

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kehidupan yang sehat merupakan hak asasi setiap anggota masyarakat. Hal ini sejalan dengan tujuan kemerdekaan yang salah satunya adalah untuk memajukan kesejahteraan umum. Salah satu segmen anggota masyarakat yang perlu mendapat perhatian dalam bidang kesehatan adalah remaja, karena remaja merupakan kelompok masyarakat yang cukup besar jumlahnya dan mempunyai pola kehidupan yang spesifik, yaitu masa tumbuh yang pesat menuju kematangan, yang berlangsung dalam tahap perkembangan kehidupan antara masa anak dan dewasa (Mourbas, 2001).

Saat ini sekitar 27% - 30% dari penduduk dunia berusia 10 - 24 tahun dan 83% dari mereka berada di negara berkembang. Di Indonesia jumlah penduduk berusia 10 - 24 tahun diperkirakan berjumlah 31% dari total penduduk, sedang khusus remaja usia 10 - 19 tahun berjumlah 49 juta jiwa atau 21% dari total penduduk. Jumlah penduduk remaja cukup besar tersebut membawa kosenkuensi yang tidak ringan bagi Indonesia, karena untuk mempersiapkan sumber daya yang berkualitas tidak dihasilkan melalui proses yang cepat, tetapi memerlukan proses yang berkelanjutan (Sudrajat, 2004).

Masa remaja dikenal sebagai salah satu periode dalam rentang kehidupan manusia yang memiliki beberapa keunikan tersendiri. Keunikan tersebut bersumber dari kedudukan masa remaja sebagai periode transisional antara masa kanak-kanak dan masa dewasa atau yang lebih di kenal dengan pubertas. Antara anak-anak dengan orang dewasa ada beberapa perbedaan yang selain bersifat biologis atau fisiologis juga bersifat psikologis.

Masa ini individu mengalami berbagai perubahan baik fisik maupun psikis. Perubahan yang tampak jelas adalah perubahan fisik, dimana tubuh berkembang pesat sehingga mencapai bentuk tubuh orang dewasa yang disertai pula dengan berkembangnya kapasitas reproduktif. Selain itu remaja juga berubah secara kognitif dan mulai mampu berpikir abstrak seperti orang

dewasa. Pada periode ini pula remaja mulai melepaskan diri secara emosional dari orang tua dalam rangka menjalankan peran sosialnya yang baru sebagai orang dewasa. Perubahan yang paling mencolok pada masa remaja adalah perubahan fisik yang terjadi merupakan proses alamiah, namun seringkali ketidaktahuan remaja terhadap perubahan tersebut membuat mereka cemas dan malu (Al-Mighwar, 2006).

Pada masa pubertas dapat dikatakan bahwa ciri umum yang menonjol pada masa remaja adalah berlangsungnya perubahan itu sendiri, yang dalam interaksinya dengan lingkungan sosial membawa berbagai dampak pada perilaku remaja. Pubertas merupakan periode yang singkat, namun bagi sebagian orang dianggap sebagai periode yang sulit bagi remaja dan mempengaruhi keadaan fisik dan psikologis remaja di masa selanjutnya.

Remaja disebut juga sebagai usia pencarian identitas diri atau jati diri. Dalam proses pencarian tersebut, mereka selalu mencoba apa yang cocok pada dirinya. Masa remaja juga merupakan masa sulit karena mereka harus melewati masa penuh gejolak. Salah satu gejolak yang terjadi pada masa remaja adalah gejolak perubahan biologis (Hurlock, 2005).

Dalam perubahan biologis mereka mengalami perubahan fisik yang membedakan remaja laki-laki dan perempuan. Perubahan tersebut terjadi pada masa pubertas, terjadi cukup mencolok pada umur 11-14 tahun (remaja awal). Umur tersebut digolongkan pada masa awal remaja dan pada masa tersebut merupakan masa rentan dan krisis bagi mereka terhadap perubahan-perubahan yang terjadi pada dirinya. Dalam psikologis, masa pubertas ditandai dengan perubahan sikap dan perilaku seperti kegelisahan, rasa cemas, malu, dan mulai tertarik pada lawan jenis. Perubahan lain yang paling jelas adalah perubahan yang diakibatkan oleh perkembangan sistem reproduksinya yang ditandai dengan menstruasi pada perempuan dan mimpi basah pada laki-laki. Pada saat tersebut remaja dihadapkan langsung pada masalah seksual dimana ia sebelumnya tidak memiliki konsep apapun mengenai apa yang terjadi dan apa yang seharusnya dilakukan. Kondisi ini menimbulkan stress tersendiri terutama pada perempuan. Pada anak perempuan merasa malu dengan

perubahan yang terjadi seperti perubahan payudara, haid pertama, bertambahnya berat badan, adanya jerawat yang membuat mereka kurang percaya diri (Rahayu, 2001).

Dapat diambil kesimpulan bahwa dalam masa pubertas dalam tingkat perubahan fisik dan citra tubuh cenderung lebih banyak remaja putri dibanding remaja putra. Salah satu aspek psikologis dari perubahan tubuh dimasa puber sudah pasti remaja cemas mengenai tubuh mereka dan membentuk citra diri mengenai bagaimana keadaan tubuh mereka, mungkin mereka melihat kedalam cermin setiap hari dan kadang setiap jam, untuk melihat apakah ada mendeteksi sesuatu yang berbeda mengenai tubuhnya yang sedang berubah, kecemasan mengenai citra tubuh seseorang kuat selama remaja, tetapi secara khusus akut pada masa puber waktu dimana remaja merasa lebih tidak puas dengan tubuh mereka dibandingkan dengan pada masa remaja akhir (Santrock, 2007).

Akibat adanya perubahan fisik, proporsi tubuh remaja juga berubah, dimana proporsi tubuh menjadi lebih besar dan tidak seimbang, sehingga sering membuat remaja menjadi canggung dengan tubuhnya sendiri dan menyebabkan remaja ingin mengubahnya. Jersild (2000) juga mengemukakan hal senada bahwa ketika anak mulai memasuki awal remaja, mereka mulai memperhatikan keadaan dirinya dan mereka berharap ingin mencapai penampilan yang baik. Untuk mencapai keinginan tersebut gambaran diri mempunyai peran dalam mengevaluasi dirinya. Terjadinya perubahan pada remaja yang berkaitan dengan fisik dan seksualitas mempunyai dampak terhadap gambaran diri mereka dari pada aspek lainya dari konsep diri (Potter and Perry, 2005).

Gambaran diri biasanya dipengaruhi oleh jenis kelamin, media massa, keluarga, dan hubungan interpersonal. Gambaran yang dimiliki remaja terhadap tubuhnya sangat dipengaruhi oleh teman-teman di sekelilingnya. Ketika mereka menemui beberapa perbedaan dengan teman sebaya dalam hal pertumbuhan dan perkembangan tubuh, hal ini akan menjadikan suatu pengalaman yang sulit bagi mereka, agar penampilannya baik mereka butuh

pendapat orang lain, terutama pendapat orang tua, kalau berbeda dengan teman-temannya. Sementara itu pada kenyataannya banyak orang tua yang tidak mampu menjelaskan berbagai perubahan fisik yang terkait dengan perkembangan seksualitas yang terjadi pada anak mereka ketika menginjak remaja padahal anak butuh bantuan orang tuanya untuk mengerti hal tersebut (Cash dan Purzinky, 2002).

Menurut Ramonasari (1997) jika remaja tidak mempunyai pengetahuan yang cukup atau informasi yang jelas tentang perubahan fisik yang mereka alami kadang-kadang akan menimbulkan rasa cemas, takut, malu, merasa lain, dan bingung. Remaja di Indonesia umumnya berada pada jenjang pendidikan menengah pertama (SMP), remaja ini mengalami perubahan yang paling dasar yaitu perubahan fisik, konsekuensi dan perkembangan fisik ini akan lebih kompleks pada remaja putri, dalam perubahan berat badan dan bentuk tubuh kadang mengganggu gerakannya bila ingin terlihat menarik di depan lawan jenisnya (Gunarsa, 2001). Apabila anak puber tidak dipersiapkan secara psikologis atau tidak diberitahu tentang perubahan yang terjadi pada masa puber, pengalaman akan perubahan itu dapat merupakan pengalaman traumatis. Akibatnya, anak cenderung mengembangkan pengetahuan yang kurang baik yang lebih cenderung menetap daripada menghilang. Apapun alasan dari kurangnya pengetahuan persiapan anak menghadapi masa puber, hal ini merupakan bahaya psikologis yang serius, terutama pada anak yang matangnya lebih awal dan lambat (Hurlock, 1998).

Hasil wawancara peneliti dengan sepuluh orang siswi SMP Negeri 1 Nanggulan pada bulan Februari tahun 2012, didapatkan hasil yang hampir sama, bahwa mereka merasa malu dengan perubahan yang terjadi pada payudara mereka sehingga mereka berusaha untuk menutup- nutupinya, adanya jerawat membuat mereka malu dan jengkel. Mereka juga takut kalau badan mereka menjadi gemuk sehingga mereka berusaha mengendalikan nafsu makan agar mereka tetap langsing dan lebih menarik. Pada dasarnya mereka mengetahui adanya tingkat perubahan fisik pada diri mereka, tetapi

tetap saja mereka merasa canggung dan tidak nyaman dengan perubahan tersebut. Peneliti mengambil judul serta memilih lokasi tempat di SMP Negeri 1 Nanggulan Kulon Progo karena keberadaan SMP Negeri 1 Nanggulan Kulon Progo yang memiliki letak yang sangat strategis di pusat jalan raya dan merupakan salah satu SMP Favorit di Kulon Progo sehingga peneliti ingin mengetahui hubungan antara tingkat pengetahuan tentang perubahan fisik pada masa pubertas remaja putri yang ada di SMP Negeri 1 Nanggulan Kulon Progo. Dari alasan diatas peneliti tertarik untuk mengetahui hubungan antara tingkat pengetahuan tentang perubahan fisik pada masa pubertas dengan gambaran diri remaja putri SMP Negeri 1 Nanggulan Kulon Progo pertimbangan pemilihan sampel pada siswa yang berumur 11-14 tahun.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas maka peneliti tertarik untuk mengetahui “ Adakah hubungan antara tingkat pengetahuan tentang perubahan fisik pada masa pubertas dengan gambaran diri remaja putri SMP Negeri 1 Nanggulan Kulon Progo ?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Diketahui hubungan antara pengetahuan perubahan fisik pada masa pubertas dengan gambaran diri remaja putri SMP Negeri 1 Nanggulan Kulon Progo.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketahui tingkat pengetahuan remaja putri di SMP Negeri 1 Nanggulan Kulon Progo.
- b. Diketahui gambaran diri remaja putri di SMP Negeri 1 Nanggulan Kulon Progo.

D. Manfaat Penelitian

- a. Bagi Institusi Keperawatan Stikes Achmad Yani Yogyakarta
Sebagai bahan masukan untuk pengembangan ilmu keperawatan yang berkaitan dengan pengetahuan remaja tentang perubahan fisik pada masa pubertas dan gambaran diri remaja.
- b. Bagi institusi SMP Negeri 1 Nanggulan
Memberi gambaran sejauh mana pengetahuan siswi tentang perubahan fisik pada masa pubertas dan gambaran diri.
- c. Bagi Peneliti Selanjutnya.
Menjadi bahan referensi bagi peneliti selanjutnya.

E. Keaslian Penelitian

Beberapa penelitian yang telah dilakukan yang berhubungan dengan penelitian ini adalah :

- a. Astuti (2004) dengan judul *Hubungan Antara Pengetahuan Tentang Perubahan fisik Pada Masa Pubertas Dengan ideal Diri Remaja SLTP*. Metode penelitian analitik kuantitatif, subyeknya adalah siswa-siswi SLTP. Instrumen yang digunakan dengan kuesioner pengetahuan tentang perubahan fisik pada masa pubertas dan ideal diri. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan antara pengetahuan tentang perubahan fisik pada masa pubertas dengan ideal diri remaja. Perbedaan penelitian yang akan dilakukan peneliti dengan penelitian Astuti adalah terletak pada perbedaan variabel *dependen*, dari penelitian terdahulu variabel *dependennya* adalah *ideal diri* saja sedangkan yang akan dilakukan peneliti variabel *dependennya* adalah gambaran diri remaja. Persamaan terletak pada subyek penelitian yaitu sama-sama siswa SLTP.
- b. Wijayanti (2005) dengan judul *Hubungan Antara Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Dengan Sikap Remaja Terhadap Seksual*. Metode analitik deskriptif, subyeknya adalah siswa-siswi SMA. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner pengetahuan tentang kesehatan reproduksi dan sikap remaja terhadap seksual. Hasil penelitian menunjukkan tidak adanya

hubungan yang bermakna antara karakteristik sosiodemografi dengan sikap remaja terhadap seksual, yaitu jenis kelamin dan pendapatan orang tua. Perbedaan dari penelitian Wijayanti terletak pada subyek penelitian menggunakan siswa SMP bukan SMA, tujuan dan materi yang diambil peneliti adalah tentang pengetahuan perubahan pubertas terkait dengan gambaran diri. Persamaan penelitian adalah sama-sama meneliti tentang remaja kaitanya dengan sistem reproduksi.

PERPUSTAKAAN
JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA