

## HUBUNGAN ANTARA TINGKAT PENGETAHUAN DAN SIKAP REMAJA AWAL TERHADAP PERUBAHAN FISIK MASA PUBERTAS PADA MURID KELAS VIII DI SMP N 1 PLUMBON KABUPATEN CIREBON

Ade Rahayu Prihartini<sup>1</sup>, Maesaroh Maesaroh<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Politeknik Kesehatan Bhakti Pertiwi Husada  
Jl.Graha Citra Sudarsono No.1 Kesambi, Kota Cirebon

e-mail : nenkdiva@gmail.com<sup>1</sup>, maesarohnayla77@gmail.com<sup>2</sup>

### ABSTRAK

Pendahuluan: Pengetahuan remaja terhadap reproduksi manusia masih rendah. Pengetahuan remaja terhadap ciri-ciri akil baligh laki-laki masih terpaku pada perubahan fisik. Metodologi: Pendekatan yang digunakan adalah *Cross Sectional* yaitu suatu penelitian untuk mempelajari dinamika korelasi antar faktor-faktor resiko dengan efek, dengan cara pendekatan, observasi atau pengumpulan data sekaligus pada suatu saat. Dalam penelitian ini penulis mengambil sampel dengan menggunakan rumus Slovin, berdasarkan perhitungan sampel maka jumlah sampel ditentukan sebanyak 78 responden. Hasil: Tingkat pengetahuan remaja awal memiliki hubungan yang signifikan terhadap perubahan fisik masa pubertas, ini didapat dari hasil analisis yang menunjukkan bahwa  $t_{hitung} 5,637 > t_{tabel} 3,841$  dan nilai  $p 0,037 < \alpha 0,05$  maka dapat disimpulkan bahwa semakin banyak perubahan fisik yang terjadi pada masa pubertas maka semakin baik tingkat pengetahuan remaja awal. Sikap remaja awal memiliki hubungan yang signifikan terhadap perubahan fisik masa pubertas, ini dapat dibuktikan dengan hasil analisis yang menunjukkan bahwa  $t_{hitung} 5,968 > t_{tabel} 3,841$  dan nilai  $p 0,026 < \alpha 0,05$ , maka dapat disimpulkan bahwa semakin banyak perubahan fisik yang terjadi pada masa pubertas semakin baik pula sikap remaja awal. Tingkat pengetahuan dengan sikap remaja awal memiliki hubungan yang signifikan terhadap perubahan fisik masa pubertas. Hal ini dapat dibuktikan dengan hasil analisis yang menunjukkan bahwa nilai  $F_{hitung} 4,503 > F_{tabel} 3,119$ . Kesimpulan: Sehingga diharapkan remaja dapat meningkatkan pengetahuan terutama tentang kesehatan reproduksi baik dari sekolah, maupun lingkungan sosial dengan cara menggali informasi dari berbagai sumber seperti orang tua, guru, maupun petugas kesehatan.

**Kata Kunci** : pengetahuan, sikap, perubahan fisik remaja

### ABSTRACT

Introduction: Adolescent's knowledge of human reproduction is still low. Adolescent knowledge of the characteristics of male adulthood is still fixated on physical changes. Methodology: The approach used is cross sectional, which is a study to study the dynamics of the correlation between risk factors and effects, by approaching, observing or collecting data at once. In this study, the authors took samples using the Slovin formula, based on the sample calculation, the sample size was determined as many as 78 respondents. Results: The level of knowledge of early adolescents has a significant relationship with physical changes during puberty, this is obtained from the results of the analysis which shows that  $t_{count} 5,637 > t_{table} 3,841$  and  $p \text{ value } 0.037 < \alpha 0.05$ , it can be concluded that the more physical changes that occur during puberty, the better the level of knowledge of early adolescents. The attitude of early adolescents has a significant relationship with physical changes during puberty, this can be proven by the results of the analysis which show that  $t_{count} 5,968 > t_{table} 3,841$  and  $p \text{ value } 0.026 < \alpha 0.05$ , it can be concluded that the more physical changes that occur at puberty the better the early adolescent attitude. The level of knowledge with early adolescent attitudes has a significant relationship with physical changes at puberty. This can be proven by the results of the analysis which show that the value of  $F_{count} 4.503 > F_{table} 3.119$ . Conclusion: So it is expected that adolescents can increase knowledge, especially about reproductive health, both from school and the social environment by gathering information from various sources such as parents, teachers, and health workers.

**Keywords**: knowledge, attitudes, adolescent physical change

## PENDAHULUAN

Menurut definisi Organisasi Dunia (WHO), remaja (*adolescence*) adalah mereka yang berusia 10-19 tahun. Sementara PBB menyebut anak muda (*youth*) untuk usia 15-24 tahun. Ini kemudian disatukan dalam terminologi kaum muda (*young people*) yang mencakup usia 10-24 tahun. Masa-masa remaja sering berhubungan dengan pertumbuhan, perubahan, dan Kesehatan munculnya berbagai kesempatan terhadap risiko kesehatan reproduksi (Emilia & Wahyuni, 2009) (Prihartini & Rosidah, 2020).

Pada masa remaja terjadi perubahan fisik secara cepat yang tidak seimbang dengan perubahan kejiwaan. Hal ini sangat membingungkan remaja terutama pada remaja awal karena terdapat perubahan-perubahan yang terjadi pada dirinya baik perubahan fisik maupun perubahan psikologis, oleh karena itu remaja sangat memerlukan bimbingan dan dukungan dari lingkungan di sekitarnya terutama lingkungan di keluarga. Dalam lingkungan tertentu, masa remaja bagi anak laki-laki merupakan saat diperolehnya kebebasan. Sementara untuk remaja perempuan saat dimulainya segala bentuk keterbatasan, terutama apabila terdapat campur tangan keluarga dalam menentukan sikap.

Berbagai survey dan penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa penduduk remaja memiliki jumlah yang sangat banyak dan sebagian besar remaja masih memiliki tingkat pengetahuan yang rendah mengenai kesehatan reproduksi.

Data *World Population Data Sheet* tahun 2012 menunjukkan bahwa persentase penduduk usia kurang dari 15 tahun di dunia adalah mencapai 26% (1,82 milyar) dari total jumlah penduduk dunia secara keseluruhan yang mencapai 7 milyar. Di negara maju jumlah penduduk usia kurang dari 15 tahun mencapai 16 %, di negara sedang berkembang mencapai 61 % dan di

negara terbelakang mencapai 41 % (Population Reference Bureau, 2012). (Sonyaruri & Darwin, 2013)

Di Indonesia, menurut data BPS 2006 satu dari lima orang tergolong dalam kelompok umur 15-24 tahun. Dalam jumlah absolut, mereka meningkat dari 35 juta pada tahun 1980 menjadi lebih dari 42,4 juta pada tahun 2007 (Sonyaruri & Darwin, 2013)

Pada tahun 2007, 21,4 juta penduduk berumur 15-19, dan 21,1 juta berumur 20-24 (BPS, BKKBN, Depkes, dan Macro International, 2008). Data BPS tahun 2010 jumlah remaja umur 10-24 tahun sangat besar yaitu sekitar 64 juta atau 27,6 % dari jumlah penduduk Indonesia sebanyak 237,6 juta jiwa (Sonyaruri & Darwin, 2013).

Proporsi wanita dan pria belum kawin yang mengetahui bahwa pertumbuhan buah dada merupakan salah satu tanda perubahan fisik wanita pada masa pubertas meningkat dari 72% pada SDKI 2012 menjadi 78% pada SDKI 2017 untuk wanita dan pada SDKI 2012 menjadi 60% pada SDKI 2017 untuk pria. hal ini seiring dengan turunnya presentase wanita dari 5% pada SDKI 2012 menjadi 2% pada SDKI 2017, untuk pria dari 20% pada SDKI 2012 menjadi 17% pada SDKI 2017. 28% wanita mendapat haid pertama pada umur 13 tahun dan 27% pria mengalami mimpi basah untuk pertama kalinya pada umur 14 tahun (BKKBN et al., 2017).

Dalam laporan SDKI BKKBN tahun 2015 Presentasi remaja yang mengetahui mimpi basah sebagai ciri-ciri akil balligh rendah, yaitu untuk remaja perempuan sebesar 13,8 % dan 26,8 % untuk laki-laki. Ciri akil baligh pada perempuan yang menonjol adalah menstruasi. Presentase remaja yang menyebutkan menstruasi sebagai ciri akil baligh perempuan yaitu 69,9 % untuk remaja perempuan dan untuk remaja laki-laki sebesar 36,5 %. Selain itu, pengetahuan remaja terhadap masa subur masih sangat rendah, yaitu remaja laki-laki

sekitar 10 % yang menjawab secara tepat, sedangkan remaja perempuan sekitar 15 %. (Aini, 2011).

Transformasi intelektual yang khas dari cara berpikir remaja ini memungkinkannya untuk mencapai integrasi dalam hubungan sosial orang dewasa, yang kenyataannya merupakan ciri khas yang umum dari periode perkembangan ini (Hurlock, 2003) (Maesaroh & Rachman, 2020)

Pada usia remaja memungkinkan untuk mengakses berbagai macam akses berbagai macam informasi termasuk yang menyajikan adegan seksual secara implisit. Media yang ada, baik elektronik maupun media cetak contohnya, kerap kali menyuguhkan sajian-sajian yang terlalu dini ataupun tidak layak dikonsumsi bagi anak-anak dan remaja. Seringkali kita liuhat pemberitaan-pemberitaan tentang meningkatnya angka seks bebas di kalangan remaja, salah satunya disebabkan oleh mudahnya akses para remaja ini ke hal-hal berbau pornografi (Maesaroh & Rachman, 2020)

Hasil SDKI-R tahun 2012 menunjukkan bahwa belum semua remaja memiliki pengetahuan tentang perubahan fisik yang dialami. Perubahan fisik pada remaja laki-laki yang paling sering disebutkan oleh responden wanita adalah perubahan suara (69%), sedangkan perubahan fisik pada remaja laki-laki yang paling sering disebutkan oleh responden pria adalah pertumbuhan rambut di wajah, sekitar alat kelamin, ketiak, dada, kaki atau lengan (50%). Sementara itu, perubahan fisik remaja laki-laki yang paling jarang disebutkan adalah puting susu mengeras. Pada remaja perempuan, perubahan fisik yang paling sering disebutkan oleh responden wanita adalah mulai haid (83%), diikuti dengan pertumbuhan payudara (73%). Responden pria mempunyai pola sebaliknya, mereka lebih cenderung

menyebutkan pertumbuhan payudara (58%), diikuti dengan mulainya haid (43%). Terdapat satu hal yang menarik untuk dicatat, yakni bahwa hanya sedikit responden yang menyebutkan peningkatan gairah seks sebagai salah satu tanda perubahan fisik pada remaja perempuan (4% oleh wanita dan 3% oleh pria) maupun laki-laki (4% oleh wanita dan 6% oleh pria) (BKKBN, 2013) (Afriani & Hadidjah, n.d.).

Pengetahuan tentang perubahan fisik sangat penting diketahui remaja karena remaja awal merupakan tahap yang sangat sensitif, akibat perubahan dari masa anak ke masa remaja yang merupakan masa terjadinya perubahan-perubahan seperti perubahan fisik maupun psikologis. Oleh karena itu keluarga khususnya dan umumnya di sekitar tempat tinggal, lingkungan sekolah, termasuk petugas kesehatan sangat penting memberikan pengetahuan tentang kesehatan reproduksi remaja terutama pada perubahan fisiologis masa pubertas.

Apabila remaja awal tersebut tidak atau kurang dibekali pengetahuan kesehatan reproduksi maka tidak akan menutup kemungkinan terjadinya penyimpangan-penyimpangan sikap pada setiap remaja seperti rasa bingung, cemas, kurang percaya diri, serta menarik diri dari teman-teman sebaya yang belum mengalami perubahan fisik tersebut.

## BAHAN DAN METODE

Pendekatan yang digunakan adalah *Cross Sectional* yaitu suatu penelitian untuk mempelajari dinamika korelasi antar faktor-faktor resiko dengan efek, dengan cara pendekatan, observasi atau pengumpulan data sekaligus pada suatu saat (*point time approach*) artinya setiap subjek penelitian hanya di observasi sekali saja dan pengukuran dilakukan terhadap status karakter atau variabel subjek pada saat pemeriksaan (Notoatmodjo, 2012).

Populasi adalah keseluruhan objek penelitian atau objek yang diteliti (Notoatmodjo, 2012). Dalam penelitian ini yang menjadi populasi adalah seluruh murid kelas VIII SMP N 1 Plumbon sebanyak 361 orang. Dalam penelitian ini penulis mengambil sampel dengan menggunakan rumus Slovin, berdasarkan perhitungan sampel maka jumlah sampel ditentukan sebanyak 78 responden.

Agar sampel penelitian ini dapat mewakili dari seluruh populasi maka penulis menggunakan teknik *Cluster Sampling*. Pada teknik ini sampel bukan terdiri dari unit atau individu, tetapi terdiri dari kelompok atau gugusan (*cluster*). Pengambilan sampel gugus, peneliti tidak mendaftar semua anggota atau unit yang berada di dalam populasi, tetapi cukup mendaftar banyaknya kelompok atau gugus yang ada di dalam populasi itu. Kemudian mengambil beberapa sampel berdasarkan gugus-gugus tersebut (Notoatmodjo, 2012).

## HASIL

Dari hasil penelitian yang telah dilaksanakan, mengenai pengetahuan dan sikap remaja awal terhadap perubahan fisik masa pubertas pada murid kelas VIII di SMP N 1 Plumbon Kabupaten Cirebon dengan jumlah 78 responden. Pengetahuan dan sikap remaja awal terhadap perubahan fisik masa pubertas diuraikan dalam bentuk tabel dan narasi sebagai berikut:

### 1. Pengetahuan Remaja Awal Terhadap Perubahan Fisik Masa Pubertas pada Murid Kelas VIII

Untuk mengetahui hasil penelitian Pengetahuan Remaja Awal terhadap Perubahan Fisik Masa Pubertas pada Murid Kelas VIII disajikan dalam tabel sebagai berikut :

Tabel 1

Pengetahuan Remaja Awal terhadap Perubahan Fisik Masa Pubertas pada Murid Kelas VIII

Pengetahuan	F	%
Baik	61	78,21
Cukup	17	21,79
Kurang	0	0
Jumlah	78	100

Berdasarkan diagram di atas menggambarkan bahwa pengetahuan remaja awal terhadap perubahan fisik masa pubertas pada murid kelas VIII dengan kategori pengetahuan baik sebanyak 61 orang (78,21%), pengetahuan cukup sebanyak 17 orang (21,79%) dan pengetahuan kurang sebanyak 0 orang (0%).

### 2. Sikap Remaja Awal Terhadap Perubahan Fisik Masa Pubertas pada Murid Kelas VIII

Untuk mengetahui hasil penelitian Sikap Remaja Awal terhadap Perubahan Fisik Masa Pubertas pada Murid Kelas VIII disajikan dalam tabel sebagai berikut :

Tabel 2

Sikap Remaja Awal terhadap Perubahan Fisik Masa Pubertas pada Murid Kelas VIII

Sikap	F	%
Positif	54	69,23
Negatif	24	30,77
Jumlah	78	100

Berdasarkan diagram di atas menggambarkan bahwa sikap remaja awal terhadap perubahan fisik masa pubertas pada murid kelas VIII dengan kategori positif sebanyak 54 orang (69,23%) dan negatif sebanyak 24 orang (30,77%).

### 3. Perubahan Fisik Masa Pubertas pada Murid Kelas VIII

Untuk mengetahui hasil penelitian Perubahan Fisik Masa Pubertas pada Murid Kelas VIII disajikan dalam tabel sebagai berikut :

Tabel 3  
 Perubahan Fisik Masa Pubertas pada Murid Kelas VIII

Perubahan Fisik	F	%
Terdapat	71	91,03
Tidak Terdapat	7	8,97
Jumlah	78	100

Berdasarkan diagram di atas menggambarkan bahwa perubahan fisik

masa pubertas pada murid kelas VIII dengan kategori terdapat perubahan fisik sebanyak 71 orang (91,03%) dan tidak terdapat perubahan fisik sebanyak 7 orang (8,97%).

### 4. Hubungan antara Tingkat Pengetahuan Remaja Awal terhadap Perubahan Fisik Masa Pubertas pada Murid Kelas VIII

Untuk mengetahui hasil penelitian Hubungan antara Tingkat Pengetahuan Remaja Awal terhadap Perubahan Fisik Masa Pubertas pada Murid Kelas VIII disajikan dalam tabel uji crosstab sebagai berikut :

Tabel 4  
 Hasil Uji *Chi Square* Hubungan antara Tingkat Pengetahuan Terhadap Perubahan Fisik Masa Pubertas

Pengetahuan		Perubahan Fisik				Total	
		Ya		Tidak		F	%
		F	%	F	%		
Baik		58	95,08	3	4,92	61	100
	Cukup	13	76,5	4	23,5		
Jumlah		71	91,02	7	8,98	78	100
p value				0,037			

Berdasarkan hasil analisis uji *chi square* menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan memiliki hubungan yang signifikan terhadap perubahan fisik masa pubertas. Hal ini bisa dibuktikan dengan hasil analisis nilai  $X^2_{hitung} 5,637 > X^2_{tabel} 3,841$  atau nilai  $P 0,037 < \alpha 0,05$ .

Untuk mengetahui hasil penelitian Hubungan antara Sikap Remaja Awal terhadap Perubahan Fisik Masa Pubertas pada Murid Kelas VIII di SMP N 1 Plumbon Kabupaten Cirebon disajikan dalam tabel uji tabel uji crosstab sebagai berikut :

### 5. Hubungan antara Sikap Remaja Awal terhadap Perubahan Fisik Masa Pubertas pada Murid Kelas VIII

Tabel 5  
 Hasil Uji *Chi Square* Hubungan antara Sikap Terhadap  
 Perubahan Fisik Masa Pubertas

		Perubahan Fisik				Total	
		Ya		Tidak		F	%
		F	%	F	%		
Sikap	Positif	52	96,3	2	3,7	54	100
	Negatif	19	79,2	5	20,8	24	100
Jumlah		71	91,02	7	8,98	78	100
p value				0,026			

Berdasarkan hasil analisis uji *chi square* menunjukkan bahwa sikap remaja awal memiliki hubungan yang signifikan terhadap perubahan fisik masa pubertas. Hal ini bisa dilihat dari nilai  $X^2_{hitung} 5,968 > X^2_{tabel} 3,841$  atau nilai  $P 0,026 < \alpha 0,05$ .

### 6. Hubungan antara Tingkat Pengetahuan dengan Sikap Remaja Awal terhadap Perubahan Fisik Masa Pubertas

Untuk mengetahui hasil penelitian Hubungan antara Pengetahuan dengan Sikap Remaja Awal terhadap Perubahan Fisik Masa Pubertas disajikan dalam tabel uji korelasi ganda sebagai berikut :

Tabel 6

Uji Korelasi Ganda Hubungan antara Tingkat Pengetahuan dengan Sikap Remaja Awal Terhadap Perubahan Fisik Masa Pubertas

Model Summary <sup>b</sup>					
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Durbin-Watson
1	.327 <sup>a</sup>	.107	.083	.27541	2.326

ANOVA<sup>D</sup>

Model	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1					
Regression	.683	2	.342	4.503	.014 <sup>a</sup>
Residual	5.689	75	.076		
Total	6.372	77			

a. Predictors: (Constant), sikap, pengetahuan

b. Dependent Variable: Pfisik

Berdasarkan uji korelasi ganda, diperoleh nilai R sebesar 0.372. hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan dengan sikap terhadap perubahan fisik masa pubertas dan nilai R square sebesar 0,107, hal ini menunjukkan bahwa persentasi pengaruh tingkat pengetahuan dengan sikap sebesar 10,7%. Sedangkan F hitung 4,503 > F tabel 3,119 maka Ho ditolak, artinya ada pengaruh secara signifikan antara tingkat pengetahuan dengan sikap secara bersama-sama terhadap perubahan fisik masa pubertas.

## PEMBAHASAN

### 1. Tingkat Pengetahuan Remaja Awal terhadap Perubahan Fisik Masa Pubertas

Berdasarkan hasil penelitian, seperti terlihat pada diagram 1 dapat diketahui bahwa dari 78 remaja awal yang diteliti, sebanyak 61 remaja awal atau 78,21 %

mempunyai tingkat pengetahuan yang baik terhadap perubahan fisik masa pubertas, 17 responden atau 21,79 % mempunyai tingkat pengetahuan cukup terhadap perubahan fisik masa pubertas, dan tidak ada responden yang memiliki pengetahuan kurang.

Berdasarkan hasil analisis uji *chi square* menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan memiliki hubungan yang signifikan terhadap perubahan fisik masa pubertas. Hal ini bisa dibuktikan dengan hasil analisis nilai  $X^2_{hitung} 5,637 > X^2_{tabel} 3,841$  atau nilai  $P 0,037 < \alpha 0,05$ .

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengetahuan remaja tentang perubahan fisik masa pubertas banyak terdapat pada pengetahuan baik. Tinggi rendahnya tingkat pengetahuan seseorang dipengaruhi oleh beberapa faktor baik internal maupun eksternal.

Pengetahuan adalah hasil pengindraan manusia, atau hasil tahu seseorang terhadap objek melalui indra yang dimilikinya (mata, hidung, telinga, dan sebagainya). Dengan sendirinya pengetahuan tersebut sangat dipengaruhi oleh intensitas perhatian dan persepsi terhadap objek. Sebagian besar pengetahuan seseorang diperoleh melalui indra pendengaran (telinga) dan penglihatan atau mata (Notoatmodjo, 2010).

Pengetahuan seseorang sangatlah penting, karena dengan cukup atau banyaknya pengetahuan seseorang maka akan menjadi penentu dalam kehidupannya. Pengetahuan yang didapat seseorang sangat dipengaruhi oleh faktor pengaruh atau penyebab. Dalam penelitian ini, pengetahuan remaja tentang perubahan fisik masa pubertas terdapat 78,21% dalam kategori baik, hal ini merupakan kategori pengetahuan yang terbanyak. Banyaknya remaja yang mengetahui tentang perubahan fisik masa

pubertas kemungkinan dipengaruhi oleh pengalaman.

Pengalaman seseorang bisa didapat dari pengalaman pribadinya maupun yang dialami oleh orang lain, misalnya pengalaman yang dialami oleh orang tua, saudara, teman dan yang lainnya. Seperti dalam pepatah mengatakan bahwa pengalaman adalah guru yang terbaik. Pepatah ini mengandung arti bahwa pengalaman merupakan sumber pengetahuan atau pengalaman itu merupakan cara untuk memperoleh kebenaran pengetahuan. Perlu diperhatikan bahwa tidak semua pengalaman pribadi dapat menuntun seseorang untuk menarik kesimpulan dari pengalaman dengan benar akan tetapi diperlukan berfikir kritis dan logis.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengalaman pribadi yang mempengaruhi pengetahuan remaja tersebut. Hal ini dibuktikan dengan hasil penelitian yang sudah merasakan terjadinya perubahan fisik masa pubertas baik pada remaja putra maupun remaja putri terdapat 71 orang (90,03%). Oleh karena itu dengan kejadian tersebut remaja akan mengetahui bahwa dalam lingkup kehidupan remaja akan terjadi perubahan-perubahan dalam dirinya sesuai dengan daur kehidupannya. Disamping faktor pengalaman, faktor informasi juga mempunyai peran penting dalam peningkatan pengetahuan seseorang.

Melihat paparan tersebut diatas maka untuk mengimbangi agar tidak terjadi kesalah pahaman dari arti perubahan fisik masa pubertas yang dapat menimbulkan kebingungan bagi remaja tersebut maka peran informasi sangatlah mendukung. Informasi ini dapat diperoleh secara langsung atau melalui media informasi yang disampaikan dengan baik dan benar tentang perubahan fisik masa pubertas,

maka dapat berdampak terhadap penerimaan pengetahuan akan perubahan fisik masa pubertas.

## 2. Sikap Remaja Awal terhadap Perubahan Fisik Masa Pubertas

Berdasarkan hasil penelitian, seperti terlihat pada diagram 2 dapat diketahui bahwa dari 78 remaja awal yang diteliti, sebanyak 54 remaja awal atau 69,23 % mempunyai sikap yang positif terhadap perubahan fisik masa pubertas dan 24 responden atau 30,77 % mempunyai sikap yang negatif terhadap perubahan fisik masa pubertas.

Berdasarkan hasil analisis uji *chi square* menunjukkan bahwa sikap remaja awal memiliki hubungan yang signifikan terhadap perubahan fisik masa pubertas. Hal ini bisa dilihat dari nilai  $X^2_{hitung}$  5,968 >  $X^2_{tabel}$  3,841 atau nilai  $P$  0,026 <  $\alpha$  0,05.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sikap remaja terhadap perubahan fisik masa pubertas banyak terdapat pada sikap positif. Baik buruknya sikap seseorang dapat dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal.

Sikap merupakan reaksi atau respon yang masih tertutup dari seseorang terhadap stimulus atau objek (Notoatmodjo, 2007).

Sikap seseorang ditentukan oleh beberapa hal yaitu, pengetahuan, pikiran, keyakinan, dan emosi memegang peranan penting (Notoatmodjo, 2007).

Selain itu, sikap dipengaruhi oleh faktor ekstrinsik diantaranya adalah lingkungan, pendidikan, ideologi, ekonomi, politik, dan sebagainya. Di dalam bersikap warna karakter seseorang akan terlihat (Novita, 2011).

Sikap yang dimiliki oleh seorang individu merupakan respon sebagai suatu penerimaan atau penolakan terhadap perubahan yang terjadi. Sikap yang ditunjukkan ini memiliki fungsi tersendiri

bagi individu yang bersangkutan seperti teori fungsional yang dikemukakan oleh Katz yaitu untuk memahami bagaimana sikap menerima dan menolak perubahan haruslah berangkat dari dasar motivasi sikap itu sendiri.

Cara berfikir remaja yang baik akan membuat mereka menganggap bahwa perubahan fisik saat memasuki masa pubertas merupakan suatu proses yang fisiologis dan menjadi sebuah tanda bahwa seseorang telah memasuki masa remaja. Hal ini akan menumbuhkan sikap yang positif seperti lebih bersikap dewasa dan percaya diri dalam menghadapi segala hal walaupun dari segi fisik akan tampak berbeda dengan remaja yang belum merasakan perubahan fisik pada dirinya.

Sedangkan dari hasil penelitian diperoleh bahwa remaja awal yang memiliki sikap negatif terhadap perubahan fisik masa pubertas masih cukup tinggi. Sama halnya dengan sikap positif, sikap negatif juga sangat dipengaruhi oleh pengetahuan dan pola pikir.

Kesiapan mental seorang remaja dalam menghadapi perubahan dalam dirinya akan menentukan sikap dari remaja itu sendiri. Remaja yang tidak siap dengan perubahan fisik yang terjadi akan merasa kurang percaya diri karena merasa dirinya berbeda dengan teman yang belum memasuki masa pubertas sehingga remaja tersebut cenderung memiliki sikap yang negatif baik terhadap diri sendiri maupun lingkungan di sekitarnya.

Melihat paparan diatas maka untuk menjaga sikap remaja awal agar tidak terjadi penyimpangan akibat adanya perubahan fisik masa pubertas, harus ditanamkan pemahaman bahwa perubahan fisik masa pubertas merupakan hal yang fisiologis dan pasti



terjadi pada setiap orang hanya waktunya saja yang berbeda.

### 3. Perubahan Fisik Masa Pubertas pada Remaja Awal

Berdasarkan hasil penelitian, seperti terlihat pada diagram 3 dapat diketahui bahwa dari 78 remaja awal yang diteliti, sebanyak 71 remaja awal atau 90,03% mengalami perubahan fisik masa pubertas dan 8 responden atau 9,97% belum mengalami perubahan fisik masa pubertas.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa banyak remaja awal yang telah mengalami perubahan fisik masa pubertas. Perubahan fisik yang terjadi dipengaruhi oleh beberapa faktor baik internal maupun eksternal.

Perubahan fisik masa pubertas yaitu terjadinya perubahan secara biologis yang ditandai dengan organ seks primer dan sekunder, dimana kondisi tersebut dipengaruhi oleh kematangan hormon seksual (Nirwana, 2011).

Perubahan fisik yang terjadi pada masa pubertas disebabkan oleh adanya kelenjar-kelenjar yang menjadi aktif di dalam sistem endokrin. Ketika tiba waktunya remaja untuk menjadi dewasa, sebuah hormon yang disebut hormon pelepas gonadotropin (gonadotropin realising hormon/GnRH) akan dikeluarkan oleh kelenjar di bagian otak yang disebut hipotalamus (Desmita, 2010).

Perubahan fisik masa pubertas merupakan awal dimulainya masa remaja, dimana mulai terjadinya berbagai perubahan dalam diri remaja tersebut, baik perubahan bentuk tubuh, organ reproduksi, maupun psikologis. Dalam penelitian ini remaja awal yang sudah mengalami perubahan fisik masa pubertas sebanyak 90,03%. Banyaknya

remaja awal yang sudah mengalami perubahan fisik dipengaruhi oleh hormon.

Perubahan fisik masa pubertas terjadi saat seseorang memasuki masa remaja yaitu mulai usia 10 tahun. Pada masa pubertas, hormon seksual akan mulai matang, hal ini akan menyebabkan terjadinya perubahan fisik pada remaja terutama perubahan alat reproduksi.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa perubahan fisik yang terjadi sesuai dengan usia saat responden memasuki usia remaja awal. Hal ini dibuktikan hasil penelitian yang sudah merasakan terjadinya perubahan fisik masa pubertas baik pada remaja putra maupun putri terdapat 71 orang (90,03%).

Melalui pembahasan di atas maka terjadinya perubahan fisik masa pubertas tidak dapat ditentukan oleh remaja yang bersangkutan melainkan terjadi dengan sendirinya seiring bertambahnya usia remaja. Sehingga setiap remaja harus siap saat mulai terjadi perubahan fisik dalam dirinya.

### 4. Hubungan antara Tingkat Pengetahuan Remaja Awal terhadap Perubahan Fisik Masa Pubertas

Berdasarkan hasil penelitian, dari 78 remaja awal, sebanyak 61 orang atau 78,21% memiliki tingkat pengetahuan baik dengan 58 orang atau 74,36% diantaranya telah mengalami perubahan fisik masa pubertas.

Berdasarkan hasil analisis uji *chi square* menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan memiliki hubungan yang signifikan terhadap perubahan fisik masa pubertas. Hal ini bisa dibuktikan dengan hasil analisis nilai  $X^2_{hitung} 5,637 > X^2_{tabel} 3,841$  atau nilai  $P 0,037 < \alpha 0,05$ .

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan terhadap perubahan fisik masa pubertas.

Banyaknya perubahan fisik yang terjadi pada remaja awal akan diiringi dengan baiknya tingkat pengetahuan remaja tersebut.

Remaja yang mengalami perubahan fisik masa pubertas akan mencari informasi atas apa yang terjadi pada dirinya. Sehingga semakin banyak perubahan fisik yang terjadi pada seorang remaja maka orang tersebut akan terus mencari informasi tentang perubahan tersebut.

Informasi yang berisi tentang pengetahuan terhadap perubahan fisik masa pubertas dapat diperoleh dari berbagai sumber termasuk dari lingkungan sosial, baik dari orang sekitar melalui pengalamannya maupun melalui media sosial.

#### **5. Hubungan antara Sikap Remaja Awal terhadap Perubahan Fisik Masa Pubertas**

Berdasarkan hasil penelitian, dari 78 remaja awal, sebanyak 54 orang atau 69,23% memiliki sikap yang positif dengan 52 orang atau 66,67% diantaranya telah mengalami perubahan fisik masa pubertas.

Berdasarkan hasil analisis uji *chi square* menunjukkan bahwa sikap remaja awal memiliki hubungan yang signifikan terhadap perubahan fisik masa pubertas. Hal ini bisa dilihat dari nilai  $X^2_{hitung}$  5,968 >  $X^2_{tabel}$  3,841 atau nilai  $P$  0,026 <  $\alpha$  0,05.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara sikap remaja awal terhadap perubahan fisik masa pubertas. Banyaknya perubahan fisik yang terjadi pada remaja awal akan diiringi dengan sikap yang positif pada remaja tersebut.

Sikap yang dimiliki oleh seorang individu merupakan respon sebagai suatu penerimaan atau penolakan terhadap perubahan yang terjadi. Sikap yang

ditunjukkan ini memiliki fungsi tersendiri bagi individu yang bersangkutan seperti teori fungsional yang dikemukakan oleh Katz yaitu untuk memahami bagaimana sikap menerima dan menolak perubahan haruslah berangkat dari dasar motivasional sikap itu sendiri (Novita, 2011).

Remaja merupakan penilai bagi dirinya sendiri, saat terjadi perubahan fisik masa pubertas dalam dirinya maka dia akan menunjukkan sikap penerimaan ataupun penolakan terhadap hal tersebut.

Dengan adanya penerimaan atau penolakan terhadap perubahan fisik masa pubertas, maka hal tersebut akan menjadi dasar pembentukan sikap baik sikap positif maupun sikap negatif.

#### **6. Hubungan antara Tingkat Pengetahuan dengan Sikap Remaja Awal terhadap Perubahan Fisik Masa Pubertas**

Berdasarkan hasil penelitian, tingkat pengetahuan remaja awal berada pada kategori baik presentase sebanyak 78,21 %, sikap remaja awal berada pada kategori positif dengan presentase sebanyak 69,23 %, sedangkan remaja awal yang telah mengalami perubahan fisik masa pubertas sebanyak 91,03 %.

Berdasarkan uji korelasi ganda, diperoleh nilai  $R$  sebesar 0,372. hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan dengan sikap terhadap perubahan fisik masa pubertas dan nilai  $R$  square sebesar 0,107, hal ini menunjukkan bahwa persentasi pengaruh tingkat pengetahuan dengan sikap sebesar 10,7%. Sedangkan  $F_{hitung}$  4,503 >  $F_{tabel}$  3,119 maka  $H_0$  ditolak, artinya ada pengaruh secara signifikan antara tingkat pengetahuan dengan sikap secara bersama-sama terhadap perubahan fisik masa pubertas.

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan dengan sikap remaja awal terhadap perubahan fisik masa pubertas.

Seorang remaja yang memiliki tingkat pengetahuan yang baik akan cenderung memiliki sikap yang positif dalam mengalami perubahan fisik dalam dirinya. Semakin baik pengetahuan seseorang terhadap perubahan fisik masa pubertas maka semakin positif pula sikap yang dimiliki orang tersebut dalam menghadapi berbagai perubahan fisik yang terjadi pada dirinya.

Tingkat pengetahuan dan sikap yang baik dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, diantaranya yang paling utama adalah faktor lingkungan. Diawali dari lingkungan, pengetahuan dan sikap remaja mulai terbentuk. Hal ini akan menjadi dasar bagaimana remaja bisa menyikapi berbagai persoalan yang ada termasuk menyikapi pertumbuhan psikis dan perubahan bentuk tubuh yang terjadi.

## KESIMPULAN DAN SARAN

### Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat ditarik kesimpulan bahwa tingkat pengetahuan remaja awal memiliki hubungan yang signifikan terhadap perubahan fisik masa pubertas, ini didapat dari hasil analisis yang menunjukkan bahwa  $t_{hitung} 5,637 > t_{tabel} 3,841$  dan nilai  $p 0,037 < \alpha 0,05$  maka dapat disimpulkan bahwa semakin banyak perubahan fisik yang terjadi pada masa pubertas maka semakin baik tingkat pengetahuan remaja awal, serta sikap remaja awal memiliki hubungan yang signifikan terhadap perubahan fisik masa pubertas, ini dapat dibuktikan dengan hasil analisis yang menunjukkan bahwa  $t_{hitung} 5,968 > t_{tabel} 3,841$  dan nilai  $p 0,026 < \alpha 0,05$ , maka dapat disimpulkan bahwa

semakin banyak perubahan fisik yang terjadi pada masa pubertas semakin baik pula sikap remaja awal, serta tingkat pengetahuan dengan sikap remaja awal memiliki hubungan yang signifikan terhadap perubahan fisik masa pubertas. Hal ini dapat dibuktikan dengan hasil analisis yang menunjukkan bahwa nilai  $F_{hitung} 4,503 > F_{tabel} 3,119$ .

### Saran

Responden diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan terutama tentang kesehatan reproduksi baik dari sekolah, maupun lingkungan sosial dengan cara menggali informasi dari berbagai sumber seperti orang tua, guru, maupun petugas kesehatan, sehingga dapat meningkatkan pemahaman tentang perubahan fisik masa pubertas dan bisa menyikapi dengan baik walaupun terjadi berbagai perubahan fisik pada dirinya saat memasuki masa pubertas. dan bagi petugas dapat menjadikan hasil penelitian sebagai bahan masukan dalam kegiatan pendidikan khususnya dalam bidang UKS dengan cara meningkatkan bimbingan dan konseling tentang kesehatan reproduksi sehingga bisa dijadikan sarana informasi bagi murid yang merasa memiliki masalah dengan perubahan fisik seiring dengan perkembangan masa pubertas.

## KEPUSTAKAAN

- Afriani, K., & Hadidjah, S. (n.d.). *Tingkat Pemahaman Perilaku Seks Bebas Pada Remaja Laki-Laki Kelas Xi Sma Kolese De Britto* [Universitas Gajah Mada]. [http://etd.repository.ugm.ac.id/home/detail\\_pencarian/68454](http://etd.repository.ugm.ac.id/home/detail_pencarian/68454)
- Aini, F. (2011). *Pengaruh Pendidikan Kesehatan Reproduksi Remaja Melalui Media Booklet Terhadap Perubahan Pengetahuan dan Sikap Santri tentang Kesehatan Reproduksi di Pesantren Darul Hikmah dan Pesantren Ta'dib Al-Syakirin di Kota Medan Tahun 2010*

- [Universitas Sumatra Utara].  
<http://repository.usu.ac.id/handle/123456789/22670>
- BKKBN, BPS, & Kemenkes RI. (2017). Survei Demografi Kesehatan Indonesia. In *BKKBN*.
- Desmita. (2010). Psikologi Perkembangan Cetakan Ke-IV. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya Offset.  
<https://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004>
- Maesaroh, M., & Rachman, S. M. (2020). Pengaruh Penggunaan Media Sosial Terhadap Perilaku Seksual Pada Remaja di SMP PGRI Juntinyuat Kabupaten Indramayu. *Jurnal Cahaya Mandalika*, 1(1), 55–62.  
<http://ojs.cahayamandalika.com/index.php/JCM/article/view/42>
- Nirwana, A. B. (2011). *Psikologi Kesehatan Wanita*. Nuha Medika.
- Notoatmodjo, S. (2007). *Promosi Kesehatan & Perilaku*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2012). *Metodologi penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta.
- Novita, N. (2011). *Promosi Kesehatan dalam Pelayanan Kebidanan*. Salemba Medika.
- Prihartini, A. R., & Rosidah. (2020). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Pernikahan Usia Muda Di Desa Gunung Sembung Kecamatan Pagaden Kabupaten Subang. *Jurnal Health Sains*, 1(2), 32–38.  
<http://jurnal.healthsains.co.id/index.php/jhs/article/view/17>
- Sonyaruri, S., & Darwin, M. (2013). No Title [Universitas Gajah Mada]. In *PENGETAHUAN DAN SIKAP TENTANG HIV/AIDS DAN PERILAKU SEKS PRANIKAH REMAJA PROVINSI DIY (Analisis Data SKRRI 2007 dan Survei Indikator Kinerja RPJMN Program Kependudukan dan KB Nasional Indonesia Tahun 2011)*.  
<https://repository.ugm.ac.id/123175/>