

Tingkat Pengetahuan dan Sikap pada Remaja Putri Tentang Perubahan Fisik Pubertas Pada Siswi SMP Negeri 1 Sukoharjo

¹Anik Sulistiyanti*, ²Alda Ayu Jifaniata

¹Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Duta Bangsa

²Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Duta Bangsa

*anik_sulis@udb.ac.id

Abstrak

Perubahan-perubahan fisik pubertas dapat membuat remaja merasa canggung karena adanya penyesuaian diri dengan perubahan yang terjadi secara alami pada remaja. Salah satu perubahan yang terjadi pada remaja seperti terjadinya perubahan pembesaran payudara yang dapat menyebabkan remaja merasa malu dan tersisihkan dari teman-temannya. Hasil studi pendahuluan pada 20 Oktober 2020 dilakukan wawancara pada 20 siswi SMP Negeri 1 Sukoharjo, 9 (33,3 %) diantaranya hanya mengetahui sebatas perubahan fisik pubertas dan masih malu dengan perubahan – perubahannya, 6 (23 %) siswi hanya mengetahui sebatas pubertas saja, dan 5 (20 %) siswi belum mengetahui sama sekali tentang perubahan fisik pubertas. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat pengetahuan remaja putri tentang perubahan fisik pubertas di SMP Negeri 1 Sukoharjo.

Desain penelitian adalah Deskriptif Kuantitatif. Sampel adalah seluruh siswi pada SMP Negeri 1 Sukoharjo sebanyak 83 responden. Teknik Sampling dengan menggunakan teknik non probability sampling yaitu sampling jenuh (total sampling). Instrumen penelitian adalah kuesioner tertutup menggunakan analisis univariat.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan remaja putri tentang perubahan fisik pubertas pada siswi SMP Negeri 1 Sukoharjo. Kategori baik sebanyak 7 siswi (8,4%), Kategori Cukup sebanyak 55 siswi (66,2%), dan Kategori kurang sebanyak 21 siswi (25,3%). Hasil penelitian tentang sikap Remaja Putri Tentang Perubahan Fisik Pubertas menunjukkan sikap positif sebanyak 21 siswi (25,3%) dan sikap negatif sebanyak 62 siswi (74,6%)

Kata Kunci: Pengetahuan, Sikap, Remaja Putri, Perubahan Fisik.

Abstract

The physical changes of puberty cause awkwardness for adolescents because they have to adjust to the changes that occur in them. For example, the striking growth of the body, the rapid enlargement of the breasts makes teenagers feel ashamed and excluded from their friends. The results of the preliminary study on October 20, 2020 conducted interviews with 20 students of SMP Negeri 1 Sukoharjo 9 (33.3%), including only knowing the extent of physical changes in puberty and still embarrassed by the changes, 6 (23%) students only knew about puberty, and 5 (20%) students did not know at all about the physical changes of puberty. This study aims to determine the level of knowledge of young girls about the physical changes of puberty at SMP Negeri 1 Sukoharjo.

The research design was descriptive quantitative. Samples were all students at SMP Negeri 1 Sukoharjo as many as 83 respondents. Sampling technique is a non probability sampling technique by means of saturated sampling (total sampling). The research instrument was a closed questionnaire using univariate analysis.

The results showed the level of knowledge of female adolescents about the physical changes of puberty in SMP Negeri 1 Sukoharjo in good categories as many as 7 students (8.4%), adequate categories as many as 55 students (66.2%), and inadequate categories as many as 21 students (25, 3%). The attitudes of female adolescents about physical changes puberty showed positive attitudes as many as 21 students (25.3%) and negative attitudes as many as 62 students (74.6%)

Keywords: Science, Attitudes, Teenager, Physical Change

PENDAHULUAN

Remaja secara umum dianggap mencakup individu berusia 10 sampai 19 tahun, sehingga kesehatan reproduksi remaja perlu

memperhatikan kebutuhan fisik, sosial, dan emosional kaum muda (Anna dkk, 2006)

Definisi pubertas adalah tahapan dalam perkembangan dari anak-anak mengalami

perubahan dari makhluk aseksual menjadi makhluk seksual. (Hurlock, 2012)

Berdasarkan data WHO tahun 2010, sekitar seperlima penduduk dunia adalah remaja berumur 10 sampai 19 tahun dan pada tahun yang sama biro pusat statistik mencatat populasi remaja Indonesia sebesar 30 % dari 200 juta penduduk (Aris, 2009).

Tahun 2010, data profil kesehatan Indonesia mencatat penduduk Indonesia yang tergolong usia 15 – 19 tahun sebanyak 21.098.700 (10%) dari total penduduk seluruh Indonesia yang berjumlah 225.642. (Depkes, 2010). Di Jawa Tengah pada kelompok remaja berusia 15 – 19 tahun berjumlah 2.712.800 (9%) dari total seluruh jumlah penduduk Jawa Tengah sebanyak 32.382.657.

Perubahan – perubahan fisik terbesar terjadi pada panjang dan tinggi. Selanjutnya, tanda dimulainya fungsi alat-alat reproduksi ditandai dengan munculnya haid pada wanita dan terjadinya mimpi basah pada laki-laki dan tanda-tanda kematangan seksual yang tumbuh pada remaja. Perubahan-perubahan fisik pubertas dapat membuat remaja merasa canggung karena adanya penyesuaian diri dengan perubahan yang terjadi secara alami pada remaja. Salah satu perubahan yang terjadi pada remaja seperti terjadinya perubahan pembesaran payudara yang dapat menyebabkan remaja merasa malu dan tersisihkan dari teman-temannya.

Demikian pula dalam menghadapi haid yang pertama, remaja akan merasa takut, perilaku yang berubah, dan suasana hati sering berubah-ubah, anak-anak remaja itu perlu mengadakan penyesuaian-penyediaan dengan mengarah pada tingkah laku yang terkadang dapat dilakukan oleh remaja dengan mulus terutama jika tidak didukung oleh pengetahuan (Sarwono, 2013).

Masa remaja atau pubertas berusia antara 10 sampai 19 tahun dan merupakan peralihan dari masa kanak-kanak menjadi dewasa. Kejadian yang dialami pada seorang remaja ditandai dengan munculnya haid/menstruasi pertama yang disebut dengan menarche. Pada umumnya menarche/ haid pertama kali merupakan tanda kedewasaan, dan remaja putri telah siap untuk melakukan tugas-tugas sebagai orang dewasa dan siap dinikahi. Kategori untuk seorang remaja terjadi perubahan dramatis, dimana remaja memproduksi hormon-hormon seksual untuk pertumbuhan dan perkembangan (Marmi, 2013).

Pada remaja yang berusia belasan tahun Penyimpangan Perilaku banyak terjadi. Ketidaktahuan tentang proses perubahan fisik pubertas mengakibatkan remaja pada usia belasan tahun menjadi sangat rawan terhadap penyimpangan perilaku seperti seks bebas, penggunaan narkoba, melawan guru, kehamilan

diluar nikah, tidak percaya diri dalam bersosialisasi terhadap masyarakat dan teman – temannya (Sarwono, 2013).

Informasi mengenai pengetahuan tentang perubahan fisik paling banyak disebutkan remaja wanita adalah guru (61%) dan teman (29%). Informasi pengetahuan tentang perubahan fisik pada remaja dimulai pertama kali pengetahuan dari orang tua terutama pada ibu dan ayah pada remaja putri sekitar 20% lebih tinggi dibandingkan pada remaja putra sekitar 6%. Salah satu peran ibu sebagai sumber informasi pengetahuan lebih menonjol pada remaja putri sebanyak 18% dibandingkan remaja putra sebanyak 4% (Badan Pusat Statistik et al. 2013).

Dari hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan penulis pada tanggal 20 Oktober 2020 dengan melakukan wawancara pada 20 siswi remaja di SMP Negeri 1 Sukoharjo 9 (33,3 %) diantaranya hanya mengetahui sebatas perubahan fisik pubertas dan masih malu dengan perubahan – perubahannya, 6 (23 %)siswi hanya mengetahui sebatas pubertas saja, dan 5 (20 %) siswi belum mengetahui sama sekali tentang perubahan fisik pubertas.

Sikap merupakan sebuah kepercayaan, gagasan dan pemikiran konsep terhadap suatu objek yang memungkinkan seseorang untuk bertindak untuk melakukan sesuatu. Respon yang timbul dengan dukungan/support ataupun sebaliknya (Notoatmodjo, 2007).

Dalam penelitian ini, peneliti melihat respon siswi menerima siap atau tidaknya dalam menghadapi perubahan fisik pada masa pubertas.

Berdasarkan paparan diatas maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Tingkat Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri Tentang Perubahan Fisik Pubertas Pada Siswi SMP Negeri 1 Sukoharjo”.

TINJAUAN PUSTAKA

Definisi pengetahuan adalah hasil dari “tahu”, dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu obyek tertentu, seperti indera penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba. Pengetahuan manusia diperoleh sebagian besar melalui mata dan telinga (Notoatmodjo, 2007;h.139).

Menurut Notoatmodjo (2007), terdapat 6 pengetahuan yang mencakup domain kognitif terdapat 6 tingkatan, yaitu : Tahu (*Know*), Memahami (*Comprehension*), Aplikasi (*Application*), Analisis (*Analysis*), Sintesis (*Synthesis*), Evaluasi (*Evaluation*). Ada pula faktor yang dapat mempengaruhi tingkat pengetahuan faktor internal dan eksternal. Faktor internal berupa, pendidikan, pekerjaan dan umur. Serta faktor eksternal berupa, kebudayaan sekitar dan sosial budaya.

Pengetahuan dapat diukur melalui cara wawancara atau kuesioner yang berisi

pertanyaan yang menyangkut perihal obyek yang akan diukur. Berdasarkan kategori yang dapat digunakan dalam mengetahui kedalaman adalah, Baik jika jawaban benar 76-100%, Cukup jika jawaban benar 56-75%, Kurang jika jawaban benar $\leq 55\%$ (Wawan & Dewi, 2010)

Remaja dalam bahasa Latin berarti *adulescence* artinya tumbuh untuk mencapai kematangan. Menurut teori psikologis, remaja merupakan individu terintegrasi dalam masyarakat dewasa, dan anak tidak merasa berada satu tingkat dibawah orang yang lebih tua dan menganggap dirinya sama (Ali dalam Piaget, 2011). Menurut Sarwono (2013) remaja merupakan metode transisi dari masa kanak-kanak ke masa dewasa, masa dimana seorang individu mulai menunjukkan perubahan tingkah laku tertentu seperti, gangguan tidur, mudah tersinggung perasaan dan sebagainya.

Masa remaja memiliki ciri kecemasan, ingin menentang sesuatu dan mempunyai keinginan besar untuk hal-hal yang baru, mengkhayal atau berfantasi, aktivitas kelompok. Dimana tahap perkembangan remaja meliputi masa remaja awal dengan tahapan dari usia remaja awal 10-14 tahun, usia remaja menengah 15-16 tahun, usia remaja akhir (Janiwarty & Pieter, 2013).

Pubertas adalah suatu periode dimana individu dianggap matang secara organ reproduksi yang mempunyai tanda-tanda perubahan pada ciri-ciri seks primer (*primary sex characteristic*) dan ciri-ciri seks sekunder (*secondary sex characteristic*) terjadi pada awal masa remaja (Desmita, 2012).

Pubertas merupakan tahap perkembangan dengan tanda-tanda kematangan pada organ-organ seksual dan menuju kemampuan reproduksi yang disertai dengan perubahan pertumbuhan somatis dalam perspektif psikologi (Janiwarty & Pieter, 2013)

Terjadinya pubertas pada remaja, sebagian besar respon tubuh dengan hormone estrogen yang meningkat, yang disekresi oleh ovarium yang baru aktif dibawah pengaruh gonadotropin yang disekresi oleh hipofisis anterior. Permulaan pematangan seksual pada anak perempuan kira-kira lebih cepat daripada anak laki-laki, seperti halnya dengan percepatan pertumbuhan (Hurlock, 2012).

Masa pubertas memiliki tahap dimana akan terjadi perubahan fisik secara biologis dengan adanya tanda kematangan organ seks primer dan organ seks sekunder yang dipengaruhi oleh hormon kematangan seksual (Ali, 2011). Perubahan ini terjadi sejak usia 10 atau 11 tahun pada remaja putri berbeda 2 tahun sebelum pubertas pada remaja putra (Soetjingsih, 2009). Sedangkan menurut Hurock (2012) Keadaan perubahan fisik pubertas yaitu proses hormonal dibawah pengaruh sistem saraf pusat,

walau pun semua aspek fisiologis berinteraksi secara bersama.

Terdapat 4 perubahan fisik masa remaja diantaranya ukuran tubuh, proporsi tubuh, perubahan ciri seks primer, perubahan ciri seks sekunder (Desmita, 2012).

Perubahan fisik pubertas disebabkan oleh proses kelenjar-kelenjar yang menjadi aktif di dalam sistem endokrin. Kesiapan remaja untuk menjadi dewasa karena disebabkan oleh hormon yang dinamakan hormon pelepas gonadotropin (*gonadotropin releasing hormon / GnRH*) akan dikeluarkan oleh kelenjar di bagian otak yang disebut *hypothalamus*. GnRH akan merangsang kelenjar lain yaitu kelenjar *pituitari/hypofisis*, untuk melepaskan 2 jenis hormon yaitu LH (*Lutenizing Hormon*) dan FSH (*Folikel Stimulating Hormon*). Remaja putri mempunyai FSH dan LH akan mempengaruhi indung telur (ovarium) sebagai hormon estrogen. Hormon Estrogen salah satu membentuk pertumbuhan ciri-ciri kelamin sekunder dan LH serta FSH terlibat dalam siklus menstruasi (Desmita, 2012).

Sikap merupakan sebuah kepercayaan, gagasan dan pemikiran konsep terhadap suatu objek yang memungkinkan seseorang untuk bertindak untuk melakukan sesuatu. Respon yang timbul dengan dukungan/support ataupun sebaliknya (Notoatmodjo, 2007). Menurut Newcomb, salah seseorang ahli psikologis sosial menyatakan bahwa sikap adalah kesiapan diri atau ketersediaan untuk bertindak, dan bukan merupakan pelaksanaan motif tertentu. Sikap tidak melakukan suatu tindakan atau aktivitas, akan tetapi masih merupakan predisposisi tindakan suatu perilaku. Sikap seseorang akan mempengaruhi perilaku kesehatan, sikap positif seseorang akan menghasilkan perilaku kesehatan yang positif pula.

Terdapat 6 faktor dalam pembentukan sikap yaitu, pengalaman pribadi, pengaruh orang lain yang dianggap penting, pengaruh kebudayaan, media massa, lembag apendidikan dan agama, serta faktor emosional (Wawan & Dewi, 2010).

METODE

Lokasi penelitian ini dilakukan di SMP Negeri 1 Sukoharjo, Kecamatan Sukoharjo, Kabupaten Sukoharjo. Waktu Penelitian dilakukan pada bulan November 2020 - Desember 2020. Pada penelitian ini menggunakan desain penelitian deskriptif kuantitatif.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswi remaja putri di SMP Negeri 1 Sukoharjo dengan jumlah populasi 111 siswi. Sampel dari penelitian adalah seluruh siswi pada SMP Negeri 1 Sukoharjo sebanyak 83 responden. Pengumpulan data primer menggunakan hasil

dari kuesioner pada siswi remaja putri di SMP Negeri 1 Sukoharjo sedangkan data sekunder dalam penelitian ini siswi SMP Negeri 1 Sukoharjo yang diperoleh dari data atau catatan bagian kesiswaan.

Langkah-langkah yang dilakukan dalam pengolahan data adalah *Editing* (penyuntingan data), *Coding sheet* (Membuat lembar kode), *Scoring* (Penilaian), *Data entry* (Memasukkan data), *Processing* (Pengolahan data), *Tabulating* (Tabulasi), dan *Cleanning* (Pembersihan data). Penelitian ini menggunakan analisis data univariat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Perubahan Fisik Pubertas Pada Siswi SMP Negeri 1 Sukoharjo.

Tabel 1. Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Perubahan Fisik Pubertas Pada Siswi SMP Negeri 1 Sukoharjo.

NO	Kategori	Frekuensi	Prosentase
1	Baik	7	8.4%
2	Cukup	55	66.2%
3	Kurang	21	22.3%
	Total	83	100%

Dari data hasil penelitian dalam tabel 1. menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan remaja putri tentang adanya perubahan fisik pubertas sebagai berikut, baik yaitu 7 orang (8.4%), cukup yaitu 55 orang (66.2%), kurang yaitu 21 orang (25.3%).

Pengetahuan adalah hasil dari “tahu”, dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu obyek tertentu, seperti indera penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba. Pengetahuan manusia diperoleh sebagian besar melalui mata dan telinga (Notoatmodjo, 2007).

Menurut hasil penelitian di atas bahwa mayoritas tingkat pengetahuan pada remaja putri tentang perubahan fisik pubertas adalah cukup, hal ini dikarenakan adanya pengaruh dari beberapa faktor salah satunya informasi yang didapatkan. Informasi dapat diperoleh dari sekolah khususnya dari pelajaran Biologi terkait tentang pubertas dan perubahan fisik pubertas, informasi lain juga bisa didapat dari Guru Bimbingan Konseling, Orang tua dirumah juga mampu berperan aktif dalam memberikan informasi dan memberikan pengarahan tentang perubahan-perubahan fisik pubertas yang dialami remaja putri, internet, dan media massa juga dapat berperan memberikan informasi terkait tentang perubahan fisik pubertas.

Penelitian yang pernah dilakukan sebelumnya dilakukan oleh Citra Puspitasari (2012) pada penelitiannya Tingkat Pengetahuan Remaja Perempuan dan Laki-Laki Tentang Seks Bebas di Kelas X MAN 1 Surakarta. Hasil penelitian ini tingkat pengetahuan cukup sebanyak 30 siswi (75%). Dan penelitian ini menyatakan bahwa semakin banyak informasi yang diperoleh seseorang maka pengetahuan seseorang akan semakin luas.

2. Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Definisi Perubahan Fisik Pubertas Pada siswi SMP Negeri 1 Sukoharjo.

Tabel 2. Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Definisi Perubahan Fisik Pubertas Pada siswi SMP Negeri 1 Sukoharjo.

NO	Kategori	Frekuensi	Prosentase
1	Baik	36	43.4%
2	Cukup	29	35%
3	Kurang	18	21.6%
	Total	83	100%

Tingkat pengetahuan remaja tentang definisi perubahan fisik pubertas sebagai berikut baik yaitu 36 orang (43.4%), cukup yaitu 29 orang (35%), kurang yaitu 18 orang (21.6%).

Masa pubertas memiliki tahap dimana akan terjadi perubahan fisik secara biologis dengan adanya tanda kematangan organ seks primer dan organ seks sekunder yang dipengaruhi oleh hormon kematangan seksual (Ali, 2011).

Mayoritas pengetahuan remaja tentang definisi terjadinya perubahan fisik pubertas adalah baik, hal ini dikarenakan dipengaruhi oleh faktor informasi yang diperoleh dari internet atau audiovisual, hal ini didorong oleh rasa keingin tahaun siswi tersebut mengingat sifat remaja yang cenderung menggunakan prinsip logika dalam berfikir sehingga apa yang menjadi pertanyaan tentang perubahan fisik pubertas akan diakses sendiri. Rasa ingin tahu itu pun didukung dengan kemajuan bidang teknologi yang sekarang ini memudahkan siswi untuk mengakses informasi yang dibutuhkan terutama tentang masa pubertas dari internet, buku, majalah, televisi, dll.

Penelitian yang dilakukan sebelumnya dilakukan oleh Dwi Wahyuni (2012) “Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Menstruasi Pada Siswi Kelas VIII di SMP Negeri 2 Wonosegoro Boyolali” Hasil penelitian ini menyatakan bahwa tingkat pengetahuan remaja putri cukup sebanyak 21 siswi (58,33%). Hal ini dikarenakan informasi yang diperoleh remaja putri tersebut mendukung tingkat pengetahuannya yaitu sebanyak 60%. Dan penelitian ini

menyatakan bahwa informasi yang banyak akan memengaruhi seseorang memiliki pengetahuan yang luas, yang artinya semakin banyak informasi yang didapatkan seseorang, maka memiliki pengetahuan seseorang tersebut pun akan semakin luas.

3. Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Perubahan Ukuran Tubuh Pada Siswi SMP Negeri 1 Sukoharjo.

Tabel 3. Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Perubahan Ukuran Tubuh Pada Siswi SMP Negeri 1 Sukoharjo.

NO	Kategori	Frekuensi	Prosentase
1	Baik	26	31.3%
2	Cukup	36	43.4%
3	Kurang	21	25.3%
Total		83	100%

Tingkat pengetahuan remaja putri tentang perubahan ukuran tubuh sebagai berikut, baik yaitu 26 orang (31.3%), cukup yaitu 36 orang (43.4%), kurang yaitu 21 orang (25.3%). Pada dasarnya perubahan ukuran tubuh dapat dilihat dari tinggi badan dan berat badan. Tinggi badan rata-rata anak laki-laki pada usia 12 tahun sekitar 69 inci sedangkan dan tinggi badan rata-rata perempuan pada usia 12 tahun adalah sekitar 59 atau 60 inci. Sebagian besar tinggi badan anak perempuan bertambah sekitar 3 inci dan tinggi anak lelaki bertambah lebih dari 4 inci. Proses akselerasi pertumbuhan badan juga terjadi dalam penambahan berat badan, yakni sekitar 13 kg bagi anak laki-laki dan 10 kg bagi anak perempuan (Desmita, 2012).

Mayoritas pengetahuan remaja tentang adanya perubahan ukuran tubuh adalah cukup, ini dipengaruhi oleh faktor lingkungan terutama orang tua, adanya keterbukaan dan kejujuran anak dengan orang tua sehingga anak dapat bertanya dengan leluasa dengan orang tua terkait tentang adanya perubahan ukuran tubuh yang dialaminya dan orang tua pun dapat menjelaskan kepada anaknya.

Penelitian yang dilakukan sebelumnya dilakukan oleh Wahyu Purwaningsih (2012) dengan judul "Hubungan Pengetahuan dan Peran Keluarga dengan Perilaku Seksual Pra Nikah Pada Remaja Anak Jalanan di Kota Surakarta". Hasil penelitian ini menunjukkan tingkat pengetahuan remaja kurang sebanyak 54%, hal ini dikarenakan kurangnya komunikasi terhadap keluarga dan kurangnya peran keluarga terhadap pengetahuan remaja tersebut, sehingga perilaku seksual pra-nikah banyak dilakukan oleh para remaja sebanyak 81%. Penelitian ini menyatakan bahwa remaja yang tinggal bersama dengan orang tuanya dan menjalin komunikasi yang baik

serta adanya keterbukaan dan kejujuran anak dengan orang tua ini menunjukkan peningkatan pengetahuan anak tersebut.

4. Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Perubahan Proporsi Tubuh Pada Siswi SMP Negeri 1 Sukoharjo.

Tabel 4. Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Perubahan Proporsi Tubuh Pada Siswi SMP Negeri 1 Sukoharjo.

NO	Kategori	Frekuensi	Prosentase
1	Baik	20	24%
2	Cukup	34	41%
3	Kurang	29	35%
Total		83	100%

Data hasil penelitian terhadap tingkat pengetahuan remaja putri tentang perubahan proporsi tubuh sebagai berikut, baik yaitu 20 orang (24%), cukup 34 orang (41%), kurang 29 orang (35%).

Perubahan remaja pada proporsi tubuh juga terlihat pada adanya 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 yang ada dalam tubuh. Perkembangan otot dari kedua jenis kelamin terjadi dengan cepat ketika tinggi meningkat (Desmita, 2012).

Mayoritas pengetahuan remaja putri tentang perubahan proporsi tubuh adalah cukup, ini dipengaruhi oleh adanya faktor informasi dari teman, adanya keterbukaan antara sesama teman dalam berbagi pengalaman, sehingga dapat berbagi informasi yang pernah didapat sebelumnya.

Penelitian yang dilakukan sebelumnya dilakukan oleh Asriani (2012) dengan judul "Gambaran Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri Tentang Perubahan Fisik Masa Pubertas di SMP Negeri 1 Ranteangin Kabupaten Kolaka Utara Sulawesi Tenggara". Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar siswi atau sebesar 53 siswi (60,2%) mempunyai gambaran tingkat pengetahuan tentang perubahan fisik masa pubertas yang baik, hal ini dikarenakan mayoritas remaja mulai merasa nyaman dan adanya keterbukaan dengan teman sebaya.

5. Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Perubahan Ciri Seks Primer Pada Siswi SMP Negeri 1 Sukoharjo.

Tabel 5. Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Perubahan Ciri Seks Primer Pada Siswi SMP Negeri 1 Sukoharjo.

NO	Kategori	Frekuensi	Prosentase
1	Baik	20	24%
2	Cukup	36	43.4%
3	Kurang	27	32.5%
	Total	83	100%

Data hasil penelitian diatas tentang tingkat pengetahuan remaja putri tentang perubahan ciri seks primer sebagai berikut, baik yaitu 20 orang (24%), cukup yaitu 36 orang (43.4%), kurang yaitu 27 orang (32.5%).

Tanda-tanda kematangan organ-organ seksnya yaitu mulai tumbuhnya rahim, vagina dan ovarium (indung telur) secara cepat. Ovarium akan menghasilkan ovum (telur) dan mengeluarkan hormon-hormon untuk proses kehamilan, menstruasi dan perkembangan seks sekunder (Desmita, 2012).

Mayoritas pengetahuan remaja putri tentang perubahan ciri seks primer adalah cukup, hal ini dikarenakan dipengaruhi oleh faktor informasi tentang menstruasi umumnya yang didapat dari sekolah khususnya dari pelajaran Biologi terkait tentang menstruasi dan organ reproduksi wanita, informasi juga didapat dari Guru Bimbingan Konseling dari pihak sekolah, remaja juga mendapat informasi dari internet, referensi buku.

Penelitian yang pernah dilakukan sebelumnya dilakukan oleh Mardilah (2014) dengan judul “Faktor-Faktor yang Memengaruhi Remaja Putri Dalam Menghadapi Menarche di SMP Negeri 5 Darul Makmur Kecamatan Darul Makmur Kabupaten Nagan Raya”. Hasil penelitian ini menunjukkan tingkat pengetahuan remaja kurang sebanyak 25 responden (80,6%). Penelitian ini menyatakan bahwa ada pengaruh informasi dengan pengetahuan remaja putri dalam menghadapi menarche.

6. Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Perubahan Ciri Seks Sekunder Pada Siswi SMP Negeri 1 Sukoharjo.

Tabel 6. Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Perubahan Ciri Seks Sekunder Pada Siswi SMP Negeri 1 Sukoharjo.

NO	Kategori	Frekuensi	Prosentase
1	Baik	27	32.5%
2	Cukup	38	45.8%
3	Kurang	17	20.6%
	Total	83	100%

Data hasil penelitian diatas tingkat pengetahuan remaja putri tentang perubahan ciri seks sekunder sebagai berikut, baik yaitu 27 orang (32.5%), cukup yaitu 38 orang (45.8%), kurang yaitu 17 orang (20.6%).

Perubahan ciri seks sekunder pada remaja putri meliputi terjadinya perubahan bentuk

pinggul yang membesar, bulat dikarenakan tulang pinggul dan tumbuh lemak di bawah kulit, kemudian lemak tersebut menjadikan payudara berkembang, puting susu membesar dan menonjol, dan munculnya kelenjar susu, payudara lebih membesar dan membulat, lalu tumbuhnya rambut pada kemaluan, ketiak, lengan, kaki, dan kulit wajah. Kecuali rambut wajah mula – mula lurus dan terang warnanya, kemudian lebih subur, lebih kasar dan lebih gelap dan agak keriting, selanjutnya kulit menjadi lebih kasar, lebih tebal dan lubang pori-pori bertambah besar, dengan bertambah besar lubang pori-pori ini menyebabkan kelenjar lemak dan kelenjar keringat menjadi lebih aktif. Sumbatan kelenjar lemak dapat menyebabkan jerawat. Kelenjar keringat pada ketiak mengeluarkan banyak keringat dan baunya menusuk sebelum dan selama masa haid dan yang terakhir suara menjadi lebih penuh dan merdu, suara serak dan suara yang pecah jarang terjadi (Desmita, 2012).

Mayoritas pengetahuan remaja putri tentang perubahan ciri seks sekunder adalah cukup, hal ini dikarenakan dipengaruhi oleh faktor sosial budaya, terlihat dari masyarakat yang masih memegang teguh budaya yang menganggap bahwa membicarakan tentang perubahan fisik pubertas terutama perubahan ciri seks sekunder masih dianggap canggung bagi siswi SMP, sehingga pengetahuan siswi tentang perubahan ciri seks sekunder belum maksimal.

Penelitian yang pernah dilakukan sebelumnya dilakukan oleh Wahyu Purwaningsih (2012) dengan judul “Hubungan dan Peran Keluarga dengan Perilaku Seksual Pra-Nikah Pada Remaja Anak Jalanan di Kota Surakarta”. Hasil penelitian ini menyatakan bahwa remaja mempunyai pengetahuan cukup ini dikarenakan remaja tidak tahu bagaimana mencari informasi tentang perilaku seksual pra nikah, baik itu dirumah maupun disekolah.

7. Sikap Remaja Tentang Perubahan Fisik Pubertas Pada Siswi SMP Negeri 1 Sukoharjo.

Tabel 7. Sikap Remaja Tentang Perubahan Fisik Pubertas Pada Siswi SMP Negeri 1 Sukoharjo.

NO	Kategori	Frekuensi	Prosentase
1	Positif	21	25.3%
2	Negatif	62	74.6%
	Total	83	100%

Data hasil penelitian terhadap Sikap pada remaja putri SMP 1 Sukoharjo dalam menghadapi perubahan fisik pada masa pubertas sebanyak 21 orang (25.3%)

menunjukkan sikap positif, sedangkan sebanyak 62 orang (74.6%) menunjukkan sikap negatif.

Hal tersebut berarti siswa SMP Negeri 1 Sukoharjo belum siap dalam menghadapi perubahan fisik pada masa pubertas.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Hastuti (2014) dengan hasil bahwa sebagian besar responden di SMP Negeri Dangkel 1 Temanggung mengaku belum siap menghadapi perubahan fisik pada masa pubertas.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil dari penelitian yang dilakukan terhadap 83 responden tentang "Tingkat Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri Tentang Perubahan fisik Pubertas Pada Siswi SMP Negeri 1 Sukoharjo" dapat disimpulkan bahwa tingkat pengetahuan remaja tentang adanya perubahan fisik pubertas yaitu :

1. Tingkat pengetahuan remaja putri tentang perubahan fisik pubertas dengan hasil keseluruhan secara umum adalah cukup.
2. Tingkat pengetahuan remaja putri tentang definisi perubahan fisik pubertas dengan hasil keseluruhan secara umum adalah baik.
3. Tingkat pengetahuan remaja putri tentang perubahan ukuran tubuh dengan hasil keseluruhan secara umum adalah cukup.
4. Tingkat pengetahuan remaja putri tentang perubahan proporsi tubuh dengan hasil keseluruhan secara umum adalah cukup.
5. Tingkat pengetahuan remaja putri tentang perubahan ciri seks primer dengan hasil keseluruhan secara umum adalah cukup.
6. Tingkat pengetahuan remaja putri tentang perubahan ciri seks sekunder dengan hasil keseluruhan secara umum adalah cukup.
7. Sebagian besar responden belum memiliki kesiapan atau memiliki sikap negatif dalam menghadapi perubahan yang terjadi fisik pada masa pubertas.

DAFTAR PUSTAKA

- Ali.M dan Asrori.M. Psikologi remaja.Jakarta.PT.Bumi Aksara.2011.h.9-10;16-17,20
- Aris. Hubungan pola asuh keluarga dan perilaku teman sebaya dengan perilaku kekerasan pada remaja di Kelurahan Pancoran Mas Kota Depok.2009.28 September 2009 (diakses pada tanggal 23 April 2015) diperoleh dari <http://lib.ui.ac.id/file?file=digital/124570-TEESIS0614%20Ari%20N09h-Hubungan%20Pola-Pendahuluan.pdf>
- Asriani.2012.Gambaran Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri Tentang Perubahan Fisik

Masa Pubertas di SMP Negeri 1 Ranteaning Kabupaten Kolaka Utara Sulawesi Tenggara.(diakses pada tanggal 25 Juni 2015) diperoleh dari <http://stikesnanihanuddinmakassar.ac.id/download>

BKKBN. Profil kesehatan Republik Indonesia 2010. 13 Agustus 2010 (diakses pada tanggal 19 Januari 2015) diperoleh dari <http://jurnal.unimus.ac.id>

BKKBN. Profil Kesehatan Jawa Tengah 2010 . 13 Agustus 2010 (diakses pada tanggal 18 Januari 2015) di peroleh dari <http://jurnal.unimus.ac.id>

Desmita.Psikologi perkembangan.Bandung.PT.Remaja Rosdakarya.2012.h.189;192;190-193;193-194;194-195;195-197

Hastuti. 2014 Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Mestruiasi dengan Kesiapan Menghadapi Menarche pada Siswi SMP Negeri 1 Dangkel Temanggung.

Hidayat.A. Metode penelitian kebidanan dan teknik analisis data. Jakarta. Salemba Medika; 2010. h.39;40

Hurlock.E.B. Psikologi Perkembangan.Jakarta.EGC.2012.h.184;186-187;188-189;189-210

Indrastiari.I. Hubungan Tingkat Pengetahuan Remaja Tentang Pubertas Dengan Sikap Remaja Terhadap Perubahan Pada Masa Puber di SMP negeri 1 Sambi Boyolali Tahun 2009.

Kismiyanti.Hubungan Tingkat Pengetahuan Pubertas Dengan Kesiapan Menghadapi Pubertas Pada Remaja di SMP N 1 Nogosari Boyolali Tahun 2009.

Mardilah.2014.Faktor-Faktor yang Memengaruhi Remaja Putri Dalam Menghadapi Menarche di SMP Negeri 5 Darul Makmur Kecamatan Darul Makmur Kabupaten Nagan Raya.(diakses pada tanggal 25 Juni 2015) diperoleh dari http://siktakp.uui.ac.id/dockti/MARDILAH/mardilah_skripsi.pdf.

Notoatmodjo.S.Promosi kesehatan dan Ilmu perilaku. Jakarta. KDT. 2007. h.139;140-142

Notoatmojo, S. 2003. *Metodelogi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.

- _____.Metode penelitian kesehatan.Jakarta: Rineka Cipta;2012. h.25;34;45;60;66
- Pieter.H.Z dan Janiwarty.B .Pendidikan psikologi untuk bidan.Yogyakarta.Rapha Publishing.2013.h.138-139;121-122
- Purwaningsih.W.2012.Hubungan Pengetahuan dan Peran Keluarga dengan Perilaku Seksual pra Nikah pada Remaja Anak Jalanan di Kota Surakarta. (diakses pada tanggal 19 Juni 2015) diperoleh dari <http://jurnal.stikesaisyiah.ac.id/download>
- Puspitasari.C.2012.Tingkat Pengetahuan Remaja Perempuan dan Laki-Laki Tentang Seks Bebas di Kelas X MAN 1 Surakarta (diakses pada tanggal 19 Juni 2015) diperoleh dari <http://stikeskusumahusada.ac.id/download.php?id=164>
- Sarwono.S.W. Psikologi remaja.Jakarta.KDT.2013.h.2;52;61-69;62-64
- Soetjiningsih, Tumbuh kembang remaja dan permasalahannya.EGCIJakarta.2009.h.122
- Sujarweni. W Metodologi penelitian.Yogyakarta.KDT.2014.h.86;87;68-72; 73;74
- Sugiyono.Metodologi penelitian kuantitatif kualitatif dan R&D. Bandung. Alfabeta. 2011.h.38;80;81
- Wawan.A dan Dewi.M.Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku manusia. Yogyakarta. KDT. 2010.h. 16-18;17;
- Wahyuni.D.2012.Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Menstruasi pada Siswi Kelas VIII di SMP Negeri 2 Wonosegoro Boyolali. (diakses pada tanggal 19 Juni 2015) diperoleh dari <http://stikeskusumahusada.ac.id/download.php?id=159>
- Yulianto. Penyimpangan perilaku akibat perubahan fisik pubertas. 22 Februari 2012 (Diakses pada tanggal 29 Januari 2015) diperoleh dari <http://repository.usu.ac.id/pdf>