

Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Penyesuaian Diri Remaja Putri Menghadapi Masa Pubertas Di SMP Darul Hijrah Putri Banjarbaru Tahun 2013

Correlation Of The Level Of Knowledge With Self Adjusting Puberty In Girls Junior Banjarbaru Darul Hijrah Year 2013

Agus Rahmadi¹, Rika Vira Zwagery², Ariani³

¹ STIKES Husada Borneo, Jl. A. Yani Km 30,5 No.4 Banjarbaru, Kalimantan Selatan

² Dinas Kesehatan Kota Banjarbaru, Jl. Jenderal Sudirman No.3, Kalimantan Selatan

³ Alumni STIKES Husada Borneo, Jl. A. Yani Km 30,5 No.4 Banjarbaru, Kalimantan Selatan

Abstract

Adolescence is a transitional period between childhood toward adulthood where there growth spurt (growth spurt) physically and psychologically. Entering adolescence will be preceded by the occurrence of sexual maturity. Teens will be faced with circumstances that require adjustments to be able to accept the changes that happened to him. Negative responses about physical changes in adolescents can lead to various effects such as feeling embarrassed, did not want to hang out, feeling awkward with a new look. The purpose of this study was to determine the relationship of the level of knowledge with self adjusting puberty in girls junior Darul Hijrah Banjarbaru. Types with cross sectional analytic study. The samples in this study were 100 student girls in junior high school DarulHijrah. The results showed that the level of knowledge about puberty girls are in categories A total of 47%. Adjustment teenage girls at puberty is having a negative behavior as much as 61%. Analysis using chi-square test to get the value $p = 0.001 < \alpha 0.05$. There is a relationship with the knowledge level adjustment teenage girls facing puberty in junior Darul Hijrah Banjarbaru. suggestion to young women to further increase the knowledge about puberty so it can adapt to meet the physical changes that are being experienced.

Keywords: Knowledge, teen, self-adjustment, Puberty

Pendahuluan

Masa remaja merupakan masa transisi antara masa anak-anak dan dewasa, dimana terjadi pacu tumbuh (*growth spurt*). Timbul ciri-ciri sekunder, tercapai fertilitas dan terjadi perubahan-perubahan psikologik, kognitif serta sosial (1)

Memasuki masa remaja yang diawali dengan terjadinya kematangan seksual, maka remaja akan dihadapkan pada keadaan yang memerlukan penyesuaian untuk dapat menerima perubahan-perubahan yang terjadi. Kematangan seksual dan terjadinya perubahan tubuh berpengaruh pada jiwa remaja (1).

Menurut Muangman (1980) dalam Sarwono (2) Remaja adalah generasi penerus yang akan melanjutkan perjuangan dan cita-cita bangsa. Oleh karena itu hendaknya remaja memiliki kemampuan dan keahlian tertentu. Namun masa remaja masa yang rentan karena memiliki emosi yang masih labil. Dengan emosi yang masih labil itu. Seorang remaja akan sangat mudah terpengaruh dengan atau oleh suatu hal. Pengaruh-pengaruh tersebut dapat

menimbulkan akibat yang positif ataupun negatif diri remaja tersebut.

Menurut WHO (3), jumlah remaja di dunia ini saat ini mencapai ± 1,2 juta milyar dan satu dari lima orang di dunia ini adalah remaja. Menjadi remaja berarti mengalami proses berat yang membutuhkan banyak penyesuaian dan menimbulkan kecemasan. Lonjakan pertumbuhan badan dan organ reproduksi adalah masalah besar yang mereka hadapi terutama wanita (4).

Jumlah penduduk Indonesia tahun 2010 sebanyak 237,6 juta jiwa, 26,67% diantaranya adalah remaja. Besarnya penduduk remaja akan berpengaruh pada pembangunan dari aspek sosial, ekonomi maupun demografi baik saat ini maupun di masayang akan datang. Penduduk remaja (10-24 tahun) perlu mendapat perhatian serius karena remaja termasuk dalam usiasekolah dan usia kerja, mereka sangat berisiko terhadap masalah-masalah kesehatan reproduksi yaitu perilaku seksual pranikah, Napzah dan HIV/AIDS (5).

Pubertas pada wanita umumnya terjadi antara usia 9 sampai 12 tahun. Sedangkan pria pubertas terjadi pada usia

yang lebih tua. Ada juga yang mengatakan masa puber terjadi pada usia 10 sampai 13 tahun (6). Perubahan yang terlihat jelas pada anak perempuan saat memasuki pubertas pertama-tama adalah payudara, kemudian bagian panggul dan paha akan berisi, diikuti dengan melebarnya bagian tubuh disekitar panggul sebagai jalan kelahiran bayi. Setelah itu tumbuh rambut di bagian tubuh, seperti ketiak dan sekitar vagina, pertambahan tinggi dan berat badan, pertumbuhan tulang dan otot, kematangan organ seksual dan fungsi reproduksi sehingga mengalami menstruasi (2).

Seiring dengan perkembangannya, remaja mulai bereksplorasi dengan diri, nilai-nilai identitas peran, dan perilakunya. Sering kali remaja bingung dengan perubahan yang terjadi pada dirinya. Ketika memasuki masa puber, remaja mengalami perubahan fisik yang cepat dan mengalami berbagai masalah kesehatan (7).

Berdasarkan hasil riset sebanyak 70,92% remaja tahu bahwa seorang pria dikatakan matang secara seksual bila sudah mengalami mimpi basah, sedangkan 8,57% remaja tidak tahu sama sekali ciri-ciri kematangan seksual laki-laki. Pada perempuan 80,04% remaja tahu bahwa ciri kematangan seksual perempuan ditandai dengan terjadinya menstruasi. 5,4% remaja tidak tahu tentang ciri kematangan seksual perempuan (8).

Riset di atas menunjukkan sebagian kecil remaja tidak memiliki pengetahuan yang akurat tentang kesehatan reproduksi dan seksualitas. Selain itu mereka juga tidak memiliki akses terhadap pelayanan dan informasi kesehatan reproduksi. Informasi biasanya hanya diperoleh dari teman atau media, yang biasanya sering tidak akurat. Akibatnya remaja rentan terhadap pelecehan seksual, pergaulan bebas, kehamilan diluar nikah, aborsi tidak aman, IMS (Infeksi Saluran Kemih) dan lain-lain (9).

Kurangnya pemahaman tentang perilaku seksual pada masa remaja amat merugikan pada remaja itu sendiri termasuk keluarga, sebab pada masa ini remaja mengalami perkembangan yang penting yaitu, kognitif, emosi, sosial dan seksual. Kurangnya pemahaman ini disebabkan oleh berbagai faktor antara lain, adat istiadat,

budaya, agama dan kurangnya informasi dari sumber yang benar. Dilaporkan bahwa 80% laki-laki dan 70% perempuan melakukan hubungan seksual pada masa pubertas dan 20% diantara mereka memiliki 4 atau lebih pasangan. Ada sekitar 53% perempuan berumur antara 15-19 tahun melakukan hubungan seksual pada masa remaja, sedangkan laki-laki yang melakukan hubungan seksual 2 kali lipat lebih banyak dari perempuan (1).

Perkembangan yang terjadi pada remaja masa pubertas seharusnya remaja diharapkan mampu berusaha menerima keadaan fisiknya, berusaha menerima dan memahami peran seks usia remaja, berusaha membina hubungan baik dengan anggota kelompok yang berlainan jenis, dan mampu mencapai kemandirian emosional (10).

Dengan pengetahuan yang cukup tentang kesehatan reproduksi diharapkan remaja dapat mengambil keputusan yang lebih bijak tentang apa yang seharusnya boleh mereka lakukan dan apa yang seharusnya belum boleh mereka lakukan (11).

Dari hasil studi pendahuluan melalui wawancara sederhana dengan anak-anak remaja putri berusia 11-13 tahun di SMP 11 Banjarbaru berjumlah (10 orang) didapatkan informasi bahwa sebagian dari mereka (5 orang) belum mengetahui apa yang dimaksud dengan masa pubertas yang terjadi pada remaja.

Berdasarkan latar belakang tersebut diatas penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang "Hubungan tingkat pengetahuan dengan penyesuaian diri remaja putri menghadapi masa pubertas di SMP Darul Hijrah Banjarbaru Tahun 2013".

Metode Penelitian

Jenis penelitian ini adalah penelitian analitik dengan rancangan cross sectional.

Populasi pada penelitian ini adalah semua remaja putri yang menghadapi masa pubertas di SMP Darul Hijrah Banjarbaru tahun 2013 yaitu sebanyak 609 siswi. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini adalah *Random Sampling*, yaitu sebanyak 100 orang.

Variabel bebas pada penelitian ini yaitu tingkat pengetahuan remaja putri masa pubertas di SMP Darul Hijrah Banjarbaru

Tahun 2013 dan variabel terikat pada penelitian ini adalah penyesuaian diri remaja putri menghadapi masa pubertas remaja putri di SMP Darul Hijrah Banjarbaru Tahun 2013.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner.

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah data primer diperoleh menggunakan kuesioner untuk mengetahui tingkat pengetahuan dengan penyesuaian diri remaja putri menghadapi masa pubertas. Data sekunder untuk digunakan untuk mengetahui remaja putri yang menghadapi masa pubertas di SMP Darul Hijrah Banjarbaru Tahun 2013.

Teknik analisis data menggunakan chi square dengan $\alpha = 0,05$.

Hasil Penelitian

A. Tingkat Pengetahuan Tentang Masa Pubertas Remaja Putri SMP Darul Hijrah Banjarbaru

Tingkat pengetahuan tentang masa pubertas pada remaja putri SMP Darul Hijrah Banjarbaru dapat dilihat pada tabel 1 dibawah ini :

Tabel 1. Tingkat Pengetahuan Masa Pubertas Pada Remaja Putri

No.	Pengetahuan	F	%
1.	Baik	18	18
2.	Cukup	35	35
3.	Kurang	47	47
Total		100	100

Jadi dari tabel 1 menunjukkan sebagian besar pengetahuan remaja putri di SMP Darul Hijrah Banjarbaru adalah kurang (47%).

B. Penyesuaian Diri Remaja Putri SMP Darul Hijrah Banjarbaru Menghadapi Masa Pubertas

Penyesuaian diri remaja putri SMP Darul Hijrah Banjarbaru menghadapi masa pubertas dapat dilihat pada tabel 2 dibawah ini:

Tabel 2. Penyesuaian Diri Remaja Putri Menghadapi Masa Pubertas

No.	Penyesuaian Diri	F	%
1.	Positif	39	39
2.	Negatif	61	61
Total		100	100

Jadi dari tabel 2 menunjukkan sebagian besar penyesuaian diri masa pubertas pada remaja putri SMP Darul Hijrah Banjarbaru adalah negatif (61%).

C. Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Penyesuaian Diri Remaja Putri Menghadapi Masa Pubertas

Tabel 3. Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Penyesuaian Diri Remaja Putri Menghadapi Masa Pubertas

No.	Pengetahuan	Penyesuaian Diri Masa Pubertas					
		Positif		Negatif		Total	
		N	%	N	%	N	%
1.	Baik	11	61,1	7	38,9	18	100
2.	Cukup	19	54,3	16	45,7	35	100
3.	Kurang	9	19,1	38	80,9	47	100
Jumlah		39	39	61	61	100	100

P = 0,001

Hasil penelitian menunjukkan jika sebegaiian besar pengetahuan remaja putri SMP Darul Hijrah Banjarbaru adalah Kurang, dengan penyesuaian diri remaja putri menghadapi masa pubertas negatif. Semakin kurang pengetahuan tentang masa pubertas maka semakin negatif pula penyesuaian diri dengan masa pubertas.

Hasil uji statistik menggunakan *chi-square* didapatkan hasil jika terdapat hubungan anatar tingkat pengetahuan dengan penyesuaian diri remaja putri menghadapi masa pubertas pada remaja putri SMP Darul Hijrah Banjarbaru.

Pembahasan

1. Pengetahuan Tentang Masa Pubertas Pada Remaja Putri SMP Darul Hijrah Banjarbaru.

Tingkat pengetahuan remaja putri di SMP Darul Hijrah Banjarbaru sebagian besar memiliki tingkat pengetahuan kurang yaitu sebesar 47 responden (47%).

Tingkat pengetahuan remaja putri dipengaruhi oleh berbagai faktor yaitu pengalaman, informasi dan budaya. Pengalaman dapat diperoleh dari diri sendiri dan orang lain dimana merupakan sesuatu yang pernah dialami oleh seseorang akan menambah pengetahuan dan dapat menjadi sumber pengetahuan yang bersifat informal. Informasi dapat diperoleh melalui kenyataan (melihat dan mendengar sendiri), serta melalui surat kabar, radio, Tv dapat menambah pengetahuan agar lebih luas. Budaya yang ada dalam keluarga dan

masyarakat juga dapat mempengaruhi tingkat pengetahuan seseorang (12).

Kurangnya pengetahuan tentang pubertas di SMP Darul Hijrah Putri Banjarbaru disebabkan oleh beberapa penyebab seperti tidak adanya televisi di lingkungan sekolah, tidak adanya akses komunikasi (handphone) dan pendidikan yang didapat hanyalah pendidikan formal dari guru pengajar serta informasi dari teman-teman disekitar yang kebenarannya belum tentu akurat, serta keterbatasan mereka bertemu orang tua yang bisa saja pengetahuan didapat dari orang tua karena sehari-hari mereka tinggal disekolah (pondok).

2. Penyesuaian Diri Remaja Putri SMP Darul Hijrah Menghadapi Masa Pubertas

Penyesuaian diri adalah suatu proses yang mencakup respon mental dan tingkah laku, dimana individu berusaha untuk dapat berhasil mengatasi kebutuhan-kebutuhan dalam dirinya, ketegangan-ketegangan, konflik-konflik, dan frustrasi yang dialaminya, sehingga terwujud tingkat keselarasan atau harmoni antara tuntutan dari dalam diri dengan apa yang diharapkan oleh lingkungan dimana ia tinggal (13).

Dari hasil penelitian didapatkan jika sebagian besar remaja putri memiliki penyesuaian diri yang negatif pada saat masa pubertas sebanyak 61 responden (61%). Hal ini karena siswa kurang pengetahuan tentang pubertas serta tanda-tanda yang timbul saat masa pubertas dan pengetahuan yang akurat tentang kesehatan reproduksi dan seksualitas. Selain itu mereka juga tidak memiliki akses terhadap pelayanan dan informasi kesehatan reproduksi. Informasi biasanya hanya diperoleh dari teman atau media, yang biasanya sering tidak akurat.

Kurangnya pemahaman tentang perilaku seksual pada masa remaja amat merugikan pada remaja itu sendiri termasuk keluarga, sebab pada masa ini remaja mengalami perkembangan yang penting yaitu, kognitif, emosi, sosial dan seksual. Kurangnya pemahaman ini disebabkan oleh berbagai faktor antara lain, adat istiadat, budaya, agama dan kurangnya informasi dari sumber yang benar (1)

3. Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Penyesuaian Diri Remaja Putri Menghadapi Masa Pubertas di SMP Darul Hijrah Putri

Hasil penelitian menunjukkan jika sebagian besar responden yang memiliki tingkat pengetahuan kurang dan penyesuaian diri kurang 38 responden (80,9%), hal ini salah satunya dari faktor orang tua yang kurang memberikan pengetahuan atau informasi mengenai masa pubertas sejak anak-anak dan orang tua yang mebiarkan anaknya yang mencari tahu tentang tanda-tanda pubertas yang kadang diperoleh dari teman atau informasi yang tidak akurat.

Menurut Notoatmodjo (1), suatu individu yang mempunyai pengetahuan yang baik namun mempunyai perilaku yang negative karena individu itu sendiri mengambil sikap "anti" terhadap kehidupan atau kelihatannya kehilangan sifat-sifat baik yang sebelumnya sudah berkembang.

Tingkat pengetahuan remaja putri tentang masa pubertas berbeda-beda. Masa pubertas adalah masa pueral, yaitu masa peralihan dari kanak-kanak ke remaja dan pada masa ini, terjadi perubahan yang besar pada remaja, yaitu meningkatnya hormon seksualitas dan mulai berkembangnya organ-organ seksual serta organ-organ reproduksi remaja.

Siswa yang memiliki pengetahuan kurang sebanyak 47 responden (47%). Sebagaimana diungkapkan oleh Sukandarrumidi (14), bahwa tingkat pengetahuan manusia berbeda-beda. Penguasaan suatu bidang ilmu/IPTEK disamping diperoleh dari pendidikan baik formal maupun informal juga akan dipercaya dengan pengalaman.

Dari penelitian ini diketahuibahwa sebagian besar remaja putri SMP Darul Hijrah Putri Banjarbaru memiliki pengetahuan kurang dan penyesuaian diri yang negatif saat masa pubertas yang disebabkan pengalaman dan informasi yang terbatas dan belum tentu akurat kebenarannya.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian pada 100 responden tentang "Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Penyesuaian Diri Remaja Putri Menghadapi Masa Pubertas di

SMP darul Hijrah Banjarbaru Tahun 2013 dapat disimpulkan :

Tingkat pengetahuan remaja putri tentang pubertas di SMP Darul Hijrah Putri Banjarbaru tahun 2013 sebagian besar adalah kurang.

Penyesuaian diri remaja putri masa pubertas di SMP Daarul Hijrah Banjarbaru tahun 2013 sebagian besar adalah negatif.

Ada hubungan tingkat pengetahuan remaja putri dengan penyesuaian diri remaja putri masa pubertas di SMP darul Hijrah Putri Banjarbaru tahun 2013.

Daftar Pustaka

1. Soetjningsih. 2004. *Tumbuh Kembang Remaja dan Permasalahannya*. Jakarta: CV. Sagung Seto. 1
2. Sarwono, Sarlito Wirawan. 2006. *Psikologi Remaja*. Jakarta: Rajawali Pers. 2
3. World Health Organization 2008. *Worldwide prevalence of anemia 1993-2005 in WHO Global Database on Anemia*. Geneva: WHO. p.7-20
4. Rosidah, I.,. 2008. *Gambaran Pengetahuan Remaja Tentang Menstruasi Pertama Pada Siswi SMP Harapan Desa Paya Bakung Kecamatan Hamparan Perak Tahun 2006*. Akademi Kebidanan Helvetia Medan. Available from: <http://library.helvetia.ac.id/gdl.php?mod=browse&op=read&id=supthelppidarosidah-6> [Accessed 26 february 2013].
5. BKKBN. 2012. *Fenomena Remaja Antara Masalah dan Investasi*. Mata Banua, 05 April.
6. Depkes RI. 2000. *Rencana Aksi Pangan dan Gizi Nasional tahun 2001-2005*. Jakarta
7. Suryoprajogo, N. 2009. *Kupas Tuntas Kesehatan Remaja*. Yogyakarta: SIGNAL.
8. Perkumpulan Keluarga Berencana Indonesia dan Yayasan Bina Insan Mandiri. 2003. *Laporan Needs Assessment: Program Adolescence Reproductive Health (ARH)*. Kupang, Palembang, Singkawang, Cirebon, Tasikmalaya.
9. DepKes RI, 2004. *Sistem Kesehatan Nasional 2004*. Jakarta.
10. Hurlock. 2004. *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan Edisi Kelima*. Yogyakarta : Erlangga.
11. Dianawati ,Anjen. 2003. *Pendidikan dan Seks untuk Remaja*. Jakarta : Kawan Pustaka.
12. Notoatmodjo, Soekidjo. 2003. *Pendidikan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
13. Desmita, 2009. *Psikologi Perkembangan*. Bandung : Remaja Rosda Karya.
14. Sukandarrumidi. 2004. *Metode Penelitian Petunjuk Praktis untuk Penelitian Pemula*. Yogyakarta: Gadjah Mada Yogyakarta Press.