

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1. Latar Belakang**

Sepanjang siklus kehidupan, remaja menjadi salah satu fase yang sangat penting dalam suatu perkembangan individu, karena mengarah pada masa dewasa yang sehat. Saat ini remaja menjadi harapan bangsa, sehingga dapat dikatakan bahwa masa depan bangsa yang akan datang dapat ditentukan pada keadaan remaja saat ini. Remaja yang sehat ialah remaja yang produktif, kreatif dan berkualitas sehingga penting bagi kita khusus bagi orang tua, pendidik maupun tenaga medis untuk memahami remaja dan karakteristiknya. Hal tersebut dapat membantu kita dalam mendampingi anak remaja dalam melewati masa remajanya dengan prestasi dan karakter yang baik.

Remaja berusia 10-19 tahun. Remaja juga dikenal dengan istilah *young people* atau kaum muda. Masa remaja berlangsung melalui 3 tahapan yaitu masa remaja awal (10-14 tahun), remaja menengah (15-16 tahun), dan remaja akhir (17-19 tahun). Masa remaja awal ditandai dengan peningkatan cepat pertumbuhan dan pematangan fisik. Masa remaja menengah ditandai dengan hampir lengkapnya pertumbuhan pubertas, timbulnya keterampilan berpikir yang baru, peningkatan pengenalan terhadap datangnya masa dewasa, dan keinginan untuk memapankan jarak emosional dan psikologis dengan orang tua. Masa remaja akhir ditandai dengan persiapan untuk peran sebagai orang dewasa, termasuk klarifikasi tujuan pekerjaan dan internalisasi suatu sistem nilai pribadi.(1)

Menurut *World Health Organization* (WHO) Sekitar seperlima penduduk dunia adalah remaja berumur 10-19 tahun. Sekitar 900 juta berada dinegara sedang berkembang. Di Indonesia menurut Biro Pusat Statistik, remaja merupakan kelompok usia dengan jumlah terbesar dalam struktur penduduk yaitu 21,6 % dari penduduk dunia dan 22,2% dari penduduk indonesia yang terdiri dari 50,9% laki-laki dan 49,1% perempuan. Sementara proyeksi Bappenas, jumlah remaja pada tahun 2015 adalah 66 juta jiwa atau sekitar 27% dari total penduduk.(1)

Hasil Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia-Kesehatan Reproduksi Remaja( SDKI-KRR) Tentang pengetahuan remaja perempuan ditemukan sebesar 4,7% tidak tahu tentang perubahan fisik pubertas anak perempuan dan 10,1% tidak tahu tentang perubahan fisik pubertas laki-laki. Pada remaja laki-laki ditemukan 11,1% tidak tahu tentang perubahan fisik pubertas laki-laki dan 21,2% tidak tahu tentang perubahan fisik pubertas perempuan. Informasi mengenai kesehatan reproduksi dapat diperoleh melalui pendidikan formal maupun diluar pendidikan formal, remaja yang berdiskusi tentang kesehatan reproduksi diluar pendidikan formal ada 53,6% mendiskusikan tentang haid pertama pada wanita dan 48% mendiskusikan tentang mimpi basah.(2)

Populasi remaja di kota Medan berdasarkan data badan pusat statistik (BPS) kota medan. Tahun 2012 berjumlah 643.891 jiwa, tahun 2013 berjumlah 636.464 jiwa, tahun 2014 berjumlah 651.479 jiwa, tahun 2015 berjumlah 649.863 jiwa. Hal ini berarti populasi remaja dikota Medan mengalami peningkatan yang cukup pesat tahun 2013 ke tahun 2014, dan mengalami penurunan ditahun 2015

namun tidak dalam jumlah besar. Populasi remaja di kota Medan yang berusia 10-14 tahun berjumlah 89.405 jiwa.(3)

Masa pubertas disebut juga masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa. Secara etimologis pubertas berasal dari bahasa latin yang berarti “usia kedewasaan” kata ini lebih mengindikasikan pada perubahan fisik dari pada perubahan perilaku yang terjadi ketika individu secara seksual menjadi matang dan mampu memberikan keturunan. bagi anak perempuan terjadi perubahan fisik pada rentang usia 8- 12 tahun. Pertumbuhan mulai menurun pada usia 17 dan 18 tahun pesatnya pertumbuhan dan perkembangan itu, sebagiannya bergantung pada faktor keturunan yang mempengaruhi kelenjar-kelenjar endokrin dan sebagian lagi bergantung pada faktor lingkungan dan gizi.(4)

Rasa percaya diri merupakan sikap positif secara individu yang memungkinkan dirinya untuk mengembangkan penilaian positif terhadap dirinya sendiri maupun terhadap lingkungan atau situasi yang dihadapinya. Kepercayaan diri merupakan keyakinan dalam diri yang berupa perasaan dan anggapan bahwa dirinya dalam keadaan baik sehingga memungkinkan individu tampil dan berperilaku dengan penuh keyakinan. Remaja putri mengalami perubahan fisik yang terkadang belum mencapai taraf profesional. Hal ini menyebabkan mereka kurang percaya diri terhadap penampilannya.(5)

Perubahan fisik yang dialami remaja putri seperti *Menarche* (haid pertama) pertumbuhan badan yang cepat, pinggul bertambah lebar, payudara semakin membesar dan menonjol, tumbuh Rambut disekitar kemaluan dan didaerah aksila, Suara menjadi lebih lembut dan merdu otot semakin besar dan

kuat, kulit menjadi sedikit kasar, kelenjar keringat menjadi aktif apabila terjadi sumbatan kelenjar lemak akan menimbulkan jerawat. yang mempengaruhi perubahan fisik ialah hormon gonadotropin yang diproduksi di kelenjar bawah otak, pada saat yang sama korteks kelenjar supra renal yang membentuk hormon androgen.(6)

Pengetahuan kognitif merupakan faktor yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang. Pengetahuan yang didasar dengan pemahaman yang tepat akan menumbuhkan perilaku baru yang diharapkan khususnya pengetahuan pubertas remaja putri dalam menghadapi perubahan fisik. Pengetahuan yang dimiliki remaja juga dapat dipengaruhi oleh faktor pendidikan, informasi, pengalaman. Akses informasi dapat mempengaruhi pengetahuan dalam hal menghadapi perubahan fisik. informasi yang didapat melalui buku, internet, keluarga, dan media lainnya apabila remaja telah dipersiapkan sejak dini dan rutin mencari sumber informasi tentang perubahan tersebut mereka tidak akan mengalami kecemasan dan akan merasa siap dalam menerima perubahan fisik yang dialaminya.(7)

Sikap merupakan pandangan atau perasaan yang disertai kecenderungan untuk bertindak terhadap objek tertentu. Dalam hal ini sikap yang dimiliki oleh remaja putri dalam menghadapi perubahan fisiknya berupa menerima (positif) dan tidak menerima (negatif). Sikap positif remaja ditunjukkan dengan menjadi bangga atau toleran dengan tubuhnya sendiri, mempergunakan dan melindungi tubuh sendiri secara efektif disertai dengan rasa kepuasan personal, percaya diri.

Sedangkan sikap negatif remaja tidak percaya diri, ragu-ragu dalam mengambil tindakan, takut dan cemas.(7)

Sikap yang akan dialami kedepannya apabila seorang remaja putri tidak mengetahui perubahan fisik yang dialaminya remaja putri tersebut akan cenderung mengabaikan cara berpakaian. Remaja yang mengalami perubahan fisik seperti perubahan pada payudara seharusnya sudah memakai bra berpakaian yang lebih sopan dan tertutup. Maka dari itu pentingnya pengetahuan dalam memberikan informasi kepada remaja putri tentang perubahan-perubahan fisik yang akan dialaminya pada masa pubertas.(8)

Hasil penelitian yang terdahulu berjudul “Hubungan Tingkat Pengetahuan pubertas dengan Sikap menghadapi perubahan fisik pada Remaja awal. Data sikap siswa menghadapi perubahan fisik diperoleh dari penyebaran kuesioner pada 155 responden. siswa kelas 7 diperoleh sikap dalam menghadapi perubahan fisik positif sebanyak 90 siswa (58,1%), sedangkan yang berperilaku negatif sebanyak 65 siswa (41%). Sehingga dapat disimpulkan bahwa sikap dalam menghadapi perubahan fisik pada siswa SMPN 7 Madiun.(9)

Berdasarkan Survei awal yang di lakukan oleh peneliti di MTS Ikhlasiah Guppi Muslimin Tahun 2018, Didapatkan Jumlah siswi sebanyak 71 orang remaja putri. wawancara yang dilakukan dengan 10 siswi, dimana 5 siswi remaja Putri diantaranya mengetahui perubahan fisik yang dialaminya karena panggulnya yang berubah menjadi lebar, payudara yang mulai membesar tumbuhnya bulu-bulu halus dikemaluan sehingga mereka cenderung berpakaian tertutup dan lebih sopan sikap mereka dalam menghadapinya pun tidak cemas dan mereka sangat

percaya diri mereka sangat menjaga penampilannya. pengetahuan sumber informasi yang didapat dari keluarga, internet dan buku sehingga mereka mengerti tentang perubahan tersebut, sedangkan 5 siswi yang lain tidak memahami tentang perubahan fisik pubertas yang dialami oleh dirinya sendiri karena panggulnya yang berubah menjadi lebar, keringat yang banyak, payudara yang mulai membesar membuat remaja merasa malu dan pakaian yang sering dipakai oleh remaja menjadi sempit. Sikap mereka cenderung cemas, malu, takut tidak percaya diri dengan perubahan yang dialaminya dan menganggap hal tersebut merupakan hal yang berbahaya sangat menakutkan.

Berdasarkan uraian diatas, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Tingkat Pengetahuan Pubertas Remaja Putri Dengan Sikap Menghadapi Perubahan Fisik Di MTS Ikhlasiyah Guppi Muslimin” Tahun 2018.

## **1.2. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas perumusan masalah dalam penulisan ini adalah: “Apakah ada hubungan tingkat pengetahuan pubertas Remaja Putri dengan sikap menghadapi perubahan fisik di MTS Ikhlasiyah Guppi Muslimin Tahun 2018”.

## **1.3. Tujuan Penelitian**

1. Untuk mengetahui bagaimana sikap remaja putri terhadap perubahan fisik di MTS Ikhlasiyah Guppi Muslimin.

2. Untuk mengetahui tingkat pengetahuan pubertas remaja putri Tentang perubahan fisik remaja putri di MTS Ikhlasiyah Guppi Muslimin.
3. Untuk mengetahui bagaimana Hubungan tingkat pengetahuan pubertas remaja putri MTS Ikhlasiyah Guppi Muslimin.

#### **1.4. Manfaat Penelitian**

##### **1.4.1. Bagi Peneliti**

Berguna untuk meningkatkan wawasan dan ilmu pengetahuan dalam ilmu yang di dapat selama perkuliahan serta dapat digunakan sebagai pertimbangan masukan untuk membuat materi dalam pelayanan kesehatan remaja pubertas.

##### **1.4.2. Bagi Institut Kesehatan Helvetia Medan**

1. Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai masukan bagi profesi bidan agar lebih meningkatkan dan perhatian terhadap program pendidikan kesehatan reproduksi khususnya tentang pengetahuan masa puber.
2. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi bagi mahasiswa D-IV kebidanan dan bisa menjadi bahan acuan untuk penelitian selanjutnya.

##### **1.4.3. Bagi Responden**

Sebagai bahan masukan agar remaja putri dapat mengetahui tentang pubertas dan sikap remaja dalam menghadapi perubahan fisik pada saat memasuki remaja awal dan bagaimana remaja putri menyikapi setiap perubahan yang terjadi pada setiap individu.

#### **1.4.4. Bagi Tempat Penelitian**

Sebagai bahan tambahan informasi dan sebagai gambaran bagi guru-guru agar dapat memperhatikan pengetahuan remaja putri tentang pubertas dan memperhatikan sikap remaja putri dalam menghadapi perubahan fisik.

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **2.1. Tinjauan Peneliti Terdahulu**

Penelitian yang telah dilakukan oleh Harry Dito Meliana, yang berjudul “Hubungan Kesiapan menghadapi Masa Pubertas Di Desa Pertumbukan Kecamatan Barus Jahe Kabupaten Karo Tahun 2015 dengan hasil analisis menunjukkan bahwa dari 30 responden mayoritas memiliki pengetahuan cukup tentang kesehatan reproduksi 50% karena remaja putri mayoritas tidak anak pertama dalam keluarga, remaja putri berpengetahuan tentang kesehatan reproduksi 6,7% karena responden yang berpengetahuan baik berpendidikan SMP dan remaja putri yang berpengetahuan kurang tentang kesehatan reproduksi 43,3% karena responden mayoritas berpendidikan SD dimana tingkat sumber informasi mempengaruhi tingkat pengetahuan seseorang. Dari data tersebut terlihat pula bahwa responden yang memiliki tingkat pendidikan dasar (SD) sebesar 90% sedangkan yang berpendidikan SMP 10%.(10)

Bella Kartini Rocmania, dalam penelitian yang berjudul “Sikap Remaja Putri Dalam Menghadapi Perubahan Fisik Masa Pubertas”. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden mempersepsikan tipe pola asuh orang tuanya demokratis yaitu sejumlah 59 siswi (64,1%). Mayoritas responden (64,1%) bersikap negatif (*unfavorable*) dalam menghadapi perubahan fisik masa pubertas, sedangkan sedikitnya responden yang telah mendapatkan informasi tentang perubahan fisik pubertas dari bagian kesehatan sebanyak 4 siswa yaitu (4,4%) dari keseluruhan responden penelitian.(11)

Rohmania, "gambaran pengetahuan dan sikap remaja putri dalam menghadapi perubahan fisik saat pubertas dipondok pesantren Al-Baqiyatussholihah" jenis penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 90 orang dengan teknik total sampling. Hasil penelitian ini diperoleh bahwa 47,8% remaja putri berpengetahuan baik, 52,2% berpengetahuan buruk. 46,7% sikap positif, 53,3% sikap negatif.(12)

## **2.2. Telaah Teori**

### **2.2.1. Pengertian Perubahan fisik**

Perubahan fisik merupakan ciri utama dari proses biologis yang terjadi pada masa pubertas. Pada masa ini terjadi perubahan fisik secara cepat, yang tidak seimbang dengan perubahan mental 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.(13)

Pertumbuhan fisik masih jauh dari sempurna pada saat masa puber berakhir, dan juga belum sepenuhnya pada akhir masa awal remaja. Terdapat penurunan dalam laju pertumbuhan dan perkembangan internal lebih menonjol daripada perkembangan eksternal. Hal ini tidak mudah diamati dan diketahui sebagaimana halnya pertumbuhan tinggi dan berat tubuh atau seperti perkembangan ciri-ciri seks sekunder.(8)

a. Variasi dalam perubahan fisik

Seperti pada semua usia, dalam perubahan fisik juga terdapat perbedaan individual. Perbedaan seks sangat jelas. Meskipun anak laki-laki memulai pertumbuhan pesatnya lebih lambat dari pada anak perempuan, pertumbuhan laki-laki berlangsung lebih lama, sehingga pada saat matang biasanya laki-laki lebih tinggi dari pada perempuan. Karena otot anak laki-laki tumbuh lebih besar dari pada otot anak perempuan. Setelah masa puber, kekuatan anak laki-laki melebihi kekuatan anak perempuan, dan perbedaan ini terus meningkat.

Perbedaan individual juga dipengaruhi oleh usia kematangan. Anak yang matangnya terlambat cenderung mempunyai bahu yang lebih lebar dari pada anak yang matang lebih awal. Tungkai kaki anak yang lebih matang lebih cenderung pendek gemuk; tungkai kaki anak yang matangnya terlambat cenderung lebih ramping. Anak perempuan yang matang lebih awal lebih berat, lebih tinggi dan lebih gemuk dibandingkan dengan anak perempuan yang matangnya terlambat.

b. Efek perubahan fisik

Dengan berkurangnya perubahan fisik, kecanggungan pada masa puber dan awal masa remaja pada umumnya menghilang, karena remaja yang lebih besar sudah mempunyai waktu tertentu untuk mengawasi tubuhnya yang bertambah besar. Remaja juga terdorong untuk menggunakan kekuatan yang baru diperoleh dan selanjutnya merupakan bantuan untuk mengatasi setiap kecanggungan yang timbul kemudian dengan ciri-ciri antara lain :

- 1) Mulai cemas dan bingung tentang perubahan fisiknya
- 2) Memperhatikan penampilannya

- 3) Sikapnya tidak menentu/plan-plin
- 4) Suka berkelompok dengan teman sebaya atau senasib

Karena kekuatan mengikuti pertumbuhan otot, anak laki-laki umumnya menunjukkan peningkatan kekuatan yang terbesar setelah usia 14 tahun sedangkan anak perempuan menunjukkan kemajuan sampai usia ini dan kemudian ketinggalan, karena perubahan minat lebih daripada kurangnya kemampuan. Anak perempuan pada umumnya mencapai kekuatan maksimum kira-kira pada 17 tahun, sedangkan anak laki-laki belum mencapai kekuatan maksimum sebelum usia 21 tahun atau 20 tahun.(13)

### **2.2.2. Perubahan Tubuh Selama Masa Remaja**

#### **2.2.3. Perubahan Eksternal**

##### **a. Tinggi**

Rata-rata anak perempuan mencapai tinggi yang matang antara usia 17 dan 18 tahun, dan rata-rata anak laki-laki kira-kira setahun sesudahnya.

##### **b. Berat**

Perubahan berat badan mengikuti jadwal yang sama dengan perubahan tinggi. Tetapi berat badan sekarang tersebar kebagian-bagian tubuh yang tadinya hanya mengandung sedikit lemak atau tidak mengandung lemak sama sekali.

##### **c. Proporsi tubuh**

Berbagai anggota tubuh lambat laun mencapai perbandingan tubuh yang baik. Misalnya, berat melebar dan memanjang sehingga anggota badan tidak lagi kelihatan terlalu panjang.

d. Organ seks

Baik organ seks pria maupun organ seks wanita mencapai ukuran yang matang pada akhir masa remaja, tetapi fungsinya belum matang sampai beberapa tahun kemudian.

e. Ciri-ciri seks sekunder

Ciri-ciri seks sekunder yang utama berada pada tingkat perkembangan yang matang pada akhir masa remaja.(5)

#### **2.2.4. Perubahan Internal**

1) Sistem pencernaan

Perut menjadi lebih panjang dan tidak lagi terlampau berbentuk pipa, usus bertambah panjang dan bertambah besar, otot-otot di perut dan dinding-dinding usus menjadi lebih tebal dan lebih kuat, hati bertambah berat dan kerongkongan bertambah panjang.(7)

2) Sistem peredaran darah

Jantung tumbuh pesat selama masa remaja pada usia 17 atau 18, beratnya dua belas kali berat pada waktu lahir. Panjang dan tebal dinding pembuluh darah meningkat dan mencapai tingkat kematangan bilamana jantung suda matang.

3) Sistem pernapasan

Kapasitas paru-paru anak perempuan hampir matang pada usia 17 tahun, sedangkan anak laki-laki mencapai kematangan beberapa tahun kemudian.

4) Sistem endokrin

Kegiatan gonad yang meningkat pada masa puber menyebabkan ketidakseimbangan sementara dari seluru sistem endokrin pada awal masa puber.

Kelenjar-kelenjar seks berkembang pesat dan berfungsi, meskipun belum mencapai ukuran matang sampai akhir masa remaja atau awal masa dewasa.

#### 5) Jaringan tubuh

Perkembangan kerangka berhenti rata-rata pada usia 18 tahun. Jaringan selain tulang, terus berkembang sampai tulang mencapai ukuran matang, khususnya bagi perkembangan jaringan otot.(4)

### **2.3. Pubertas**

#### **2.3.1. Pengertian Pubertas**

Pubertas berasal dari kata *pubercere* yang berarti menjadi matang. Pubertas adalah suatu periode perubahan dari tidak matang menjadi matang. Pubertas merupakan suatu tahap dalam kehidupan remaja yang lebih dilandasi oleh pertumbuhan fisik yang kemudian dikaitkan dengan perkembangan kebutuhan psikologis.(5)

Pubertas adalah masa ketika seorang anak mengalami perubahan secara fisik yang meliputi: perubahan proporsi tubuh, perkembangan ciri-ciri seks sekunder, perubahan psikis, dan kematangan fungsi-fungsi seksual. Kebanyakan remaja mengalami pubertas pada usia 11 sampai 13 tahun, tetapi ada juga yang pada usia 10 sampai 17 tahun. Pada anak perempuan pubertas ditandai dengan menstruasi pertama atau biasa disebut *menarche*.

Masa pubertas adalah terjadinya perubahan biologis yang meliputi morfologi dan fisiologi yang terjadi dengan pesat dari masa anak ke masa dewasa, terutama kapasitas reproduksi yaitu perubahan alat kelamin dari tahap anak ke dewasa. Pubertas adalah tanda yang paling penting dimulainya masa remaja,

yang merupakan perubahan cepat pada kematangan fisik yang meliputi perubahan tubuh dan hormonal yang terutama terjadi pada masa remaja awal.(14)

Penyebab munculnya masa pubertas adalah hormon yang dipengaruhi oleh hipofisis (pusat dari seluruh sistem kelenjar penghasil hormon tubuh). Pubertas terjadi karena tubuh mulai memproduksi hormon-hormon seks sehingga alat reproduksi telah berfungsi dan organ seks pun akan semakin matang, hubungan yang erat antara kelenjar pituitary yang ada di dasar otak telah terbentuk bersamaan dengan gonad (bikuit atau sperma) atau kelenjar seks. Gonad laki-laki adalah testes dan gonad wanita adalah sel telur.(4)

Pubertas adalah suatu rangkaian perubahan fisik atau penambahan tubuh yang membuat organisme secara matang mampu bereproduksi. Perkembangan fisik seorang individu umumnya terjadi pada usia 12 sampai 21 tahun. Namun perlu diperhatikan bahwa perkembangan fisik setiap remaja itu berbeda antara remaja yang satu dengan remaja yang lain. Masa pubertas akan dialami seorang anak pada waktu yang bervariasi dan tergantung pada jenis kelamin. Biasanya tergambar dengan adanya penampakan karakteristik seks sekunder pada usia 11 sampai 12 tahun dan akan berakhir dengan ditandai berhentinya pertumbuhan tubuh pada usia 18 sampai 20 tahun. Pada anak perempuan, awal ini ditandai dengan menstruasi (*menarche*), kemudian di ikuti dengan pertumbuhan payudara, dan tumbuhnya rambut kemaluan. Sedangkan pada anak laki-laki ditandai dengan perubahan suara yang disertai dengan tonjolan kerongkongan (*Adam's apple*), perubahan panjang penis, dan tumbuhnya rambut kemaluan.(15)

### 2.3.2. Tanda-Tanda Pubertas

selama pertumbuhan pesat, masa pubertas, terjadi perubahan fisik dan pertumbuhan psikis penting antara lain:

#### a. Perubahan Fisik

Perubahan fisik dan psikologis remaja disebabkan oleh adanya perubahan hormonal. Hormon dihasilkan oleh kelenjar endokrin yang dikontrol oleh susunan saraf pusat, khususnya di hipotalamus. Beberapa jenis hormon yang berperan dalam pertumbuhan dan perkembangan adalah hormon pertumbuhan (*growth hormone*), hormon gonadotropik (*gonadotropic hormone*), estrogen, progesteron. Serta testosteron.(14)

#### b. Perubahan Ukuran Tubuh

Perubahan fisik utama pada masa puber adalah perubahan ukuran tubuh dalam tinggi dan berat badan. Di antara anak-anak perempuan, rata-rata peningkatan pertahun dalam tahun sebelum haid adalah 3 inci, tetapi peningkatan itu bisa terjadi dari 5 sampai 6 inci. Dua tahun sebelum haid peningkatan rata-rata adalah 2,5 inci, jadi peningkatan keseluruhan selama dua tahun sebelum haid adalah 5,5 inci. Setelah haid, tingkat pertumbuhan menurun sampai kira-kira 1 inci setahun sekitar 18 tahun.

#### c. Perubahan Proporsi Tubuh

Seiring dengan penambahan tinggi dan berat badan, percepatan pertumbuhan selama masa remaja terjadi pada proporsi tubuh. Bagian-bagian proporsi tubuh sebelumnya terlalu kecil, pada masa remaja menjadi terlalu besar.

Hal ini terlihat jelas pada pertumbuhan tangan dan kaki, yang terjadi tidak proporsional. (13)

### **2.3.3. Periode Tumpang Tindih**

Masa puber harus dianggap periode tumpang tindih karena mencakup tahun-tahun akhir masa kanak-kanak dan tahun awal masa remaja sampai anak matang secara seksual, ia dikenal sebagai “anak puber” setelah matang secara seksual, anak dikenal sebagai “remaja muda”.(6)

### **2.3.4. Periode Yang Singkat**

Dibandingkan dengan banyaknya perubahan yang terjadi didalam maupun diluar tubuh, masa puber relatif merupakan periode yang singkat, sekitar 2-4 tahun. Anak yang mengalami masa puber selama 2 tahun atau kurang dianggap sebagai anak yang “cepat matang”, sedangkan yang memerlukan 3-4 tahun untuk menyelesaikan peralihan menjadi dewasa dianggap sebagai anak yang “lambat matang”, sebagai kelompok, anak perempuan cenderung lebih cepat matang dari pada kelompok anak laki-laki, tetapi terdapat perbedaan yang mencolok pada setiap kelompok.(15)

### **2.3.5. Puber Dibagi Dalam Tahap-Tahap**

Meskipun masa puber relatif merupakan periode yang singkat dalam rentan kehidupan, namun biasanya dibagi menjadi 3 tahap, yaitu tahap prapuber, tahap puber dan tahap pascapuber.

#### **1) Tahap Prapuber**

Tahap ini bertumpang tindih dengan 1 atau 2 tahun terakhir masa kanak-kanak pada saat anak dianggap sebagai “prapuber” yaitu bukan lagi seorang anak

tetapi belum juga seorang remaja. Dalam tahap prapuber atau pematangan, ciri-ciri seks sekunder mulai tampak tetapi organ-organ reproduksi belum sepenuhnya berkembang.

## 2) Tahap puber

Tahap ini terjadi pada garis pembagi antara masa kanak-kanak dan masa remaja saat dimana kriteria kematangan seksual muncul haid pada anak perempuan dan pengalaman mimpi basah pertama kali di malam hari pada anak laki-laki selama tahap remaja (Tahap Matang) ciri-ciri seks sekunder telah berkembang dan sel-sel diproduksi dalam organ-organ seks.

## 3) Tahap Pascapuber

Tahap ini bertumpang tindih dengan tahun pertama atau kedua masa remaja. Selama tahap ini, ciri-ciri seks sekunder telah berkembang baik dan organ-organ seks mulai berfungsi secara matang. (16)

### **2.3.6. Masa Puber Merupakan Masa Pertumbuhan dan Perubahan Yang Pesat**

Masa Puber atau pubertas adalah salah satu dari dua periode dalam rentang kehidupan yang ditandai oleh pertumbuhan pesat dan perubahan mencolok dalam proporsi tubuh. Periode yang lain adalah masa pranatal dan pertengahan pertama dari tahun kehidupan pertama. Biasanya periode ini disebut sebagai “bayi tumbuh pesat” Pesatnya pertumbuhan dan perkembangan yang terjadi selama masa puber pada umumnya disebut sebagai “remaja tumbuh pesat”. Karena agak mendahului atau terjadi bersamaan dengan perubahan-perubahan masa lainnya. Tumbuh pesat ini berlangsung 1 atau 2 tahun sebelum anak secara seksual menjadi matang dan berlangsung terus selama 6 bulan sampai setahun kemudian. Jadi seluruh periode.

tumbuh pesat berlangsung hampir selama 3 tahun, sedikit lebih lama dari periode “Bayi Tumbuh Besar” yang berlangsung dari satu setengah tahun.(5)

### **2.3.7. Pubertas Terjadi Pada Berbagai Usia**

Pubertas dapat terjadi setiap saat antara usia 5 dan 19 tahun. Tetapi, rata-rata anak perempuan dalam kebudayaan Amerika saat ini menjadi matang secara seksual pada 13 tahun, dan rata-rata anak laki-laki setahun kemudian. Juga terdapat perbedaan waktu yang perlu untuk menyelesaikan proses perubahan masa puber. ini berkisar antara 2-4 tahun, sedikit lebih singkat dari pada waktu yang diperlukan anak laki-laki.(17)

Variasi pada usia saat terjadinya pubertas dan dalam waktu yang diperlukan untuk proses ini menimbulkan banyak masalah pribadi maupun sosial bagi anak laki-laki dan anak perempuan. perbedaan dalam saat dimulainya masa puber inilah yang menjadikan periode ini merupakan salah satu periode yang sangat sulit sekalipun periode ini sangat singkat.

### **2.3.8. Akibat Perubahan Pada Masa Puber**

#### **a. Ingin Menyendiri**

Anak puber kerap melamun betapa seringnya ia tidak dimengerti dan diperlakukan kurang baik, dan ia juga mengadakan eksperimen seks melalui masturbasi. Gejala ini menarik diri ini mencakup ketidakinginan berkomunikasi dengan orang lain.

#### **b. Bosan**

Anak puber bosan dengan permainan yang sebelumnya amat digemari, tugas-tugas sekolah, kegiatan-kegiatan sosial dan kehidupan pada

umumnya. akibatnya anak sedikit sekali bekerja sehingga presentasinya diberbagai bidang menurun.

c. Antagonisme sosial

Anak puber seringkali tidak mau bekerja sama, sering membantah dan menantang, permusuhan terbuka antara dua seks yang berlainan diungkapkan dalam kritik, dan komentar-komentar yang merendahkan.

d. Emosi yang Meninggi

Kemurungan, merajuk, redakan amarah, dan kecenderungan untuk menangis karena hasutan yang sangat kecil merupakan ciri-ciri bagian awal masa puber. pada masa ini anak merasa khawatir, gelisah, dan cepat marah, sedih, mudah marah, dan suasana hati yang negatif sangat sering terjadi selama masa pra-haid dan awal periode haid. (5)

## 2.4. Remaja

### 2.4.1. Defenisi Remaja

Remaja dalam ilmu psikolog diperkenalkan dengan istilah iain, seperti *puberteit, adolescence, youth*. Remaja atau *adolescene* (Inggris), berasal dari bahasa latin yang berarti tumbuh kearah kematangan sosial dan psikologi.

Menurut WHO, masa remaja adalah masa peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa, dimana pada masa ini terjadi pertumbuhan yang pesat termasuk fungsi reproduksi sehingga mempengaruhi terjadinya perubahan-perubahan perkembangan, baik fisik, mental maupun peran sosial. (1)

## 2.4.2. Ciri-Ciri Umum Masa Remaja

### a. Masa Transisi

Masa ini merupakan tahap peralihan dari satu tahap ketahap perkembangan ketahap berikutnya. maksudnya, apa yang terjadi sebelumnya akan membekas pada apa yang terjadi sekarang dan yang akan datang. perubahan fisik yang terjadi selama tahun awal masa remaja akan berpengaruh pada masa selanjutnya.

### b. Masa perubahan

Perubahan yang terjadi pada masa remaja memang beragam, ada 5 perubahan yang terjadi pada semua remaja:

#### 1) Emosi yang tinggi

Intensitas emosi bergantung pada tingkat perubahan fisik terjadi, sebab pada awal remaja, perubahan emosi terjadi lebih cepat.

#### 2) Perubahan tubuh, minat dan peran yang diharapkan oleh kelompok sosial menimbulkan masalah baru. remaja muda, tampak mengalami masalah yang lebih banyak dan lebih sulit diselesaikan.

#### 3) Perubahan nilai-nilai sebagai konsekuensi perubahan minat dan pola tingkah laku

#### 4) Bersikap ambivalen setiap perubahan. Remaja menuntut kebebasan tetapi takut untuk dituntut bertanggung jawab.

### c. Masa Pencarian Identitas

Penyesuaian diri dengan standar kelompok lebih dianggap jauh lebih penting bagi remaja daripada individualitas, contoh dalam hal pakaian, berbicara

dan tingkah laku. banyak cara yang dilakukan remaja untuk menunjukkan identitasnya antara lain penggunaan simbol-simbol status dalam bentuk kendaraan, cara berpakaian remaja berusaha menarik perhatian agar orang lain memandangnya. (5)

### **2.4.3. Tahap Perkembangan Remaja**

Ada 3 Tahap Perkembangan remaja dalam proses penyesuaian diri menuju dewasa :

a) Remaja Awal (*Early Adolescence*)

Seorang remaja pada tahap ini berusia 10-13 Tahun masih terheran-heran akan perubahan-perubahan yang terjadi pada tubuhnya sendiri dan dorongan-dorongan yang menyertai perubahan-perubahan itu. mereka mengembangkan pikiran-pikiran baru, cepat tertarik pada lawan jenis dan mudah terangsang erotis. Dengan dipegang bahunya saja oleh lawan jenis, ia sudah berfantasi erotik. Kepekaan yang berlebih-lebihan ini ditambah dengan berkurangnya kendali terhadap "ego". Hal ini menyebabkan para remaja awal sulit dimengerti orang dewasa.

b) Masa Tengah atau Madya (*Middle Adolescence*)

Tahap ini berusia 14-16 Tahun, Pada tahap ini terjadi peningkatan interaksi dengan kelompok, ada kecenderungan mencintai dirinya sendiri, dengan menyukai teman-teman yang mempunyai sifat sama seperti dirinya.

c) Remaja Akhir (Late Adolescence)

Tahap ini berusia 16-19 tahun, adalah masa konsolidasi menuju periode dewasa dan ditandai dengan pencapaian 5 hal dibawah ini

- 1) Minat yang makin mantap terhadap fungsi-fungsi intelek.
- 2) Egonya mencari kesempatan untuk bersatu dengan orang-orang lain dan dalam pengalaman baru.
- 3) Terbentuk identitas seksual yang tidak akan berubah lagi
- 4) *Egosentrisme* (terlalu memusatkan perhatian pada diri sendiri) diganti dengan keseimbangan antara kepentingan diri sendiri dengan orang lain.(5)

#### 2.4.4. Perubahan Psikologis

Perubahan psikologis juga terjadi baik pada remaja perempuan maupun remaja laki-laki. Mereka mengalami perubahan emosi, pikiran, perasaan, lingkungan pergaulan dan tanggung jawab. Perubahan psikis menurut Hurlock, 2015 yaitu :

- 1) Remaja awal cenderung cemas dengan perubahan yang terjadi pada fisiknya, kecemasan itu dapat berupa kekhawatiran atau ketakutan yang berlebihan, emosi dan kurang percaya diri.
- 2) Kemurungan, merajuk, ledakan amarah dan kecenderungan untuk menangis karena hasutan yang sangat kecil merupakan ciri-ciri bagian awal masa puber
- 3) Remaja awal yang dulunya sangat yakin pada dirinya sendiri, sekarang menjadi kurang percaya diri dan takut akan kegagalan karena daya tahan

fisik menurun dan arena kritik dari teman atau orang tua. Banyak anak laki-laki dan perempuan setelah masa puber mempunyai perasaan diri. Remaja ingin menonjolkan diri atau bahkan menutup diri.

- 4) Remaja kurang mempertimbangkan maupun menjadi sangat tergantung pada kelompoknya.

Berbagai perubahan tersebut terjadi karena adanya peningkatan kadar gonatotropin yaitu *folikel stimulating hormone* (FSH) dan *luteanizing hormon* (LH) yang akan mematangkan *sel leading* dan mengeluarkan hormon testosteron pada laki-laki dan hormon estrogen pada perempuan sebelum menstruasi. Selama pubertas pada anak laki-laki kadar hormon testoteron meningkat.

Memasuki masa remaja yang diawali dengan terjadinya kematangan seksual, maka remaja akan diharapkan pada keadaan yang memerlukan penyesuaian untuk dapat menerima perubahan yang terjadi. Kematangan seksual dan terjadinya perubahan bentuk tubuh sangat berpengaruh pada kehidupan kejiwaan remaja. Apabila mereka sudah dipersiapkan dan mendapat informasi tentang datangnya perubahan fisik maka mereka tidak akan mengalami kecemasan dan reaksi negatif lainnya, tetapi bila mereka kurang memperoleh informasi maka akan merasakan pengalaman yang negatif.

Kematangan seksual mengakibatkan remaja mulai tertarik terhadap anatomi fisiologi tubuhnya, mulai muncul kecemasan-kecemasan dan pertanyaan seputar menstruasi, masturbasi, ukuran buah dada, dan lain sebagainya. Pada saat itu mereka mulai memperhatikan tubuhnya dan penampilan dirinya dan sering membandingkan dengan orang lain. Selain tertarik pada dirinya juga tertarik pada

teman sebaya yang berlainan jenis walaupun masih disembunyikan karena mereka menyadari masih terlalu kecil untuk berpacaran.

Di dalam pergaulan sosial remaja akan mengalami kerugian karena pada umumnya orang dewasa dan teman-temannya akan memperlakukannya sebagai anak yang lebih kecil dan dianggap kurang cakap. Dalam keadaan seperti ini kadang mereka akan bereaksi dengan menunjukkan sikap dan perilaku yang kekanak-kanakan maupun dengan bermacam-macam kompensasi sehingga menjadi sangat agresif.

#### **2.4.5. Ciri-ciri Perubahan Fisik Pada Remaja Putri**

##### 1) Perubahan Ukuran Tubuh

Perubahan fisik utama pada masa puber adalah perubahan ukuran tubuh dalam tinggi dan berat badan. Di antara anak-anak perempuan, rata-rata peningkatan pertahun dalam tahun sebelum haid adalah 3 inci, tetapi peningkatan itu bisa terjadi dari 5 sampai 6 inci. Dua tahun sebelum haid peningkatan rata-rata adalah 2,5 inci, jadi peningkatan keseluruhan selama dua tahun sebelum haid adalah 5,5 inci. Setelah haid, tingkat pertumbuhan menurun sampai kira-kira 1 inci setahun sekitar 18 tahun.

##### 2) Perubahan Proporsi Tubuh

Seiring dengan penambahan tinggi dan berat badan, percepatan pertumbuhan selama masa remaja terjadi pada proporsi tubuh. Bagian-bagian proporsi tubuh sebelumnya terlalu kecil, pada masa remaja menjadi terlalu besar. Hal ini terlihat jelas pada pertumbuhan tangan dan kaki, yang terjadi tidak proporsional. Perubahan proporsi tubuh yang tidak seimbang

ini menyebabkan remaja merasa kaku dan canggung. Serta khawatir bahkan badannya tidak akan pernah serasi dengan tangan dan kakinya.

Perubahan-perubahan dalam proporsi tubuh selama masa remaja, juga terlihat pada perubahan ciri-ciri wajah, di mana wajah anak-anak mulai menghilang, seperti dahi yang semula sempit sekarang menjadi lebih luas, mulut melebar dan bibir menjadi lebih penuh. Dalam perubahan struktur kerangka, terjadi percepatan pertumbuhan otot, sehingga mengakibatkan terjadinya pengurangan jumlah lemak dalam tubuh. Perkembangan otot dari kedua jenis kelamin terjadi dengan cepat ketika tinggi meningkat. Akan tetapi, perkembangan otot anak laki-laki lebih kuat dari anak perempuan.(13)

### 3) Ciri-Ciri Seks Primer

Semua organ reproduksi wanita tumbuh selama masa puber. Meskipun dalam tingkat yang berbeda Perubahan ini pada perempuan ditandai dengan *menarche* atau haid pertama kali.berat uterus anak usia remaja 5,3 gram , tuba fallopi,telur dan vagina tumbuh pesat pada saat ini. Petunjuk penambahan mekanisme reproduksi anak perempuan menjadi matang dengan timbulny haid. Ini adalah permulaan dari serangkaian pengeluaran darah,lendir darah dan jaringan sel yang hancur dari uterus secara berkala, siklusnya pun 28 hari dan jangka waktu berbeda pertahanannya.

#### 4) Ciri-Ciri Seks Skunder

##### a) Pinggul

Pinggul menjadi bertambah lebar dan bulat akibat membesarnya tulang pinggul dan berkembangnya lemak bawah kulit.

##### b) Payudara

Segerah setelah pinggul mulai membesar payudara juga berkembang, puting susu membesar dan menonjol, dan dengan berkembangnya kelenjar susu, payudara menjadi lebih besar dan lebih bulat

##### c) Rambut

Rambut kemaluan timbul setelah pinggul dan payudara mulai berkembang. Bulu ketiak dan bulu pada kulit wajah mulai tampak setelah haid. Semua rambut kecuali wajah mula-mula lurus dan terang warnanya, kemudian menjadi lebih subur, lebih kasar, lebih gelap dan agak keriting.

##### d) Kulit

Kulit menjadi lebih kasar, lebih tebal agak pucat dan lubang pori-pori bertambah besar.

##### e) Kelenjar

Kelenjar lemak dan kelenjar keringat menjadi aktif. Sumbatan kelenjar lemak dapat menyebabkan jerawat. Kelenjar keringat di ketiak mengeluarkan banyak keringat dan baunya menusuk sebelum dan selama masa haid.

f) Otot

Otot semakin besar dan semakin kuat, terutama pada pertengahan dan menjelang akhir masa puber, sehingga memberikan bentuk pada bahu, lengan dan tungkai kaki.

g) Suara

Suara menjadi lebih penuh dan lebih semakin merdu. Suara serak dan suara yang pecah jarang terjadi pada anak perempuan.(14)

## **2.5. Sikap**

### **2.5.1. Pengertian**

Sikap merupakan reaksi atau respon yang masih tertutup dari seseorang terhadap suatu stimulasi atau obyek (Notoatmojo, 2011). Sikap sebagai suatu tingkatan afeksi baik yang bersifat positif maupun negatif dalam hubungannya dengan objek-objek psikologis (Demita, 2012). Sikap juga dapat diartikan sebagai kecenderungan yang relatif stabil, dimiliki seseorang dalam bereaksi (baik reaksi positif maupun negatif) terhadap dirinya sendiri, orang lain, bendah, situasi atau kondisi sekitarnya (Raharje, 2012). Sikap tumbuh diawali dari pengetahuan yang dipersepsikan sebagai suatu hak yang baik (positif) maupun tidak baik (negatif), kemudian di internalisasikan kedalam dirinya, sikap merupakan pandangan atau perasaan yang disertai kecenderungan untuk bertindak terhadap objek tertentu.(18)

Komponen kognitif, yaitu komponen yang berkaitan dengan pengetahuan, pandangan, keyakinan, yaitu hal-hal yang berhubungan dengan bagaimana orang mempersepsi terhadap objek sikap.

- 1) Komponen afektif merupakan komponen yang berhubungan dengan rasa senang atau tidak senang terhadap objek sikap. Rasa senang merupakan hal positif dan rasa tidak senang merupakan hal negatif. Komponen ini menunjukkan arah sikap yaitu positif dan negatif.
- 2) Komponen konatif merupakan aspek kecenderungan berperilaku tertentu sesuai dengan sikap yang dimiliki oleh seseorang. Dan berisi tendensi atau kecenderungan untuk bertindak atau bereaksi terhadap sesuatu dengan cara-cara tertentu.

### **2.5.2. Tingkatan Sikap**

- 1) Menerima (*receiving*)  
Menerima diartikan bahwa seseorang (subjek) mau dan memperhatikan stimulasi yang diberikan (objek)
- 2) Merespon (*responding*)  
Memberikan jawaban apabila ditanya, mengerjakan dan menyelesaikan tugas yang diberikan adalah suatu indikasi dari sikap.
- 3) Menghargai (*valuing*)  
Mengajak orang lain untuk mengerjakan atau mendiskusikan suatu masalah adalah indikasi sikap tingkat tiga.
- 4) Bertanggung jawab (*responsiblle*)  
Bertanggung jawab atas segala sesuatu yang telah dipilihnya dengan segala resiko merupakan sikap yang paling tinggi
- 5) Sifat sikap  
Sikap dapat bersifat positif dan dapat pula bersifat negatif.

- (1) 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.
- (2) Sikap negatif remaja dalam menghadapi perubahan fisik di tunjukkan dengan tidak percaya diri, ragu-ragu dalam mengambil tindakan, takut dan cemas.(18)

### **2.5.3. Ciri-Ciri Sikap**

- 1) Sikap bukan dibawah sejak lahir melainkan dibentuk atau dipelajari sepanjang perkembangan hidup.
- 2) Sikap dapat berubah-ubah karena itu sikap dapat dipelajari dan sikap dapat berubah bila terdapat keadaan dan syarat tertentu
- 3) Sikap tidak berdiri sendiri, tapi senantiasa mempunyai hubungan tertentu terhadap suatu objek
- 4) Objek sikap merupakan suatu hal tertentu tetapi dapat juga merupakan kumpulan suatu hal.
- 5) Sikap mempunyai segi-segi motivasi dan segi-segi perasaan
- 6) Sikap dapat berlangsung lama atau sebentar.(16)

### **2.5.4. Cara pengukuran sikap**

Pengukuran sikap dapat dilakukan secara langsung atau tidak langsung. Secara langsung dapat ditanyakan bagaimana pendapat atau pernyataan responden terhadap suatu obyek. Secara tidak langsung dapat dilakukan dengan pernyataan-

pernyataan hipotesis kemudian ditanyakan pendapat responden melalui kuesioner.(18)

Respon individu terhadap stimulus (pernyataan-pernyataan) sikap berupa jawaban setuju dan tidak setuju yang indikator sikap seseorang.

Faktor-faktor yang mempengaruhi sikap antara lain :

1) Pengetahuan

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.

2) Pengalaman pribadi

Untuk dapat menjadi dasar pembentukan sikap, pengalaman pribadi harus meninggalkan kesan yang kuat. Karena itu, sikap akan lebih mudah terbentuk apabila pengalaman pribadi tersebut terjadi dalam situasi yang melibatkan faktor emosional.

3) Pengaruh orang yang dianggap penting

Pada umumnya, individu cenderung untuk memiliki sikap yang konformis atau searah dengan sikap orang yang dianggap penting. Kecenderungan ini antara lain dimotivasi oleh keinginan untuk menghindari konflik dengan orang yang dianggap penting tersebut.

4) Pengaruh kebudayaan

Tanpa disadari kebudayaan telah menanamkan garis pengarah sikap kita terhadap berbagai masalah. Kebudayaan telah mewarnai sikap anggota masyarakatnya, karena kebudayaanlah yang memberi corak pengalaman individu-individu masyarakat asuhannya.

5) Media masa

Dalam pemberitaan surat kabar maupun radio atau media komunikasi lainnya, berita yang seharusnya faktual disampaikan secara obyektif cenderung dipengaruhi oleh sikap penulisnya, sehingga akan berakibat terhadap sikap konsumen.

6) Lembaga pendidikan dan lembaga agama

Konsep moral dan ajaran dari lembaga pendidikan dan lembaga agama sangat menentukan sistem kepercayaan, sehingga konsep tersebut mempengaruhi sikap

7) Faktor emosional

Suatu bentuk sikap merupakan pertanyaan yang didasari emosi yang berfungsi sebagai penyaluran frustrasi atau pengalihan bentuk mekanisme pertahanan ego.(16)

### **2.5.5 Cara Mengukur Tingkat Kecemasan**

Pegukuran sikap dengan menggunakan skala likert untuk mengukur sikap, pendapat dan persepsi dari individu atau kelompok tentang fenomena sosial.gradasi likert dari positif sampai dengan negatif.

Menurut iman muhammad sikap dapat diukur dengan menggunakan kategori, sebagai berikut :

a. Pernyataan positif

SS (sangat Setuju) 4, S ( setuju) 3, TS (Tidak Setuju)2, STS(sangat Tidak Setuju) 1

b. Pernyataan Negatif

SS (Sangat Setuju) 1, S (setuju) 2, TS(tidak Setuju ) 3, STS ( sangat tidak setuju ) 4

## **2.6. Pengertian Pengetahuan**

Pengetahuan (*knowledge*) adalah hasil dari tahu, dan ini terjadi setelah orang melakukan pengindraan terhadap suatu objek tertentu. Pengindraan terjadi melalui pancaindra manusia, yakni indra penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga. Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting dalam membentuk tindakan seseorang. Sikap seseorang terhadap suatu obyek menunjukkan pengetahuan orang tersebut terhadap obyek yang bersangkutan.(18)

### **2.6.1. Tingkat Pengetahuan Dalam Kognitif**

Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang (ovent behavior). Dari pengalaman dan penelitian ternyata perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan lebih langgeng daripada perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan. Menurut Notoatmodjo (2010), tingkat pengetahuan dalam domain kognitif di bedakan dalam 6 tingkatan, yaitu :

1) Tahu (*Know*)

Tahu diartikan sebagai mengingat suatu materi yang telah dipelajari sebelumnya. Termasuk dalam pengetahuan tingkat ini adalah mengingat kembali (*recall*) terhadap sesuatu yang spesifik dari bahan yang dipelajari. Ini merupakan tingkat pengetahuan yang paling rendah.

2) Memahami (*Comprehension*)

Memahami adalah suatu kemampuan untuk menjelaskan secara benar tentang obyek yang diketahui, dan dapat menginterpretasikan secara benar tentang obyek yang diketahui tersebut.

3) Aplikasi (*Application*)

Aplikasi diartikan apabila orang yang telah memahami obyek yang dimaksud dapat menggunakan atau mengaplikasikan prinsip yang diketahui tersebut pada situasi yang lain. Aplikasi adalah kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari pada situasi yang sebenarnya.

4) Analisis (*Analysis*)

Analisis adalah suatu kemampuan untuk menjabarkan materi atau suatu obyek ke dalam komponen-komponen, tetapi masih ada kaitannya satu sama lain.

5) Sintesis (*Syntesis*)

Sintesis menunjukkan suatu kemampuan seseorang untuk merangkum atau meletakkan dalam satu hubungan yang logis dari komponen-komponen pengetahuan yang dimiliki. Dengan kata lain Sintesis adalah suatu

kemampuan untuk menyusun formulasi baru dari formulasi-formulasi yang ada.

6) Evaluasi (*Evaluation*)

Evaluasi berkaitan dengan kemampuan untuk melakukan justifikasi atau penilaian terhadap suatu materi atau obyek. (18)

### **2.6.2. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Pengetahuan**

Faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan menurut Soekanto (2011) adalah :

1) Tingkat pendidikan

Pendidikan adalah upaya untuk memberikan pengetahuan sehingga terjadi perilaku positif yang meningkat atau semakin tinggi pendidikan maka ia akan mudah menerima hal-hal baru dan mudah menyesuaikan dengan hal yang baru tersebut.

2) Informasi

Seseorang yang mempunyai sumber informasi yang lebih banyak akan mempunyai pengetahuan yang lebih luas

3) Budaya

Tingkah laku manusia atau kelompok manusia dalam memenuhi kebutuhan meliputi sikap dan kepercayaan

4) Pengalaman

Sesuatu yang pernah dialami seseorang akan menambah pengetahuan tentang sesuatu yang bersifat informal

5) Sosial ekonomi

Tingkat kemampuan seseorang untuk memenuhi kebutuhan hidup akan dapat menambah tingkat pengetahuan.

6) Kepribadian

Merupakan organisasi dari pengetahuan dan sikap-sikap yang dimiliki seseorang sebagai latar belakang terhadap perilakunya.(16)

### **2.6.3. Cara Mengukur Tingkat Pengetahuan**

Pengukuran pengetahuan dapat dilakukan dengan wawancara atau angket yang menyatakan tentang isi materi yang ingin diukur dari subjek penelitian atau responden.

Menurut arikunto pengetahuan dapat diukur dengan menggunakan kategori sebagai berikut :

- a. Kategori baik, apabila pertanyaan dijawab benar oleh responden 76%-100%
- b. Kategori cukup, apabila pertanyaan dijawab benar oleh responden 56%-75%
- c. Kategori kurang, bila pertanyaan dijawab benar oleh responden <56%.(19)

### **2.7. Cara Pengukuran Tingkat Pengetahuan Remaja Tentang Pubertas**

Pengukuran pengetahuan dapat dilakukan dengan wawancara atau angket yang menanyakan tentang isi materi yang akan diukur dari subyek penelitian atau responden kedalam pengetahuan yang ingin kita ukur atau kita ketahui dapat kita sesuaikan dengan tingkatan-tingkatannya. Adapun pertanyaan yang dapat digunakan untuk pengukuran pengetahuan secara umum dapat dikelompokkan menjadi dua jenis yaitu :

- 1) Pertanyaan subyektif, misalnya jenis pertanyaan essay.
- 2) Pertanyaan essay disebut pertanyaan subyektif karena penilaian untuk pertanyaan ini melibatkan faktor subyektif dari penilai, sehingga nilainya akan berbeda dari penilai satu dibandingkan dengan yang lain dari satu waktu ke waktu yang lain.
- 3) Pertanyaan obyektif misalnya pertanyaan pilihan ganda (*multiple choise*), betul salah, dan pertanyaan menjodohkan disebut pertanyaan obyektif karena pertanyaan-pertanyaan itu dapat dinilai secara pasti oleh penilai.
- 4) Pengukuran tingkat pengetahuan remaja tentang pubertas dapat dilakukan dengan wawancara atau angket (kuesioner) yang menanyakan tentang isi materi diukur dari subyek penelitian/responden. Pilihan jawaban menggunakan skala Guttman yang menyatakan benar dan salah. Tingkat pengetahuan remaja tentang pubertas yang dibahas pada penelitian ini hanya pada urutan pertama dari enam tingkat domain kognitif, yaitu pada ranah tahu (*know*).

## **2.8. Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Pubertas dengan Sikap Menghadapi Perubahan Fisik**

### **1. Tingkat pengetahuan remaja tentang pubertas**

Pengetahuan yang harus dimiliki remaja Putri tentang pubertas adalah pengetahuan tentang perubahan-perubahan fisik sebagai akibat dari pertumbuhan dan perkembangan manusia serta pengetahuan tentang fungsi organ reproduksi.

Pengetahuan remaja tentang pubertas sangat penting karena dengan pengetahuan yang remaja peroleh tentang pubertas akan berpengaruh pada sikapnya.(20)

## **2.9. Hubungan Sikap Remaja Dengan Perubahan Fisik**

Sikap seseorang terhadap suatu obyek menunjukkan pengetahuan orang tersebut terhadap obyek yang bersangkutan. Sikap dapat pula bersikap positif dan dapat pula bersifat negatif. Kematangan seksual walaupun bersifat biologis namun dapat menentukan sikap pada remaja, yaitu faktor psikis anak terhadap diri sendiri dan konstitusi tubuhnya dan terhadap lingkungan. Apabila sikap seorang baik dalam menerima perubahan fisik yang dialaminya maka akan semakin baik dan positif dalam menerima perubahan yang terjadi pada dirinya sendiri.(16)

## **2.10. Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Pubertas dengan Sikap Menghadapi Perubahan Fisik**

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. Sebaliknya remaja yang kurang pengetahuannya tentang pubertas akan merasa cemas dengan perubahan yang dialami dan cenderung bersikap negatif. Remaja yang kurang memperoleh informasi, akan merasakan pengalaman yang negatif.(8)

## **2.3. Hipotesis**

Hipotesis dalam penelitian ini adalah “Ada hubungan tingkat pengetahuan pubertas Remaja Putri dengan sikap menghadapi perubahan fisik” di MTS Ikhlasiyah Guppi Muslimin Tahun 2018.

## **BAB III**

### **METODOLOGI PENELITIAN**

#### **3.1. Desain Penelitian**

Dalam Penelitian ini, desain penelitian menggunakan metode penelitian *survei analitik* adalah penelitian yang mencoba menggali bagaimana dan mengapa fenomena itu terjadi. Kemudian melakukan analisis dinamika korelasi antara fenomena, baik antara faktor resiko(independen) dan faktor efek (dependen). Pada penelitian ini menggunakan pendekatan *cross sectional*, yaitu suatu rancangan penelitian dengan melakukan pengukuran pada saat bersamaan. (21)

Peneliti ini mengkaji 2 variabel antara lain variabel bebas yaitu Tingkat Pengetahuan Pubertas Remaja Putri (X) dan Variabel Terikat yaitu sikap menghadapi perubahan fisik (Y) di MTS Ikhlasiah Guppi Muslimin Kabupaten Simalungum Tahun 2018.

#### **3.2. Lokasi dan Waktu Penelitian**

##### **3.2.1. Lokasi Penelitian**

Lokasi Penelitian ini dilaksanakan di MTS Ikhlasiah Guppi Muslimin, yang beralamat di Desa Muslimin, Kabupaten Simalungun, kecamatan Tapian Dolok.

### 3.2.2. Waktu Penelitian

Waktu penelitian dimulai dari pengajuan judul penelitian bulan Juni sampai dengan Agustus Tahun 2018.

**Gambar 3.1. Kerangka Waktu Penelitian**

No	Jenis Kegiatan	Juni			Juli			Agustus			September			oktober		
1	Pengajuan judul		■													
2	Penyusunan Bab 1			■	■											
3	Penyusunan Bab 2,3				■	■	■									
4	Seminar proposal							■	■							
5	Pengumpulan data									■						
6	Pengolahan data										■	■				
7	Penyusunan laporan penelitian												■			
8	Seminar Hasil													■	■	■

### 3.3. Populasi dan Sampel

#### 3.3.1. Populasi

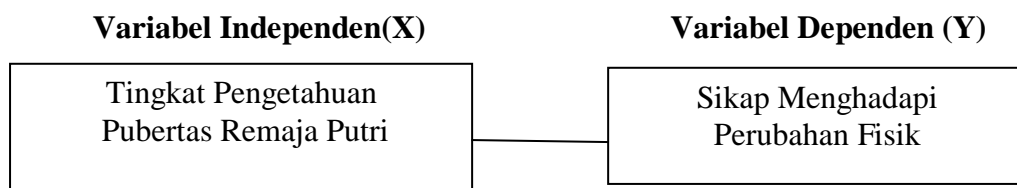
Populasi adalah keseluruhan objek penelitian atau objek yang diteliti. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini seluruh siswi remaja putri di MTS Ikhlasiah Guppi Muslimin yang berjumlah 71 siswi remaja putri, diantaranya kelas VII berjumlah 16 siswi, kelas VIII berjumlah 29 siswi dan kelas IX berjumlah 26 siswi.(19)

### 3.3.2. Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah seluruh anggota populasi dijadikan sampel *total populasi* yaitu seluruh remaja putri di MTS Ikhlasiyah Guppi Muslimin Kabupaten Simalungun yang berjumlah 71 siswi remaja putri yang berusia 10-16 tahun. alasan mengambil *total populasi* karena jumlah populasi yang kurang dari 100 maka seluruh populasi dijadikan sampel penelitian semuanya.(22)

### 3.4. Kerangka Konsep

Kerangka konsep adalah alur penelitian yang memperlihatkan variabel-variabel yang mempengaruhi dan yang dipengaruhi. Atau dengan kata lain dalam kerangka konsep akan terlihat faktor-faktor yang terdapat dalam variabel penelitian.



**Gambar 3.1 Kerangka Konsep**

### 3.5. Defenisi Operasional dan Aspek Pengukuran

#### 3.5.1. Defenisi Operasional

Definisi operasional adalah batasan yang digunakan untuk mendefinisikan variabel-variabel yang akan diteliti. Dalam penelitian ada 2 (dua) data yang diperlukan yaitu:

- 1) Tingkat pengetahuan Pubertas Remaja putri adalah segala sesuatu yang diketahui remaja putri tentang perubahan fisik seperti perubahan payudara, perubahan pinggul, perubahan kulit, perubahan ukuran tubuh, dan tumbuhnya bulu-bulu halus dikemaluan.
- 2) Sikap menghadapi perubahan Fisik adalah Reaksi atau respon remaja putri dalam menerima (Positif) tidak menerima (Negatif) menghadapi perubahan fisik yang dialaminya.

### 3.5.2. Aspek Pengukuran

Aspek pengukuran adalah aturan-aturan yang meliputi cara dan alat ukur (instrumen), hasil pengukuran, kategori, dan skala ukur yang digunakan untuk menilai suatu variabel.

**Tabel 3.2. Variabel Independen (X Variabel) dan Dependen (Y Variabel)**

No.	Nama Variabel	Jumlah Pertanyaan	Cara dan Alat Ukur	Skala Pengukuran	Value	Jenis skala ukur
Variabel X						
1.	Tingkat pengetahuan pubertas Remaja putrid	14	Kuesioner 1=benar 0=salah	76%-100% (11-14) 56%-75% (8-10) <56% (<8)	(11- Baik (3) Cukup (2) 1 Kurang (1)	Ordina
Variabel Y						
2	Sikap menghadapi perubahan fisik	17	Kuesioner SS (4) S (3) TS(2) STS (1)	Max : (44-72) Min : (18-28)	Postif (1) Negatif (0)1	Ordina

Sumber : Wawan dan Dewi.

### **3.6. Metode Pengumpulan Data**

#### **3.6.1. Jenis Data**

- 1) Data Primer merupakan data karakteristik responden, Tingkat pengetahuan Pubertas dengan sikap menghadapi perubahan fisik pada remaja putri di MTS Iklasiyah Guppi Muslimin Kabupaten Simalungun.
- 2) Data sekunder yaitu data yang diperoleh dari hasil dokumentasi oleh pihak lain, data sekunder yang diperoleh dari data remaja putri MTS Ikhlasiyah Guppi Muslimin.
- 3) Data Tersier diperoleh dari berbagai referensi yang sangat valid seperti jurnal, *text book* dan sumber internet.

#### **3.6.2. Teknik Pengumpulan Data**

##### Metode Pengumpulan Data Dalam Penelitian

- 1) Data Primer merupakan teknik pengumpulan data secara langsung oleh peneliti dengan membagikan kuesioner kepada responden, sebelum pengisian kuesioner terlebih dahulu peneliti menjelaskan tujuan dan prosedur pengisiannya. Setelah selesai diisi, kuesioner langsung dikembalikan kepada peneliti.
- 2) Data Sekunder adalah data yang telah dikumpulkan dan didokumentasikan oleh sekolah MTS Ikhlasiyah Guppi Muslimin.
- 3) Data Tersier adalah data riset yang sudah dipublikasikan secara resmi seperti jurnal dan laporan penelitian (report), misalnya: WHO, Profil Kesehatan Indonesia, Profil kesehatan Sumatra Utara.

**Table 3.3. Kisi-Kisi Kuesioner**

Variabel Penelitian	Indikator	Butir Soal	Jumlah Item
Pengetahuan Pubertas	Benar Salah	1,2,3,4,6,,7,8,9,10,11,12,13,14,15	14
Sikap Menghadapi Perubahan Fisik	Positif Negatif	1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,14,15,16,17,18	17

### 3.6.3 Uji Validitas dan Reliabilitas

#### 1. Uji Validitas

Uji validitas adalah suatu alat ukur indeks yang menunjukkan alat ukur itu benar-benar mengukur apa yang diukur. Pada penelitian ini, uji validitas dilakukan pada siswi remaja putri di Madrasah Tsanawiyah YMI kabupaten Simalungun sebanyak 20 responden dengan menggunakan program SPSS. Pengujian validitas konstruk dengan SPSS adalah menggunakan korelasi, instrumen valid apabila nilai korelasi (*Pearson correlation*) adalah positif, dan nilai probabilitas korelasi (*sig 2-tailed*) kurang dari taraf signifikasn alpha dengan nilai 0,05. (23)

**Table 3.4** Tabel Uji Validitas Variabel Tingkat Pengetahuan Pubertas Remaja Putri di Mts Ikhlasiyah Guppi Muslimin Tahun 2018

No	Item Pertanyaan	r Hitung	Sig (2-Tailed)	Keterangan
1	Pertanyaan 1	0,446	0,049	Valid
2	Pertanyaan 2	0,831	0,000	Valid
3	Pertanyaan 3	0,625	0,003	Valid
4	Pertanyaan 4	0,687	0,001	Valid
5	Pertanyaan 5	0,378	0,101	Tidak Valid
6	Pertanyaan 6	0,817	0,000	Valid
7	Pertanyaan 7	0,558	0,011	Valid
8	Pertanyaan 8	0,446	0,049	Valid
9	Pertanyaan 9	0,817	0,000	Valid
10	Pertanyaan 10	0,558	0,011	Valid
11	Pertanyaan 11	0,446	0,049	Valid
12	Pertanyaan 12	0,817	0,000	Valid
13	Pertanyaan 13	0,558	0,011	Valid
14	Pertanyaan 14	0,817	0,000	Valid
15	Pertanyaan 15	0,625	0,003	Valid

Dari 15 Pertanyaan yang dilakukan uji validitas, 14 yang taraf Sig-2 tailed nya lebih kecil dari 0,05, sehingga ke 14 pertanyaan tersebut dinyatakan valid. Sedangkan untuk pertanyaan no 5 tidak valid karena memiliki nilai sign- 2 tailed > 0,05. Pengujian validitas dengan SPSS adalah menggunakan korelasi, instrumen valid apabila nilai *probabilitas korelasi (sig-2 tailed)* < 0,05.

**Table 3.5** Tabel *Uji Validitas* Variabel Sikap Menghadapi Perubahan fisik di Mts Ikhlasiah Guppi Muslimin Tahun 2018

No	Item pertanyaan	r Hitung	Sig (2-Tailed)	Keterangan
1	Pertanyaan 1	0,905	0,000	Valid
2	Pertanyaan 2	0,459	0,042	Valid
3	Pertanyaan 3	0,890	0,000	Valid
4	Pertanyaan 4	0,849	0,000	Valid
5	Pertanyaan 5	0,472	0,036	Valid
6	Pertanyaan 6	0,701	0,001	Valid
7	Pertanyaan 7	0,742	0,000	Valid
8	Pertanyaan 8	0,538	0,014	Valid
9	Pertanyaan 9	0,729	0,000	Valid
10	Pertanyaan 10	0,685	0,001	Valid
11	Pertanyaan 11	0,576	0,008	Valid
12	Pertanyaan 12	0,584	0,007	Valid
13	Pertanyaan 13	0,417	0,067	Tidak Valid
14	Pertanyaan 14	0,655	0,002	Valid
15	Pertanyaan 15	0,793	0,000	Valid
16	Pertanyaan 16	0,834	0,000	Valid
17	Pertanyaan 17	0,755	0,000	Valid
18	Pertanyaan 18	0,580	0,007	Valid

Dari 18 Pernyataan yang dilakukan uji validitas, hanya 17 yang taraf sig-2 tailednya lebih kecil dari 0,05, sehingga ke 17 pernyataan tersebut dinyatakan valid. Sedangkan untuk pernyataan no 13 tidak valid karena memiliki nilai sig-2 tailed > 0,05. Pengujian validitas dengan SPSS adalah menggunakan korelasi, instrumen valid apabila nilai *probabilitas korelasi* (sig- 2 tailed) <0,05.

## 2. Uji Reliabilitas

Reliabilitas ialah indeks yang menunjukkan sejauh mana suatu alat suatu alat pengukur dapat dipercaya atau dapat diandalkan. Hal ini berarti menunjukkan sejauh mana hasil pengukuran ini tetap konsisten bila dilakukan pengukuran dua

kali atau lebih terhadap gejala yang sama, dengan menggunakan alat ukur yang sama. (23)

Dimana instrumen dikatakan reliabel apabila nilai *Cronbach Alpha* yang diperoleh kemudian dibandingkan dengan *r* produk moment pada tabel dengan ketentuan jika *r* hitung tes tersebut reliabel. (24)

**Tabel 3.6** Hasil *Uji Realibilitas* Tingkat Pengetahuan Pubertas Remaja putri di Mts Ikhlasiah Guppi Muslimin Tahun 2018.

<i>Concbach' Alpha</i>	<i>N of Item</i>
0,893	15

Maka dapat disimpulkan bahwa 15 kuesioner tersebut dinyatakan memiliki tingkat reliabilitas yang tinggi.

**Tabel 3.7** Hasil uji Realibiltas Sikap Menghadapi Perubahan Fisik Di Mts Ikhlasiah Guppi Muslimin Tahun 2018.

<i>Concbach' Alpha</i>	<i>N of Item</i>
0,925	18

Maka dapat disimpulkan bahwa 18 kuesioner tersebut dinyatakan memiliki tingkat realibilitas yang tinggi.

### **3.7. Metode Pengolahan Data**

Menurut Iman (2017), Data yang terkumpul dapat mudah diperoleh dengan komputerisasi dengan langkah-langkah sebagai berikut

#### 1. Proses *Collecting*

Mengumpulkan data yang berasal dari kuesioner angket maupun observasi.

#### 2. Proses *Checking*

Dilakukan dengan memeriksa kelengkapan jawaban kuesioner atau lembar observasi dengan tujuan agar data diolah secara benar sehingga pengolahan data memberikan hasil yang valid dan reliabel dan terhindar dari bias.

3. *Proses Coding*

Pada langkah ini penulis melakukan pemberian kode pada variabel-variabel yang diteliti, misalnya nama responden diubah menjadi 1,2,3,....,

4. *Proses Entering*

Data entry, yakni jawaban-jawaban dari masing-masing responden yang masih dalam bentuk “kode” (angka atau huruf) dimasukkan kedalam program komputer yang digunakan untuk “entry data” penelitian yaitu program SPSS for Windows.

5. *Proses Processing*

Semua data yang telah di input ke dalam aplikasi komputer akan diolah sesuai dengan kebutuhan dari penelitian.(24)

### **3.8. Analisis Data**

Setelah data dikumpulkan, data diolah dengan komputerisasi. Analisa data yang dilakukan adalah Analisis data univariat dan bivariat(25)

#### **3.8.1. Analisa Univariat**

Analisa Univariat digunakan untuk mendeskripsikan data yang dilakukan pada tiap variabel dari hasil penelitian. Dalam penelitian ini disajikan dalam tabel distribusi.(26)

### 3.8.2. Analisis Bivariat

Analisis Bivariat dilakukan untuk mengetahui hubungan antar variabel bebas (*independent variabel*) dan variabel terikat (*dependent variabel*) dengan menggunakan SPSS uji statistik *chi-square*, pada batas pemaknaan perhitungan statistik value (0,05). Apabila hasil perhitungan menunjukkan nilai  $p < p$  value (0,05) maka dikatakan ( $H_0$ ) ditolak dan ( $H_a$ ) diterima, artinya kedua variabel secara statistik mempunyai hubungan yang signifikan. kemudian untuk menjelaskan adanya asosiasi (Hubungan) antara variabel terikat dengan variabel bebas digunakan analisis tabulasi silang. (26)