

Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Pubertas dengan Sikap Menghadapi Perubahan Fisik pada Remaja Putri Di SMAN 27 Bone

Sriwidyastuti¹, Ermawati², Susilawati³, Musdalifah⁴

^{1,2,3,4}Prodi D-III Kebidanan, Universitas Andi Sudirman, Indonesia

Email: ¹sriwidyalapatau93@gmail.com, ²emhamy@email.com, ³susilawatibone@gmail.com, ⁴evha.vhaaa26@gmail.com

Email Penulis Korespondensi: ¹sriwidyalapatau93@gmail.com

Abstrak— Pubertas adalah masa ketika seorang anak mengalami perubahan fisik, psikis, dan kematangan fungsi seksual. Masa pubertas juga merupakan masa dimana anak mengelola emosi seperti kecemasan yang dirasakan. Untuk mengurangi kecemasan pada remaja saat menghadapi masa pubertas diperlukan peran orang tua maupun guru disekolah untuk memberikan informasi yang benar tentang kondisi perubahan pada masa- masa remaja. Kesehatan reproduksi saat ini masih menjadi hal tabu di kalangan remaja. Hal ini menyebabkan banyak masalah terkait kesehatan reproduksi remaja muncul. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara tingkat pengetahuan remaja awal tentang pubertas dengan sikap menghadapi perubahan fisik remaja di SMAN 27 Bone. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jumlah sampel 52 responden. Berdasarkan hasil uji statistik didapatkan nilai nilai $p = 0,034 < 0,05$ yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan tingkat pengetahuan remaja tentang pubertas dengan sikap menghadapi perubahan fisik pada remaja putri. Ada beberapa faktor yang mempengaruhi sikap antara lain pengetahuan, semakin tinggi pengetahuan akan semakin baik sikap yang ditunjukkan orang tersebut, sebaliknya bila pengetahuan rendah maka terbentuk sikap yang negatif. Pengetahuan dapat terbentuk dari pengalaman pribadi, maka pengalaman pribadi juga salah satu factor terbentuk sikap seseorang. Saran dalam penelitian ini agar dapat meningkatkan program pendidikan kesehatan kepada remaja khususnya tentang kesehatan reproduksi.

Kata Kunci: Pengetahuan, Pubertas, Sikap, Perubahan Fisik, Remaja Putri

Abstract— Puberty is a time when a child experiences physical, psychological changes and mature sexual function. Puberty is also a time when children manage emotions such as anxiety. To reduce anxiety in teenagers when facing puberty, the role of parents and teachers at school is needed to provide correct information about changing conditions during the teenage years. Reproductive health is currently still a taboo subject among teenagers. This causes many problems related to adolescent reproductive health to arise. This study aims to determine the relationship between the level of knowledge of early adolescents about puberty and attitudes towards facing physical changes in early adolescents at SMA Negeri 27 Bone. This research uses a quantitative approach with a sample size of 52 respondents. Based on the results of statistical tests, it was found that the p value = 0.034 < 0.05, which shows that there is a relationship between the level of knowledge of teenagers about puberty and their attitude towards facing physical changes in young women. The suggestions in this research are to improve health education programs, especially regarding reproductive health in adolescents.

Keywords : Knowledge, Puberty, Attitude, Physical Change, Young Women

1. PENDAHULUAN

Pubertas adalah masa ketika seorang anak mengalami perubahan fisik, psikis, dan kematangan fungsi seksual. Istilah pubertas dapat digunakan untuk menyatakan perubahan biologis yang meliputi morfologi dan fisiologi yang terjadi dengan pesat dari masa anak menuju dewasa, terutama pada perubahan kelamin dari tahap anak ke dewasa. [1].

Pentingnya pengetahuan remaja tentang perubahan fisiknya 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, mereka akan bertanya-tanya apakah perubahan itu merupakan hal yang normal, apakah semua orang mengalaminya dan apa yang harus dilakukan dengan perubahan tersebut [2]. Meningkatnya minat remaja pada masalah perubahan yang terjadi pada dirinya, maka remaja berusaha mencari berbagai informasi mengenai perubahan yang dialami. Hal tersebut bisa berdampak pada sikap dan perilaku yang berisiko jika remaja mendapatkan informasi tentang kesehatan reproduksi yang kurang tepat [3].

Remaja putri yang memiliki konsep diri positif bersifat optimis, percaya diri, menerima dengan perasaan senang hati terhadap perubahan fisik yang terjadi, mampu bertindak berdasarkan penilaian yang baik, memiliki keyakinan pada kemampuannya untuk mengatasi persoalan. Sebaliknya remaja putri dengan konsep diri negatif, tidak dapat menerima perubahan fisik pada dirinya, remaja tersebut memiliki sifat tidak percaya diri, lebih cenderung bersikap pesimistis terhadap kehidupan dan kesempatan yang dihadapi, merasa aneh dan asing terhadap diri sendiri sehingga sulit bergaul dengan lingkungan dan teman sebayanya [4].



Perubahan fisik pada remaja ditandai dengan perubahan fungsi alat-alat reproduksi yaitu munculnya haid pada wanitadan terjadinya mimpi basahpada laki-laki. Perubahan fisik pubertas dapat membuat remaja merasa canggung karena adanya penyesuaian diri dengan perubahan yang terjadi secara alami pada remaja. Salah satu perubahan yang terjadi pada remaja seperti terjadinya perubahan pembesaran payudara yang dapat menyebabkan remaja merasa malu dan tersisihkan dari teman-temannya[5].

Menurut penelitian yang dilakukan oleh [6] dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan pengetahuan dan sumber informasi dengan sikap remaja dalam menghadapi perubahan fisik saat pubertas, sehingga diperlukan edukasi kesehatan sejak dini tentang perubahan fisik saat pubertas pada remaja putri. Pengetahuan merupakan sumber informasi yang baik sangat penting dalam membentuk sikap remaja putri dalam menghadapi perubahan fisik saat pubertas. Dengan meningkatkan pengetahuan dan memberikan akses informasi yang tepat, kita dapat membantu remaja putri untuk menjalani masa pubertas mereka dengan lebih positif dan sehat.

Pengetahuan remaja tentang kesehatan reproduksi remaja masih sangat rendah [2]. Menurut survey Perkumpulan Keluarga Berencana Indonesia (PKBI) Jawa Tengah tahun 2010 di Semarangtentang pengetahuan kesehatan reproduksi menunjukkan 43,22% pengetahuannya rendah,37,28% pengetahuan cukup, sedangkan 19,50% pengetahuannya baik. Hasil Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia Remaja (SDKI-R) menyebutkan 13,3% remaja putri tidak tahu sama sekali mengenai perubahan fisiknya saat puber. Bahkan hampir separuh (47,9%) remaja putri tidak mengetahui waktu pubertas [2].

Berdasarkan hasil pendahuluan yang telah dilakukan dari SMAN 27 Bone mengenai jumlah seluruh siswi kelas X yaitu remaja putri dari tahun 2022 sebanyak 35 orang, 2023 sebanyak 38 orang, dan 2024 sebanyak 32 orang. Masih banyak siswi yang belum mengetahui tentang memiliki pengetahuan tentang pubertas dan perubahan-perubahan fisik yang terjadi selama masa itu. Maka dari itu peneliti tertarik untuk meneliti mengenai hubungan tingkat pengetahuan dan sikap menghadapi perubahan fisik pada remaja putri di SMAN 27 Bone tahun 2024.

2. METODOLOGI PENELITIAN

2.1 Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode pendekatan *Survey Analitik* dengan rancangan *Cross Sectional* yaitu suatu penelitian untuk mempelajari dinamika korelasi antara faktor-faktor risiko dengan efek,dengan cara pendekatan,observasi atau pengumpulan data sekaligus pada suatu saat (*point time approach*).

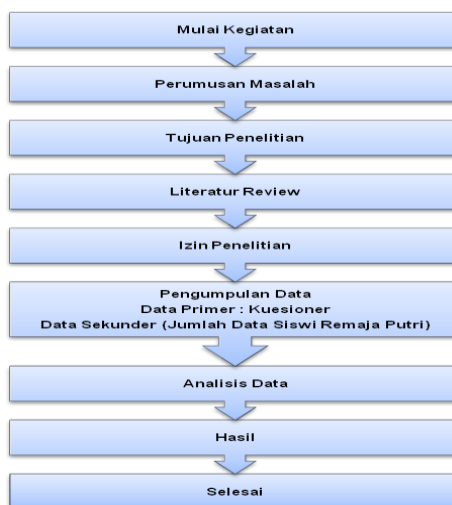
2.2 Populasi, dan Sampel

Populasi dalam penelitian adalah seluruh siswi kelas X di SMAN 27 Bone yang berjumlah 52 siswi, dengan tehnik pengambilan sampel menggunakan total sampling.

2.3 Instrumen Penelitian

Pengumpulan data dilakukan untuk mengetahui tingkat pengetahuan remaja tentang pubertas dengan menggunakan kuesioner pengetahuan tentang pubertas dan sikap dalam menghadapi perubahan fisiknya yang akan dibagikan kepada seluruh responden remaja putri. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan jenis angket dengan menggunakan skala *Guttman* yaitu kuesioner dengan pernyataan bentuk tertutup dengan dua alternatif jawaban.

2.4 Alur Penelitian



Gambar 1. Alur Penelitian

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1 Hasil Penelitian

3.1.1 Analisis Univariat

Tabel 1. Distribusi Responden Berdasarkan Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Pubertas

Pengetahuan	N	Persentase
Baik	18	34,6 %
Cukup	32	61,5 %
Kurang	2	3,9 %
Total	52	100%

Sumber : Data Primer, 2024

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel diatas menunjukkan bahwa dari 52 orang siswi, terdapat sebanyak 18 orang (34,6 %) yang memiliki pengetahuan baik, 34 orang (61,5 %) yang memiliki pengetahuan cukup, dan 2 orang (3,9 %) yang memiliki pengetahuan kurang.

Tabel 2. Distribusi Responden Berdasarkan Sikap dalam Menghadapi Perubahan Fisik

Sikap	N	Persentase
Positif	51	98,1 %
Negatif	1	1,9 %
Total	52	100%

Sumber : Data Primer, 2024

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel diatas menunjukkan bahwa dari 52 orang siswi hanya 51 orang (98,1%) yang memiliki sikap positif dan 1 orang (1,9%) memiliki sifat negatif.

3.1.2 Analisis Bivariat

Tabel 3. Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Pubertas Dengan Sikap Menghadapi Perubahan fisik pada Remaja Putri di SMAN 27 Bone

Pengetahuan	Sikap Menghadapi Perubahan Fisik Remaja						P-Value
	Positif		Negatif		Total		
	n	%	N	%	n	%	
Baik	18	34,6	0	0	18	34,6	0,034
Cukup	31	59,6	1	1,9	32	61,5	
Kurang	2	3,9	0	0	2	3,9	
Total	51	98,1	1	1,9	52	100	

Sumber : Data Primer, 2024

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel diatas menunjukkan bahwa dari 52 orang responden yg memiliki pengetahuan baik dan bersikap positif sebanyak 18 orang (34,6 %) dan 0% yang bersikap negatif, Sedangkan siswi yang memiliki pengetahuan cukup yang bersikap positif terhadap perubahan fisik berjumlah 31 orang (59,6%) dan hanya 1 orang (1,9%) yang bersikap negative. Responden yang memiliki pengetahuan kurang berikap positif terhadap perubahan fisiknya sebanyak 2 orang (3,9%). Hasil uji statistik menunjukkan nilai $p = 0,034 < 0,05$ sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan tingkat pengetahuan tentang peburtas dengan sikap menghadapi perubahan fisk pada remaja putri.

3.2 Pembahasan

Menurut [7], pengetahuan merupakan hasil tahu, hal ini terjadi setelah orang melakukan pengindraan terhadap suatu objek, individu mempunyai dorongan untuk mengerti dengan pengalamannya memperoleh pengetahuan. Sikap seseorang terhadap suatu objek menunjukkan pengetahuan orang tersebut terhadap obyek yang bersangkutan. Hal ini dapat diartikan bahwa sikap yang positif maupun sikap yang negatif terbentuk dari komponen pengetahuan. Semakin banyak pengetahuan yang didapat akan semakin positif sikap yang terbentuk. Semakin tahu tentang pubertas maka

sikap dalam menghadapi perubahan fisik juga semakin positif. Jadi ada pengaruh antara tingkat pengetahuan tentang pubertas dengan sikap menghadapi perubahan fisik pada remaja awal.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat dilihat pada tabel 3 menunjukkan bahwa dari 52 responden, yg memiliki pengetahuan baik dan bersikap positif sebanyak 18 orang (34,6 %) dan 0% yang bersikap negatif, Sedangkan siswi yang memiliki pengetahuan cukup yang bersikap positif terhadap perubahan fisik berjumlah 31 orang (59,6%) dan hanya 1 orang (1,9%) yang bersikap negative. Responden yang memiliki pengetahuan kurang berikap positif terhadap perubahan fisiknya sebanyak 2 orang (3,9%). Hasil uji statistik menunjukkan nilai $p = 0,034 < 0.05$ sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan tingkat pengetahuan tentang peburtas dengan sikap menghadapi perubahan fisk pada remaja putri.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan [8] pengetahuan siswa tentang pubertas yang menyatakan pengetahuan siswa tentang pubertas cukup disebabkan siswa sudah mendapatkan informasi yang cukup baik tentang pubertas, informasi yang didapatkan siswa tersebut melalui buku-buku, serta media cetak dan elektronik. Hal ini didukung oleh penelitian menurut [9] faktor yang mempengaruhi pengetahuan meliputi pendidikan, pekerjaan, umur, lingkungan, dan sosial budaya.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh [6] tentang sikap remaja putri dalam menghadapi perubahan fisik pada masa pubertas dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan pengetahuan dan sumber informasi dengan sikap remaja dalam menghadapi perubahan fisik saat pubertas, sehingga diperlukan edukasi kesehatan sejak dini tentang perubahan fisik saat pubertas pada remaja putri. Pengetahuan merupakan sumber informasi yang baik sangat penting dalam membentuk sikap remaja putri dalam menghadapi perubahan fisik saat pubertas. Dengan meningkatkan pengetahuan dan memberikan akses informasi yang tepat, kita dapat membantu remaja putri untuk menjalani masa pubertas mereka dengan lebih positif dan sehat.

Dengan berkembangnya ilmu pengetahuan dan teknologi maka informasi tentang pubertas bisa dengan mudah didapat. Pengalaman juga mempengaruhi pengetahuan seseorang, sesuatu yang pernah dialami seseorang akan menambah pengetahuan orang tersebut. Selain itu tingkat sosial ekonomi juga berpengaruh terhadap pengetahuan misalnya mereka yang tingkat ekonomi menengah ke atas maka akan dengan mudah memperoleh informasi disbanding dengan mereka yang tingkat ekonomi rendah.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Mustari, R et.al (2024) menunjukkan bahwa terdapat responden dengan pengetahuan yang baik sebanyak 55 orang dengan yang memiliki sikap positif sebanyak 4 orang (6,5%) dan yang memiliki sikap negative sebanyak 51 orang (82,3%). Sedangkan responden yang memiliki pengetahuan kurang sebanyak 7 orang dengan yang memiliki sikap positif tidak ada dan yang memiliki sikap negative sebanyak 7 orang (11,3%). Hasil uji analisis dengan melihat nilai Fisher's Exact Test diperoleh nilai p value 1,000 lebih besar dari nilai 0,05 yang artinya H_a ditolak dan H_0 diterima atau tidak terdapat hubungan tingkat pengetahuan dengan sikap remaja putri tentang perubahan fisik menghadapi pubertas di SMPN 1 Kota Palopo.

Sikap positif remaja dalam menghadapi perubahan fisik ditunjukkan dengan menjadi bangga atau toleran dengan tubuhnya sendiri, mempergunakan dan melindungi tubuh sendiri secara efektif disertai dengan rasa kepuasan personal, percaya diri. Sikap negatif remaja dalam menghadapi perubahan fisik ditunjukkan dengan tidak percaya diri, ragu-ragu dalam mengambil tindakan, takut dan cemas [10].

Ada beberapa faktor yang mempengaruhi sikap antara lain pengetahuan, semakain tinggi pengetahuan akan semakin baik sikap yang ditunjukkan orang tersebut, sebaliknya bila pengetahuan rendah maka terbentuk sikap yang negatif. Pengetahuan dapat terbentuknya sikap. Selain pengetahuan dan pengalaman pribadi, pengaruh orang lain yang dianggap penting, kebudayaan, lembaga pendidikan dan lembaga agama, media masadan faktor emosional juga merupakan faktor terbentuknya sikap baik sikap positif maupun negatif.

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 [10]

4. KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan tingkat pengetahuan remaja tentang pubertas dengan sikap menghadapi perubahan fisik pada remaja putri. Ada beberapa faktor yang mempengaruhi sikap antara lain pengetahuan, semakain tinggi pengetahuan akan semakin baik sikap yang ditunjukkan orang tersebut, sebaliknya bila pengetahuan rendah maka terbentuk sikap yang negatif. Pengetahuan dapat terbentuk dari pengalaman pribadi, maka pengalaman pribadi juga salah satu factor terbentuk sikap seseorang.

Pengetahuan yang harus dimiliki remaja awal tentang pubertas adalah pengetahuan tentang perubahan – perubahan biologis, psikologis dan psikososial sebagai akibat dari pertumbuhan dan perkembangan manusia. Perubahan fisik dapat berpengaruh pada sikap remaja. Sikap yang ditunjukkan remaja tergantung dari pengetahuan yang ia miliki. Remaja yang mendapat informasi yang benar tentang pubertas maka mereka akan mampu menerima setiap perubahan yang dialami dengan positif.

UCAPAN TERIMAKASIH



Terima kasih kepada seluruh tim peneliti yang telah membantu dalam pelaksanaan penelitian sampai terbitnya jurnal penelitian ini.

REFERENCES

- [1] H. Latifah, Kusminatun, and D. Ratnaningsih, "Tingkat Pengetahuan Tentang Pubertas Pada Remaja Putri Kelas Viii Di Smp MuhammadiyahIii Depok Sleman," *Jurnal Permata Indonesia*, vol. 7, no. 1, pp. 1–9, 2016, doi: 10.59737/jpi.v7i1.129.
- [2] B.K.K.B.N., *Grand Desain Program Pembinaan Ketahanan Remaja*. Jakarta: BKKBN, 2012.
- [3] R. I. Depkes, "Modul pelatihan pelayanan kesehatan peduli remaja (PKPR)." Jakarta. Depkes, 2007.
- [4] E. Yunalia, "Hubungan antara konsep diri dengan penerimaan perubahan fisik remaja putri pada masa pubertas," *Nursing Sciences Journal*, vol. 1, no. 1, pp. 30–36, 2019.
- [5] W. O. N. Mutia, "Tingkat Pengetahuan Terhadap Perubahan Fisik Pubertas Remaja Putri," *Jurnal Ilmu Kebidanan*, vol. 9, no. 1, pp. 18–23, 2022, doi: 10.48092/jik.v9i1.182.
- [6] P. A.A, A. S, and A. N, "Sikap Remaja Putri Dalam Menghadapi Perubahan Fisik Pada Masa Pubertas," *JVK JURNAL VOKASI KESEHATAN*, vol. 6, no. 1, pp. 42–45, 2020.
- [7] W. Bimo, *Psikologi Sosial*. Yogyakarta: Andi Offset, 2003.
- [8] S. Notoatmodjo, *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: PT Rineka Cipta, 2012.
- [9] S. Notoatmodjo, *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta: PT Rineka Cipta, 2012.
- [10] A. Mappiare, *Psikologi Remaja*. Surabaya: Usaha Nasional, 2003.