

PUBERTAS DAN MACAMNYA

Sarah Hagia Lestari^{1*}, Nuridho Akbar Sholeh¹
Fakultas Kedokteran, Universitas Ciputra Surabaya, Jawa Timur

*sarah.lestari@ciputra.ac.id

Abstrak

Pubertas merupakan proses transisi tubuh anak menjadi dewasa yang mampu melakukan proses reproduksi, atau mencapai maturitas reproduksi. Pubertas melibatkan hypothalamic–pituitary–gonadal (HPG) axis, yaitu Gonadotropin-Releasing Hormone (GnRH) yang disekresi oleh hypothalamus; Follicle-Stimulating Hormone (FSH) dan Luteinizing Hormone (LH) yang disekresi oleh kelenjar pituitari; serta hormon-hormon steroid seperti estrogen, progesteron, dan testosteron yang dihasilkan oleh kelenjar gonad. Pubertas ditandai beberapa perubahan fisik, dimana perempuan ditemukan menarche serta perubahan seks sekunder, sedangkan laki-laki ditemukan perubahan suara, pertumbuhan rambut di daerah wajah, aksila dan pubis, penambahan panjang penis serta perubahan ukuran dan volume testis. Periode pubertas perempuan umumnya terjadi pada usia 8-11 tahun, sedangkan pada laki-laki umumnya terjadi pada usia 9-14 tahun. Faktor yang mempengaruhi pubertas diantaranya faktor genetik, etnis, geografi, nutrisi, pola hidup, serta berbagai faktor lainnya. Pubertas terlalu dini disebut dengan pubertas prekoks yang disebabkan adanya tumor, penggunaan obat hormonal, hipotiroid, konsumsi makanan tinggi lemak, *overweight*, dan juga gangguan suprarenal. Pada *delayed puberty* tidak ditemukan perubahan seks sekunder, baik laki-laki maupun perempuan dikarenakan kelainan genetik, gangguan pada hipotalamus dan defisiensi nutrisi. Tujuan penulisan ini untuk mendukung kegiatan webinar GAUL RI memberikan edukasi kepada remaja dan masyarakat umum di Indonesia terkait kesehatan reproduksi. Diharapkan melalui tulisan ini remaja dapat mengetahui tentang pubertas serta permasalahan pada masa pubertas.

Kata kunci : Remaja, Pubertas, Permasalahan pubertas, Kesehatan reproduksi, GAUL RI