfaat
- Berikan batasan atau aturan yang jelas dan beralasan. Anak yang memasuki usia puber dan remaja memerlukan peraturan

## **2. Bagaimana menjaga higiens pada remaja perempuan saat menstruasi ?**

Penting memberikan bimbingan dalam menjaga higiens pada saat menstruasi pada remaja perempuan. Pendidikan seputar menstruasi disarankan diterapkan pada anak remaja perempuan yang belum mengalami menstruasi sebagai salah satu cara menumbuhkan kesiapan mereka dalam menghadapi saat menarche nanti. Apa saja yang harus dilakukan pada saat tersebut, mengatasi keluarnya darah menstruasi yang dapat terjadi secara tiba-tiba, bagaimana memakai pembalut, serta bagaimana cara perawatan diri saat menstruasi. Mandi dan keramas merupakan bagian rutin selama masa menstruasi. Membersihkan organ reproduksi secara ekstra terutama bagian vagina saat menstruasi. Jika tidak akan menimbulkan mikroorganisme. Idealnya pada pembalut selama menstruasi harus diganti secara teratur 2-3 kali sehari atau setiap 4 jam sehari. Setelah mandi atau buang air kecil, vagina harus dikeringkan dengan tisu atau handuk bersih agar tidak lembab.

Dengan memberikan informasi-informasi tentang cara hidup sehat, maka akan meningkatkan pengetahuan dan menimbulkan kesadaran mereka akan pentingnya menjaga kebersihan untuk dirinya sendiri.

### **3. Apa Saja Yang Dapat Dilakukan Remaja Dalam Menjaga harga Dirinya?**

#### **Upaya Remaja Dalam Menjaga Harga Dirinya Dengan Memegang Teguh Prinsip-Prinsip**

Pubertas merupakan masa pendewasaan seksual yang mengarah kepada perubahan besar pada fisik dan emosi yang bisa membawa tekanan. Masa dimana ketegangan emosi meninggi sebagai akibat dari perubahan fisik dan pengaruh produksi hormon. Adapun meningginya emosi karena remaja berada di bawah tekanan sosial dan menghadapi kondisi baru, sedangkan selama masa kanak-kanak ia kurang mempersiapkan diri untuk menghadapi keadaan-keadaan tersebut. Dalam mempertahankan diri remaja laki-laki biasanya memegang teguh prinsip yang ia pegang. Sedangkan pada remaja perempuan mempertahankan harga dirinya dengan cara memelihara hubungan sosial dengan teman sebayanya.

### **4. Bagaimana Pemberian Konseling yang tepat pada anak Pubertas ?**

Pemberian konseling yang baik dan benar pada masa puber perlu diperhatikan :

- Membantu remaja dapat mengendalikan masalah saat mengalami puber dan masa remaja agar mereka dapat mengambil keputusan dengan baik tentang apa yang harus dilakukan untuk mengatasi masalah tersebut. memberikan pengetahuan, ketrampilan, pengendalian potensi dan sumber daya secara berkesinambungan hingga dapat membantu remaja agar mampu :
  1. Mengatasi kecemasan, depresi atau masalah kesehatannya
  2. Meningkatkan kewaspadaan terhadap isu masalah kesehatannya
  3. Mempunyai motivasi untuk mencari bantuan yang dapat dipertanggung jawabkan bila menghadapi masalah.

### **5. Bagaimana Menyalurkan Dan Mengarahkan Perilaku Negatifnya Ke Hal-Hal Yang Positif ?**

Pada masa peralihan dari anak-anak menuju dewasa 12-24 tahun, perkembangan ini pencapaian kemandirian dan identitas sangat menonjol dan semakin banyak menghabiskan waktu diluar keluarga. Pendekatan orangtua/ dewasa yang bijaksana dan bersahabat dapat membentuk mental remaja menjadi pribadi yang tegar, mandiri dan bertanggung jawab. Perlu

adanya kegiatan yang melibatkan remaja diluar sekolah melalui kelompok remaja yang ada di masyarakat seperti karang taruna, saka Bhakti Husada (SBH), kelompok anak jalanan di rumah singgahan, kelompok remaja masjid dan gereja dan kelompok Bina Keluarga Remaja (BKR).

Kebutuhan utama saat anak mengalami masa puber peralihan ke masa remaja :

- Menghadapi berbagai ketidakpastian dan perkembangan yang pesat dalam dirinya, remaja sangat membutuhkan : rasa aman dan empati dari lingkungan, kesempatan untuk menampilkan kemandirian, pengalaman-pengalaman baru yang terlalu mencemaskan atau menyakitkan
- Kebutuhan sosial yang sangat menonjol adalah dapat diterima, beridentifikasi, berpartisipasi serta diakui oleh kelompoknya. Hal ini menimbulkan jati diri.
- Kebutuhan penting yang lain adalah : kebutuhan untuk mendapatkan kesempatan mengajukan pikiran dan pendapatnya, kebutuhan untuk didengarkan dan bertukar pikiran, sehubungan dengan perkembangan kognitif yang telah dicapai.

## REFERENSI :

1. Hurlock. 2004. Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan. Edisi Kelima. Yogyakarta: Erlangga
2. Soetjiningsih 2004. Tumbuh Kembang Remaja dan Permasalahannya. Jakarta : CV Sagung Seto
3. Hurlock, E.B (1998). Perkembangan Anak. Alih bahasa oleh Soedjarmo dan Istiwidayanti. Jakarta:Erlangga
4. Jalaluddin, H. 2007, Psikologi Agama, Jakarta : PT. Raja Grafindo Persada. Hal 75.
5. Sarlito, 2009. Perubahan Fisik Remaja. E-psikologi.com tanggal 20 Maret 2009.
6. Monks.2002. Psikologi Perkembangan Pengantar Dalam Berbagai Bagiannya. Yogyakarta:UGM.
7. Departemen Kesehatan RI, Kemitraan Menuju Indonesia sehat 2010. Sekretariat Jendral, Jakarta: Indonesia 2003.
8. World Health Organization (WHO). Adolescent Friendly Health Service, an Agenda Service, an Agenda for Change, Geneva: Switzerland.2002.
9. Panduan kurikulum dan modul pelatihan program penyiapan kehidupan berkeluarga bagi remaja (pkbr) untuk pengelola pik remaja/mahasiswa, pendidik sebaya dan konselor sebaya. Bkkbn, 2011



Untuk informasi lebih lanjut silakan hubungi kami di :



United Nations  
Educational, Scientific and  
Cultural Organization

**Kantor UNESCO Jakarta**

Jl. Galuh II No. 5 Kebayoran Baru  
Jakarta Selatan 12110, Indonesia

Telepon: +62 21 739 9818;

Fax: +62 21 7279 6489

Email: [jakarta@unesco.org](mailto:jakarta@unesco.org)

[www.unesco.org](http://www.unesco.org) / Jakarta