

# HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN TENTANG PUBERTAS DENGAN SIKAP MENGHADAPI PERUBAHAN FISIK PADA REMAJA AWAL DI SD N KEDUNGLO PURWOREJO

Nindya Kurniawati, Mega Wahyu Nurmayanti

Akbid Bhakti Putra Bangsa Purworejo  
Jl. Soekarno Hatta, Borokulon, Banyuurip, Purworejo

## ABSTRAK

**Latar Belakang:** Permasalahan utama yang dialami oleh remaja yaitu ketidak tahuan terhadap tindakan yang harus dilakukan sehubungan dengan perkembangan yang sedang dialami, khususnya masalah pengetahuan remaja mengenai pubertas dan bagaimana sikap remaja dalam menghadapi perubahan tersebut. Berdasarkan study pendahuluan yang dilaksanakan di SD N Kedunglo. Peneliti melakukan wawancara kepada 10 siswa, 6 diantaranya belum mengetahui mengenai pubertas dan 4 siswa sudah mengetahui mengenai pubertas.

**Tujuan Penelitian:** Mengetahui hubungan tingkat pengetahuan tentang pubertas dengan sikap menghadapi perubahan fisik pada remaja awal.

**Metode Penelitian:** Peneliti menggunakan metode pendekatan observasional analitik dengan rancangan cross sectional, populasinya seluruh siswa kelas 5 di SD N Kedunglo sebanyak 43 responden dan total sampel yang digunakan sejumlah 43 responden. Teknik sampling yang digunakan adalah Total Sampling. Instrumen Penelitian menggunakan kuesioner dan untuk analisa data menggunakan Uji Chi Square.

**Hasil Penelitian:** Hasil uji *Chi-Square* yaitu 0,000 yang artinya nilai tersebut  $<0,05$ . Sehingga  $H_0$  di tolak dan  $H_a$  di terima.

**Kesimpulan:** Ada hubungan antara tingkat pengetahuan tentang pubertas dengan sikap menghadapi perubahan fisik pada remaja awal di SD N Kedunglo.

**Saran:** Siswa lebih aktif dalam mencari informasi tentang masa pubertas sehingga pengetahuan mereka mengenai pubertas bertambah dan dapat diterapkan pada keseharian mereka. Sekolah dapat mengadakan program sosialisasi atau sejenisnya mengenai pubertas.

**Kata kunci** : Pengetahuan, pubertas, remaja awal

## PENDAHULUAN

Remaja merupakan suatu masa kehidupan individu dimana terjadi eksplorasi psikologi untuk menemukan identitas diri. Pada masa transisi ini merupakan masa perubahan atau masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa yang meliputi perubahan fisik, perubahan biologis, perubahan psikologis dan perubahan sosial (Eni Kusmiran, 2013).

Hani Latifa, Kusminatun dan Dwi Ratnaningsih (2016) perubahan fisik pada masa remaja terjadi ketika seseorang mengalami perubahan struktur tubuh, pada masa ini terjadi perubahan fisik yang cepat

disertai banyak perubahan, termasuk di dalam pertumbuhan organ-organ reproduksi (organ seksual) untuk mencapai kematangan yang ditunjukkan dengan kemampuan melaksanakan fungsi reproduksi.

Pengetahuan(knowledge)adalah hasil dari tahu, dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Sikap merupakan reaksi atau respon yang masih tertutup dari seseorang terhadap suatu stimulus atau obyek. Remaja pada masa ini masih labil dan tidak memiliki pegangan hidup yang pasti. Remaja cenderung berbuat

sesuai dengan pikiran dan nalarnya sendiri. Hal tersebut merupakan cara remaja untuk mencari jati dirinya. Rasa ingin tahu yang tinggi, ingin mencoba hal baru membuat remaja tidak jarang menjadi terjerumus dalam permasalahan. Permasalahan yang sering terjadi seperti anti sosial dan pergaulan bebas. Anti sosial membuat remaja kurang terbuka terhadap lingkungannya yang dapat menjadi salah penerimaan pada informasi yang diperoleh. (Notoatmojo, 2014).

Masa puber atau pubertas adalah salah satu dari dua periode dalam rentang kehidupan yang ditandai oleh pertumbuhan yang pesat dan perubahan yang mencolok. Perubahan-perubahan pesat yang terjadi selama masa puber ini menimbulkan keraguan, perasaan tidak mampu dan tidak aman, dan dalam banyak kasus mengakibatkan perilaku yang kurang baik (Elizabeth, 2017).

Permasalahan utama yang dialami oleh remaja yaitu ketidak tahuan terhadap tindakan yang harus dilakukan sehubungan dengan perkembangan yang sedang dialami, khususnya masalah pengetahuan remaja mengenai pubertas dan bagaimana sikap remaja dalam menghadapi perubahan tersebut. Seberapa serius perubahan masa puber akan mempengaruhi perilaku sebagian besar bergantung pada kemampuan dan kemauan anak untuk mengungkapkan keprihatinan dan kecemasannya kepada orang lain sehingga dengan begitu ia dapat memperoleh pandangan yang baru dan yang lebih baik (Elizabeth, 2017).

Menurut Bella Kartika (2015) perubahan fisik remaja merupakan ciri utama dari proses biologis yang terjadi pada masa pubertas. Pada masa ini terjadi perubahan fisik secara cepat, yang tidak seimbang

dengan perubahan kejiwaan (mental emosional). Perubahan fisik yang terjadi termasuk pertumbuhan organ-organ reproduksi untuk mencapai kematangan agar mampu melangsungkan fungsi reproduksi. Perubahan yang cukup besar ini dapat membingungkan remaja yang mengalaminya. Remaja sangat penting untuk mempelajari perubahan yang terjadi setiap tahap kehidupannya. Remaja dapat belajar menerima kondisi fisik diri serta merawat dan menjaganya. Pada periode masa remaja ini kapasitas untuk memperoleh dan menggunakan pengetahuan secara efisien mencapai puncaknya.

Studi pendahuluan dilakukan di SD N Kedunglo pada kelas 5 dengan jumlah 43 siswa, peneliti melakukan wawancara kepada 10 siswa yang diambil sebagai sampel, 6 diantaranya belum mengetahui mengenai pubertas dan 4 siswa sudah mengetahui mengenai pubertas. Dari paparan yang di katakana oleh kepala sekolah, di SD tersebut belum pernah ada penyuluhan mengenai pubertas pada remaja.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan metode pendekatan observasional analitik dengan rancangan *cross sectional*. Penelitian dilakukan di SD N Kedunglo Purworejo pada bulan Desember 2019 – Juni 2020. Jumlah populasi yang digunakan dalam penelitian berjumlah 43 siswa. Dalam penelitian ini menggunakan teknik sampel yaitu Total sampling. Dengan sampel berjumlah 43 siswa. Dan uji statistic yang digunakan pada penelitian ini adalah Uji Chi-Square.

## **HASIL PENELITIAN**

### **1. Karakteristik Responden**

a. Berdasarkan Usia

Tabel 1 Frekuensi responden berdasarkan usia

Usia (Tahun)	F	(%)
<b>10-11</b>	28	65,1
<b>12-13</b>	15	34,9
<b>Jumlah</b>	43	100.0

Sumber: Data Primer, 2020

Tabel 1 menunjukkan mayoritas responden berusia 10-11 tahun yaitu 28 orang (65,1%).

b. Jenis Kelamin

Tabel 2 menunjukkan mayoritas responden berjenis kelamin perempuan yaitu 23 orang (53,5%).

Tabel 2 Frekuensi responden berdasarkan jenis kelamin

Jenis Kelamin	F	(%)
<b>P</b>	23	53,5
<b>L</b>	20	46,5
<b>Jumlah</b>	43	100.0

Sumber: Data Primer, 2020

## 2. Analisis Univariat

Tabel 3 Analisis Tingkat Pengetahuan Tentang Pubertas

Tingkat Pengetahuan	F	(%)
<b>Baik</b>	18	41,9
<b>Cukup</b>	14	32,6
<b>Kurang</b>	11	25,6
<b>Jumlah</b>	43	100

Sumber: Data Primer, 2020.

Tabel 3 menunjukkan mayoritas responden memiliki tingkat pengetahuan baik yaitu 18 orang (41,9%).

Tabel 4 Analisa sikap menghadapi perubahan fisik

Sikap	F	(%)
<b>Positif</b>	26	60,5
<b>Negatif</b>	17	39,5
<b>Jumlah</b>	43	100.0

Sumber: Data Primer, 2020

Tabel 4 menunjukkan mayoritas responden memiliki tingkat sikap positif yaitu 26 orang (60,5%).

## 3. Analisis Bivariat

data yang diperoleh diperoleh hasil bahwa responden yang memiliki tingkat pengetahuan baik dan sikap positif sebanyak 16 responden (88,9%) dan responden yang memiliki tingkat pengetahuan baik namun sikapnya negatif sebanyak 2 responden (11,6%). Sedangkan untuk responden yang memiliki tingkat pengetahuan cukup dan sikap positif sebanyak 9 responden (64,3%) dan responden yang memiliki tingkat pengetahuan cukup namun sikapnya negative sebanyak 5 responden (35,7%). Dan untuk responden yang memiliki tingkat pengetahuan kurang namun sikapnya positif sebanyak 1 responden (9,1%) dan responden yang memiliki tingkat pengetahuan kurang dan sikapnya negatif sebanyak 10 responden (90,9%).

## PEMBAHASAN

### 1. Tingkat Pengetahuan Tentang Pubertas

Hasil analisa data univariate tingkat pengetahuan tentang pubertas pada siswa kelas 5 di SD N Kedunglo, terdapat 18 (41,9%) responden yang memiliki tingkat pengetahuan kategori baik, 14 (32,6%) dengan tingkat pengetahuan cukup, dan 11 (25,6%) memiliki tingkat pengetahuan kurang. Jika ditinjau dari data tersebut dapat dilihat bahwa pengetahuan siswa tentang pubertas sudah didominasi dengan kategori baik, namun tidak bisa dipungkiri jika masih ada siswa yang memiliki pengetahuan yang kurang dan jumlahnya pun masih terbilang cukup banyak.

Hasil tersebut remaja masih membutuhkan bimbingan yang intensif baik dari sekolah maupun orang tuanya karena pada periode masa remaja ini kapasitas untuk memperoleh dan menggunakan pengetahuan secara efisien mencapai puncaknya. Dan perkembangan tersebut berpengaruh terhadap perkembangan remaja, sehingga mereka mampu mengembangkan kemampuan penalaran dan pengetahuan mereka. Faktor yang mempengaruhi pengetahuan diantaranya faktor internal yaitu pendidikan, pekerjaan, umur, dan faktor external lingkungan dan social budaya. Semakin tinggi pendidikan seseorang diharapkan semakin tinggi pula pengetahuan orang tersebut. Pengetahuan adalah salah satu hasil dan ini terjadi setelah orang melakukan pengindraan terhadap suatu objek (Wawan dan dewi, 2011).

Salah satu pengetahuan yang harus dimiliki oleh remaja awal adalah pengetahuan tentang pubertas. Pentingnya pengetahuan remaja tentang pubertas karena masa remaja merupakan masa stress full karena ada perubahan fisik dan biologis serta perubahan tuntutan dari lingkungan, sehingga diperlukan suatu proses penyesuaian diri dari remaja. Ketidaktahuan remaja mengenai perubahan yang terjadi pada dirinya dan mengapa hal itu terjadi dapat menimbulkan rasa cemas dan malu. Remaja akan bertanya-tanya apakah perubahan ini merupakan suatu hal yang normal dan apakah semua orang mengalami serta apa yang harus dilakukan dengan perubahan ini.

Menurut Desmita dalam Lisa Nuryani (2015) selama masa pertumbuhan pesat masa pubertas terjadi perubahan fisik dan perubahan psikis antara perubahan fisik (perubahan ukuran tubuh, perubahan proporsi

tubuh, perubahan ciri seks primer dan ciri seks sekunder).

## **2. Sikap Menghadapi Perubahan Fisik Pada Remaja Awal**

Hasil penelitian tentang sikap menghadapi perubahan fisik pada remaja awal di SDN Kedunglo pada siswa kelas 5 didapatkan hasil sikap positif sebanyak 26 (60,5%) dengan rincian 16 responden berpengetahuan baik, 9 responden berpengetahuan cukup, dan 1 responden berpengetahuan kurang, sedangkan sikap negatif sebanyak 17 (39,5%) dengan rincian 2 responden berpengetahuan baik, 5 responden berpengetahuan cukup dan 10 responden berpengetahuan kurang.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sikap remaja dalam menghadapi perubahan fisik pada remaja awal sudah didominasi dengan sikap yang positif yang artinya mereka dapat menyikapi dengan baik pubertas yang sedang dilaluinya, namun terdapat data yang menunjukkan responden memiliki tingkat pengetahuan baik sikapnya negatif (2 responden) hal ini disebabkan karena siswa yang memiliki pengetahuan yang baik belum tentu menerapkan pengetahuan tersebut pada dirinya dalam bersikap. Serta didapatkan responden yang memiliki tingkat pengetahuan kurang namun sikapnya positif (1 Responden) hal ini dapat dipengaruhi oleh usia, lingkungan, serta pendidikan dari orang tua maupun orang-orang yang berada disekitarnya.

Sikap sebagai suatu tingkatan afeksi baik yang bersifat positif maupun negatif dalam hubungannya dengan objek-objek psikologis. Sikap juga dapat diartikan sebagai kecenderungan yang relatif stabil, dimiliki seseorang dalam bereaksi (baik reaksi positif maupun negatif) terhadap dirinya sendiri, orang lain, benda, situasi atau kondisi

sekitarnya. Sikap tumbuh diawali dari pengetahuan yang dipersepsikan sebagai suatu hak yang baik (positif) maupun tidak baik (negatif), kemudian diinternalisasikan ke dalam dirinya (Wawan dan dewi, 2011).

Pada umumnya remaja mengalami berbagai kesulitan dan masalah dalam melakukan penyesuaian diri terhadap dirinya dan pada lingkungannya. Perubahan fisik menyebabkan kecanggungan bagi remaja karena ia harus menyesuaikan diri dengan perubahan yang terjadi. Sehingga tak jarang remaja merasa bingung dengan sikap yang harus ia lakukan untuk menghadapi perubahan-perubahan yang terjadi pada dirinya.

Perubahan-perubahan yang terjadi pada masa pubertas ini menimbulkan keraguan, perasaan tidak mampu dan tidak aman dan mengakibatkan perilaku yang kurang baik. Remaja seharusnya mampu menyesuaikan diri dengan perubahan yang terjadi pada masa pubertas sehingga mencapai kepuasan terhadap diri dan lingkungan.

### **3. Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Pubertas Dengan Sikap Menghadapi Perubahan Fisik Pada Remaja Awal**

Penelitian yang dilakukan terhadap 43 responden dapat dianalisa bahwa sebagian besar responden responden 65,1% dalam rentan usia 10-13 tahun, dan sebagian kecil kecil responden 34,9% dalam rentan usia 12-13 tahun. Dan sebagian besar 53,5% berjenis kelamin perempuan, sebagian kecil 46,5% berjenis kelamin laki-laki.

Hasil analisa data uji Chi-Square yaitu 0,000 yang artinya nilai tersebut  $<0,05$ . Hal tersebut menunjukkan bahwa terdapat kolerasi karena nilai approx sig  $<0,05$  sehingga Hodi tolak dan Ha di terima, sehingga

dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara tingkat pengetahuan tentang pubertas dengan sikap menghadapi perubahan fisik pada remaja awal di SD N Kedunglo.

Penelitian ini mendukung penelitian Hani Latifah, Kusminatun, Dwi Ratnaningsih dengan judul Tingkat Tentang Pubertas Pada Remaja Putri Kelas VIII Di SMP Muhammadiyah III Depok Sleman pada tahun 2016 dengan metode penelitian deskriptif, pendekatan cross sectional dengan teknik sampling yaitu Total sampling dan penelitian milik Evita S dengan judul Gambaran Tingkat Pengetahuan Siswa Tentang Perubahan Fisik Pada Masa Pubertas Dengan Menarche Di SMP N 2 Panjatan Kulon Progo tahun 2019 bahwa tingkat pengetahuan yang baik mempengaruhi sikap menghadapi perubahan fisik pada remaja awal.

### **KESIMPULAN**

Analisis rumus yang diperoleh hasil uji Chi-Square yaitu 0,000 yang artinya nilai tersebut  $<0,05$ . Hal tersebut menunjukkan bahwa terdapat kolerasi karena nilai approx sig  $<0,05$  sehingga  $H_0$  di tolak dan  $H_a$  di terima, dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara Tingkat Pengetahuan Tentang Pubertas Dengan Sikap Menghadapi Perubahan Fisik Pada Remaja Awal di SD N Kedunglo Kemiri Purworejo.

### **SARAN**

Siswa lebih aktif dalam mencari informasi tentang masa pubertas sehingga pengetahuan mereka mengenai pubertas bertambah dan dapat diterapkan pada keseharian mereka. Sekolah dapat mengadakan program sosialisasi atau sejenisnya mengenai pubertas.

## DAFTAR PUSTAKA

- A Wawan, Dewi, 2011. *Teori & Pengukuran Pengetahuan Sikap Dan Perilaku Manusia*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Desmita. 2017. *Psikologi Perkembangan*. Bandung: Remaja Rosdakarya
- Elizabeth. 2017. *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentan Kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- Kusmiran. Eni. 2011. *Kesehatan Reproduksi Remaja Dan Wanita*. Jakarta: Salemba Medika.
- Notoatmodjo. 2014. *Metodologi penelitian kesehatan*. Jakarta: PT Rineka Cipta
- Rochmania. Bella Kartika. 2015. *Sikap Remaja Putri Dalam Menghadapi Perubahan Fisik Masa Pubertas*. Naskah Publikasi. Departmen Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku Fakultas Kesehatan Masyarakat