

Gambaran Tingkat Pengetahuan Remaja Putri tentang Perubahan Fisik Masa Pubertas Kelas VII

Overview of The Level of Knowledge of Young Women About The Physical Changes of Puberty Class VII

Wa Ode Nursiah^{1*}

¹Politeknik Baubau, Baubau, Indonesia

ARTICLE INFORMATION

Received : 20 April 2022
 Revised : 24 April 2022
 Accepted : 16 Mei 2022
 DOI: <https://doi.org/10.57151/jsika.v1i1.29>

KEYWORDS

Perubahan Fisik, Pubertas, Tingkat Pengetahuan, Remaja Putri

Physical Changes, Puberty, Knowledge Level, Young Women

CORRESPONDING AUTHOR

Nama : Wa Ode Nursiah
 Address: Jln. Perintis
 E-mail : waodenursiah@yahoo.com

ABSTRACT

Gambaran Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Perubahan Fisik Masa Pubertas Kelas VII. Masa remaja merupakan masatransisi dalam kehidupan dimana pada fase ini individu mengalami perubahan dari anak-anak menuju dewasa termasuk perubahan fisik. Perubahan fisik remaja merupakan ciri utama dari proses biologis yang terjadi secara cepat, yang tidak seimbang dengan perubahan kejiwaan (mental emosional). Tujuan penelitian ini untuk mengetahui gambaran tingkat pengetahuan remaja putri tentang perubahan fisik masa pubertas kelas VII di SMP Negeri 4 Kota Baubau Tahun 2021. Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian deskriptif survei. Populasi dalam penelitian ini adalah keseluruhan remaja putri kelas VII di SMP Negeri 4 Kota Baubau sebanyak 194 orang. Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 55 orang, penarikan sampel menggunakan rumus Lameshow. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 55 responden remaja putri kelas VII di SMP Negeri 4 Baubau didapatkan bahwa yang tingkat pengetahuan baik berjumlah 15 responden (27,2%), dan yang tingkat pengetahuan kurang berjumlah 40 responden (72,8%). Kesimpulan dalam penelitian ini adalah diharapkan bagi remaja lebih bertanggung jawab terhadap diri sendiri dan lingkungan sekitarnya dengan meningkatkan pengetahuan perubahan fisik masa pubertas

Description of the Knowledge Level of Young Women About Physical Changes during Puberty for Class VII. Adolescence is a period of transition in life where at this phase the individual experiences changes from children to adults, including physical changes. Adolescent physical changes are the main characteristic of biological processes that occur rapidly, which are not balanced with psychological changes (mental emotional). The purpose of this study was to describe the level of knowledge of young women about physical changes during puberty in grade VII at SMP Negeri 4 Baubau City in 2021. The type of research used was a descriptive survey research. The population in this study were 194 grade VII adolescent girls at SMP Negeri 4 Baubau City. The number of samples in this study was 55 people, the sampling used the Lameshow formula. The results showed that of the 55 respondents of seventh grade teenage girls at SMP Negeri 4 Baubau, it was found that the level of good knowledge was 15 respondents (27.2%), and the high level of knowledge was 15 respondents (27.2%). lack of knowledge amounted to 40 respondents (72.8%). The conclusion in this study is that it is hoped that adolescents will be more responsible for themselves and their surroundings by increasing their knowledge of physical changes during puberty.

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan masa kehidupan dimana terjadi perkembangan psikologis untuk menemukan jati dirinya (Bella, 2015). Masa remaja merupakan masa transisi antara masa kanak-kanak dan masa dewasa. Banyak perbuatan atau tingkah laku

remaja yang sulit dimengerti. Masa remaja biasa juga dikenal sebagai masa yang penuh kesukaran (Sarwono, 2015). Masa remaja merupakan periode perkembangan fisik, psikologis, maupun intelektual. Kurangnya pengetahuan tentang kesehatan reproduksi memasa remaja putri untuk melakukan

eksplorasi sendiri atau mencari tahu sendiri yang memungkinkan remaja putri tersebut berperilaku menyimpang salah satunya adalah hamil di usia remaja yang memiliki dampak dan resiko untuk dirinya. Sikap remaja putri tentang kejadian kehamilan remaja, ia akan cenderung menganggap dirinya tidak berharga, merenung, atau bahkan mencoba bunuh diri. Remaja merupakan masa terjadinya proses awal kematangan organ reproduksi manusia yang disebut sebagai masa pubertas remaja merupakan perubahan dari masa kanak-kanak menuju dewasa remaja mempunyai sifat yang unik salah satunya adalah keinginan tauhan yang tinggi dan selalu meniru apa yang dilihat kepada keadaan serta lingkungan di sekitarnya (Linda, 2015).

Perubahan fisik pada masa remaja terjadi ketika seseorang mengalami perubahan struktur tubuh dari kanak-kanak menuju dewasa (pubertas). Pada masa ini terjadi perubahan fisik yang cepat disertai banyak perubahan organ-organ reproduksi (organ seksual) untuk mencapai kematangan yang ditunjukkan dengan kemampuan melaksanakan fungsi reproduksi (Miftahul, 2016). Masa pubertas tiap anak terjadi dalam usia yang berbeda ada tiga yang mempengaruhinya, yakni lingkungan, psikis dan fisik pubertas dimulai sekitar usia 12 tahun. Perubahan fisik masa pubertas remaja adalah menstruasi, payudara membesar, suara menjadi merdu, tumbuh bulu-bulu disekitar ketiak dan kemaluan, produksi lemak semakin banyak berjerawat, lengan dan tungkai kaki menjadi besar, kulit menjadi lebih kasar (Presetyono, 2013). Charlotte Bunher, menyatakan pubertas terjadi dalam jangka waktu pendek. Sedangkan dikatakan negative remaja disini dianggap menentang lingkungan Kematangan seksual dan perubahan bentuk tubuh berpengaruh pada kehidupan kejiwaan remaja sementara itu perhatian remaja sangat besar terhadap penampilan dirinya sehingga mereka sering merisaukan bentuk tubuhnya yang kurang proporsional (Puger, 2015).

Menurut WHO remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-19 tahun. Di dunia diperkirakan jumlah kelompok remaja berjumlah 1,2 milyar atau 18% dari jumlah penduduk dunia (Erdita L, 2013). Menurut WHO dalam remaja adalah periode usia antara 10 sampai 19 tahun. Sedangkan menurut *The Health Resource and service Administration Guidelines* Amerika Serikat, rentang usia remaja adalah 11-12 tahun (Rochmania, 2015). Masa remaja merupakan masa transisi dalam kehidupan dimana pada

fase ini individu mengalami perubahan dari anak-anak menuju dewasa (BKKBN, 2013). Pengetahuan remaja tentang kesehatan reproduksi remaja masih sangat rendah. Menurut survey perkumpulan keluarga berencana Indonesia (PKBI) jawab tengah tahun 2010 di Semarang tentang pengetahuan kesehatan reproduksi menunjukkan 43,22% pengetahuan cukup, sedangkan 19,50% pengetahuannya baik. Hasil survei demografi dan kesehatan Indonesia remaja (SDKI-R) menyambut 13,3% remaja putri tidak tahu sama sekali mengenai perubahan fisiknya saat puber. Bahkan separuh (47,9%) remaja putri tidak mengetahui waktu puber. Dari hasil survey Demografi dan kesehatan Indonesia remaja (SDKI – RI) pada tahun 2012 menyebutkan sebanyak 13,3% remaja putri tidak tau sama sekali mengenai perubahan fisiknya saat puber bahkan 47,7% remaja putri tidak mengetahui waktu puber.

Hasil penelitian Rahmadi (2014) yang berjudul “gambaran tingkat pengetahuan remaja putri tentang perubahan fisik masa pubertas Di Darul Hidarah Putri Banjar Baru” dengan hasil bahwa pengetahuan remaja kurang yaitu sebanyak (47%) dan Penyesuaian diri remaja negative sebanyak (61%) maka ada hubungan antara tingkat pengetahuan dengan penyesuaian diri remaja putri pada masa pubertas (Supriyanto, 2016)). Pada studi pendahuluan yang dilakukan oleh penelitian diperoleh data dari 194 siswi SMP Negeri 4 Baubau tahun 2019 telah dilakukan hasil Tanya jawab siswa yang mengalami perubahan fisik masa pubertas dimana yang mengalami perubahan fisik tersebut belum mengerti dengan penjelasan yang diberikan tentang perubahan fisik masa pubertas.

Oleh karena itu pengetahuan tentang perubahan yang terjadi secara fisik, kejiwaan, kematangan seksual, informasi dari petugas kesehatan tentang perubahan fisik masa pubertas serta tentang alat reproduksi perlu diperoleh setiap remaja wanita, penyuluhan disekolah dan mencari informasi lewat media elektronik agar remaja putri mudah untuk memahami serta mengatasi berbagai keadaan yang membingungkannya saat perubahan fisik masa pubertas (Supriyanto, 2016).

Masa remaja merupakan periode perkembangan fisik, psikologis, maupun intelektual. Kurangnya pengetahuan tentang kesehatan reproduksi memaksa remaja putri untuk melakukan eksplorasi sendiri atau mencari tahu sendiri yang memungkinkan remaja putri tersebut berperilaku menyimpang salah satunya adalah hamil di usia remaja

yang memiliki dampak dan resiko untuk dirinya (Ardiyanti Y, 2015). Sikap remaja putri tentang kejadian kehamilan remaja, ia akan cenderung menganggap dirinya tidak berharga, merenung, atau bahkan mencoba bunuh diri. Berdasarkan latar belakang belum ada penelitian tentang remaja putri pada masa pubertas di SMPN 4 Baubau maka peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul “Gambaran Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Perubahan Fisik Masa Pubertas Kelas VII Di SMP Negeri 4 kota Baubau tahun 2021”

Rumusan masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang diatas maka peneliti ingin mengetahui sejauh mana gambaran tingkat pengetahuan remaja putri tentang perubahan fisik masa pubertas.

Tujuan penelitian

Tujuan Umum

Untuk mengetahui gambaran pengetahuan remaja putri tentang perubahan fisik masa pubertas di SMP Negeri 4 kota Baubau Kelas VII

Tujuan Khusus

Untuk mengetahui tingkat pengetahuan remaja putri tentang perubahan fisik masa pubertas pada siswi kelas VII di SMP Negeri 4 kota Baubau pada tahun 2019.

Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian merupakan hasil yang diharapkan dari penelitian yang dilakukan. Adapun manfaat penelitian adalah sebagai berikut

Bagi Peneliti

Menambah wawasan dan pengalaman nyata dalam melakukan penelitian gambaran tingkat pengetahuan remaja putri tentang perubahan fisik masa pubertas.

Bagi Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat berguna sebagai sumber informasi dalam menambah wawasan dan pengetahuan yang berkaitan dengan gambaran tingkat pengetahuan remaja putri tentang perubahan fisik masa pubertas di SMP Negeri 4 kota Baubau di kelas VII.

METODE

Jenis penelitian

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian Deskriptif survey dan Metode Survey. Dimana survey deskriptif ini dilakukan dengan wawancara singkat atau diskusi dengan individu atau kelompok yang diteliti tentang topik tertentu yaitu penelitian yang dilakukan untuk melihat gambaran tingkat pengetahuan remaja putri tentang perubahan fisik masa pubertas kelas

VII Di SMP Negeri 4 Baubau 2021, Sulawesi Tenggara.

Pengumpulan Data

Data primer adalah data yang didapat langsung dari responden dan dapat diperoleh dari kuesioner sebagai sumber data. Data sekunder diperoleh dari ruangan tata usaha Di SMP Negeri 4 Baubau tahun 2021. Sumber Data berasal dari laporan siswa SMP Negeri 4 Baubau tahun 2021 Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

Kuesioner, merupakan metode pengumpulan data dengan memberi sejumlah pernyataan kepada responden untuk dijawab. Adapun penyusunan kuensioner pada penelitian menggunakan tipe skala gutman dan item kuensioner disusun secara positif dan negative, artinya penelitian bertujuan untuk mengukur persepsi atau pendapat dari responden tentang masalah yang diteliti yaitu. Gambaran Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Perubahan Fisik Masa Pubertas Kelas VII Di SMP Negeri 4 Baubau tahun 2021.

Observasi adalah Teknik pengumpulan data apabila penelitian ingin melakukan studi pendahuluan untuk menemukan permasalahan yang harus diteliti dan juga apabila peneliti ingin mengetahui hal-hal dari respondenya sedikit atau kecil.

Populasi dan Sampel

Populasi adalah keseluruhan objek penelitian atau objek yang diteliti dalam suatu penelitian. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas VII jumlah 194 orang. Adapun jumlah sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah 55 orang.

Metode Analisis Pengolahan data

Analisis yang digunakan adalah analisis univariat merupakan proses menganalisis tiap-tiap variabel yang ada secara Deskriptif dengan menghitung distribusi frekuensi dan presentase dari setiap variabel.

$$P = \frac{F}{N} \times 100\%$$

Keterangan

P : presentase jawaban responden

F : Frekuensi responden

N : Jumlah faktor responden

HASIL & PEMBAHASAN

Tingkat pengetahuan

Penelitian yang dilakukan Di Sekolah SMP Negeri 4 Baubau berdasarkan tabel di atas 4.1 bawah distribusi frekuensi dapat dikategorikan Gambaran tingkat pengetahuan remaja putri tentang perubahan fisik masa

pubertas di kelas VII yaitu tingkat pengetahuannya yang baik sebanyak 15 responden (27,2%) sedangkan yang kurang pengetahuannya sebanyak 40 responden (72,8%). Jadi tingkat pengetahuan siswi kelas VII tentang perubahan fisik masa pubertas masih kurang. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Supriyanto 2016 yang berjudul “gambaran tingkat pengetahuan remaja putri tentang perubahan fisik masa pubertas Di Darul Hijarah Putri Banjar Baru” dengan hasil bahwa pengetahuan remaja kurang yaitu sebanyak (47%) dan Penyesuaian diri remaja negative sebanyak (61%) maka ada hubungan antara tingkat pengetahuan dengan penyusaian diri remaja putri pada masa pubertas Pengetahuan merupakan hasil dari tahu dan ini terjadi setelah seseorang melakukan penginderaan terhadap suatu obyek tertentu penginderaan ini terjadi melalui panca indera penglihatan, pendengaran, penciuman rasa dan raba sebagai besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga. Pengetahuan merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya perilaku seseorang (Sarwono et al, 2015). Tingkat pengetahuan remaja putri di pengaruhi oleh berbagai factor yang 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 dan dapat menjadi sumber pengetahuan yang bersifat informal. Informasi dapat diperoleh melalui kenyataan (melihat dan mendengarkan sendiri), serta melalui surat kabar, radio, tv dapat menambah pengetahuan agar lebih luas. Budaya yang ada dalam keluarga dan masyarakat juga dapat mempengaruhi mempengaruhi tingkat pengetahuan seseorang (Zahazi, 2013)

Hasil penelitian Bella.k., (2015) mengenai hubungan pengetahuan remaja putri tentang perubahan fisik pada masa pubertas dengan tingkat stres mengatakan ada hubungan antara pengetahuan remaja putri tentang perubahan fisik pada masa pubertas dengan tingkat stres pada siswa kelas VIII MTS Muhammadiyah 1 Malang.

Perubahan fisik masa pubertas

Berdasarkan tabel 4.2 di atas diketahui bahwa distribusi frekuensi dapat dikategorikan yang mengalami perubahan fisik masa pubertas sebanyak 44 responden (80%). Sedangkan yang belum mengalami perubahan fisik masa pubertas sebanyak 11 responden (20%). Jadi di kelas VII sudah

banyak yang mengalami perubahan fisik masa pubertas. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Asriani tahun 2012 dengan penelitian “Gambaran Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri Tentang Perubahan Fisik Masa Pubertas Di SMP Negeri 1 Ranteangin Kabupaten Kolaka Utara Sulawesi Tenggara” didapatkan hasil bahwa sikap remaja putri tentang perubahan fisik masa pubertas yang mendukung sebanyak 63,4% dan yang tidak mendukung sebanyak 36,6%. Perubahan fisik pada pubertas anak perempuan dibagi menjadi 5 tahap menurut system yang dikembangkan oleh Marshall dan Tanner, yang memeriksa sekelompok anak perempuan Inggris saat mengalami pematangan seksual. Mereka kemudian mengelompokkan perubahan relative dan absolut dari ciri-ciri seksual anak-anak tersebut . walaupun mereka tidak menepatkan penemuan mereka ini untuk dapat digunakan secara niversal, namun system tersebut telah digunakan secara luas dalam menggambarkan waktu dan progresivitas perubahan pada pubertas yang normal. Gambaran yang ditemukan oleh mereka ini bersifat spesifik terhadap factor demografis dari populasi penelitian mereka dan terhadap tahun dilakukannya penelitian tersebut pola dari gambaran perubahan pada pubertas ini adalah tetap, namun ciri-ciri dan aktu dari perubahan-perubahan ini dipebgaruhi oleh ras, nutrisin dan factor genetic serta factor lingkungan lainnya. Estrogen ovarium juga menghasilkan perubahan pada anak perempuan yang mengalami pubertas sebagai berikut:

Rambut pubis, Keratiniasi (konflikasi) mukosa vagina, Pembesaran labia minor dan mayor, Pembesaran uterus, Peningkatan timbunan lemak di pundul dan paha

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 yang sangat cepat dan sudah memiliki kemampuan untuk memproduksi. Banyak remaja putri yang tidak menyadari bahwa telah memproduksi sel telur, yang remaja khawatirkan takut akan menghadapi pubertas. Perubahan fisik remaja merupakan ciri utama dari proses biologis yang terjadi pada masa pubertas. Perubahan fisik pada masa remaja terjadi ketika seseorang mengalami perubahan struktur tubuh dari kanak-kanak menuju dewasa (pubertas). Pada masa ini terjadi

perubahan fisik yang cepat disertai banyak perubahan organ-organ reproduksi (organ seksual) untuk mencampai kematangan yang ditunjukkan dengan kemampuan melaksanakan fungsi reproduksi (Miftahul, 2016). Masa pubertas tiap anak terjadi dalam usia yang berbeda ada tiga yang mempengaruhinya, yakni lingkungan, psikis dan fisik pubertas dimulai sekitar usia 12 tahun. Perubahan fisik masa pubertas remaja adalah menstruasi, payudara membesar, suara menjadi merdu, tumbuh bulu-bulu disekitar ketiak dan kemaluan, produksi lemak semakin banyak berjerawat, lengan dan tungkai kaki menjadi besar, kulit menjadi lebih kasar (Presetyono, 2013). Pada masa ini terjadi perubahan fisik secara cepat, yaitu tidak seimbang dengan perubahan kejiwaan (mental emosional). Perubahan fisik yang terjadi termasuk pertumbuhan organ-organ reproduksi untuk mencapai kematangan reproduksi. Perubahan yang cukup besar 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. Hasil dari penelitian (Liberty. E., 2013) dengan judul tingkat pengetahuan remaja putri tentang perubahan fisik masa pubertas di SMP Negeri 1 sambil Kabupaten boyolali tahun 2013 dengan hasil 5 responden (15,2%) dengan kategori baik, 20 responden (60,6%) kategori cukup, 8 responden (24,2%) kategori kurang. Dalam penilitian yang telah dilakukan oleh peneliti tingkat pengetahuan tentang pubertas 21 responden (40,4%) dikategorikan baik, 14 responden (26,9%) dikategorikan cukup, 17 responden (32,7%) dikategorikan kurang.

PENUTUP

Berdasarkan tujuan penelitian dan pembahasan mengenai gambaran tingkat pengetahuan remaja putri kelas VII tentang perubahan fisik masa pubertas di SMP Negeri 4 Baubau tahun 2019 dengan jumlah sampel 55 responden dan disini yang mengali tingkat pengetahuan yang masih kurang tentang pengetahuan perubahan fisik masa pubertas sebanyak 40 responden (72,8%). Adapun keterbatasan dalam penelitian ini yaitu kurangnya rasa bertanggung jawab remaja terhadap diri sendiri dan lingkungan sekitarnya dengan meningkatkan pengetahuan perubahan fisik masa pubertas.

DAFTAR PUSTAKA

- T Bella.k.,(2015). Sikap Remaja Putri Dalam Menghadapi Perubahan Fisik Masa Pubertas. . *Jurnal Maternity and Neonatal*
- BKKBN (2013). Kajian profil penduduk remaja (10-24 tahun Jakarta <http://www.depkeria.go.id/diakses> pada tanggal 20 mei 2015
- Dra. Puger., H.,M.T (2015), Pertumbuhan Dan Perkembangan Peserta Didik, *Jurnal Ilmiah Kebidanan (Scientific Journal of Midwifery)*.
- Liberty Erdita. (2013). Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Perubahan Fisik Pubertas di SMP N 1 Sambil Kabupaten Boyolali Tahun 2013. Surakarta: Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Kusuma Husada
- Linda J. H.,(2015), Sistem Reproduksi (E-books], Hal : 34-35, Books. Google. Com, Diakses 20 januari 2019).
- Miftahul J., (2016). Remaja Dan Tuga-Tugas Perkembangannya Dalam Islam *Jurnal Ilmiah Kesehatan Pencerah*
- Presetyono, (2013), Hubungan Pengetahuan Dengan Sikap Remaja Tentang Perilaku Seksual Pernikahan, *Jurnal Ilmiah Kesehatan Pencerah*.
- Rochmania Bella Kartini. (2015). Sikap Remaja Putri Dalam Menghadapi Perubahan Fisik Masa Pubertas. Departemen Promosi Kesehatan dan Ilmu Prilaku Fakultas Kesehatan Masyarakat: *Jurnal Promkes*, Vol. 3, No. 2 Desember 2015: 2016-217
- Supriyanto (2016). Pengaruh penyuluhan Kesehatan terhadap Remaja Putri. *Jurnal keperawatan*
- Sarwono, (2015) Kelakatan Aman, Religiustasi Dan Kematangan Emosi Pada Remaja, *Jurnal Maternity and Neonatal*.
- SMP Negeri 4 Kota Baubau, (2019) Data kesiswaan, Gambaran ringkat pengetahuan remaja putri tentang perubahan fisik masas pubertas. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Pencerah*.

Sarwono, w, Sarlito (2015). Psikologis remaja, Grafindo Persada, Jakarta.

Suparyanto, (2016) Tingkat Pengetahuan Tentang Pebubertas Pada Remaja Putri [Online], Vol 7, No 1. *Jurnal Maternity and Neonatal*

Yulrina ardiyanti., (2015), bahan ajar aids pada asuhan kebidanan, [online] Hal : 162-163, books. Google. Com. Diakses 18 januari 2019).

Zahazi., (2013). Kebahagiaan Dan Permasalahan Di Usia Remaja. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Pencerah*.