

ABSTRAK

Aziza Ghoniya Rosalia Harsana

HUBUNGAN DUKUNGAN ORANG TUA DENGAN KECEMASAN REMAJA TENTANG PERUBAHAN FISIK MASA PUBERTAS

xiv + 50 Halaman + 9 Tabel + 9 Lampiran

Pendahuluan: Perubahan fisik yang terjadi pada remaja putri, seperti menarche, perkembangan payudara, kemunculan jerawat, dan pertumbuhan rambut kemaluan, merupakan karakteristik utama dari tahap pubertas. Namun, tingkat kesiapan individu dalam menghadapi perubahan tersebut berbeda-beda, dan ketidaksiapan sering kali berkontribusi terhadap meningkatnya kecemasan. **Tujuan:** menganalisis hubungan antara dukungan orang tua dengan tingkat kecemasan remaja. **Metode:** menggunakan metode deskriptif analitik dengan rancangan *cross-sectional*. Studi ini dilakukan dengan populasi sebanyak 340 dan sampel 184 siswa melalui teknik *purposive sampling*. Instrumen penelitian yang digunakan adalah kuesioner mengenai dukungan orang tua dan tingkat kecemasan perubahan fisik remaja dan menggunakan uji *Spearman Rank*. **Pembahasan:** Sebagian besar remaja berada dalam kategori dukungan orang tua rendah, sementara hampir setengah dari remaja mengalami kecemasan berat terhadap perubahan fisik. Penelitian ini menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara dukungan orang tua dengan tingkat kecemasan remaja terkait perubahan fisik selama masa pubertas. **Diskusi:** Terapat hubungan antara Dukungan orang tua dengan tingkat kecemasan remaja. Remaja mengalami kecemasan perubahan fisik, sehingga diharapkan adanya dukungan dari orang tua. Disarankan agar program pendidikan dan pendampingan masa pubertas melibatkan orang tua, remaja, dan sekolah. Orang tua sebaiknya memberikan dukungan positif dan dorongan agar anak lebih percaya diri menghadapi perubahan fisik. Remaja juga perlu belajar memahami perubahan yang terjadi dengan cara berpikir positif. Sekolah diharapkan memberikan bimbingan serta pembelajaran yang membantu remaja lebih siap menghadapi masa pubertas.

Kata kunci: Dukungan orang tua, kecemasan, pubertas, perubahan fisik, remaja.
Daftar Bacaan : 23 buku (2015-2025)

ABSTRACT

Aziza Ghoniya Rosalia Harsana

**THE RELATIONSHIP BETWEEN PARENTAL SUPPORT AND
ADOLESCENTS' ANXIETY ABOUT PHYSICAL CHANGES DURING
PUBERTY**

xiv + 50 Pages + 9 Tables + 9 Appendices

Introduction: Physical changes experienced by adolescent girls, such as menarche, breast development, acne, and pubic hair growth, are key characteristics of the puberty stage. However, the level of individual readiness to face these changes varies, and unpreparedness often contributes to increased anxiety. **Objective:** To analyze the relationship between parental support and adolescents' anxiety levels. **Methods:** This study used a descriptive-analytic method with a cross-sectional design. The study involved a population of 340 students, with a sample of 184 selected using purposive sampling. The research instruments were questionnaires measuring parental support and anxiety related to physical changes in adolescents. Data were analyzed using the Spearman Rank correlation test. **Results:** Most adolescents were in the low parental support category, while nearly half experienced severe anxiety related to physical changes. The study shows a significant relationship between parental support and adolescents' anxiety levels concerning physical changes during puberty. **Discussion:** Adolescents experience anxiety due to physical changes, which highlights the need for parental support. Parental support is associated with the level of adolescent anxiety. It is recommended that puberty education and support programs involve parents, adolescents, and schools. Parents are encouraged to provide positive support and encouragement to help their children build self-confidence in facing physical changes. Adolescents also need to learn to understand these changes through positive thinking. Schools are expected to provide guidance and education that help adolescents become better prepared for puberty.

Keywords: Parental support, anxiety, puberty, physical changes, adolescents.