

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Landasan Teori

1. Pengetahuan

a. Pengertian

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI, 2008), pengetahuan didefinisikan sebagai segala sesuatu yang diketahui. Pengetahuan merupakan hasil dari “tahu” dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap objek tertentu. Penginderaan terjadi melalui panca indera manusia, yakni indera penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba. Sebagian besar, pengetahuan manusia diperoleh dari mata dan telinga (Notoatmodjo, 2011).

Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang (*overt behaviour*). Berdasarkan pengalaman ternyata perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan lebih langgeng dari pada perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan (Notoatmodjo, 2011). Perilaku adalah semua kegiatan atau aktifitas manusia baik yang dapat diamati langsung dari maupun tidak dapat diamati oleh pihak luar (Dewi & Wawan, 2010).

b. Tingkatan Pengetahuan

Menurut Notoatmodjo (2003) dalam (Wawan & Dewi, 2010), pengetahuan mempunyai 6 tingkatan, yaitu:

1) Tahu (*Know*)

Tahu diartikan sebagai mengingat sesuatu materi yang telah dipelajari sebelumnya. Termasuk ke dalam pengetahuan tingkat mengingat kembali terhadap suatu yang spesifik dari seluruh bahan yang dipelajari atau rangsangan yang diterima. Kata kerja untuk mengukur bahwa orang tahu tentang apa yang dipelajari antara lain menyebutkan, menguraikan, mengidentifikasi dan menyatakan.

2) Memahami (*Comprehension*)

Memahami yaitu kemampuan menjelaskan secara benar tentang objek yang diketahui dan dapat menginterpretasikan materi tersebut secara benar. Orang yang telah paham terhadap objek atau materi harus dapat menjelaskan, menyebutkan contoh, menyimpulkan dan meramalkan objek yang dipelajari.

3) Aplikasi (*Aplication*)

Kemampuan untuk menggunakan materi yang dipelajari pada suatu kondisi real (sebenarnya). Aplikasi di sini dapat diartikan sebagai aplikasi atau penggunaan hukum-hukum, rumus, metode, prinsip dan sebagainya dalam konteks atau situasi yang lain.

4) Analisis (*Analysis*)

Kemampuan untuk menjabarkan suatu materi atau objek kedalam komponen komponen, tapi masih dalam struktur organisasi tersebut, dan masih ada kaitannya satu sama lain. Kemampuan analisis ini dapat dilihat dari penggunaan kata kerja, seperti dapat menggambarkan, membedakan, memisahkan dan mengelompokkan.

5) Sintesis (*Synthesis*)

Sintesis menunjukan kepada kemampuan untuk melakukan atau menghubungkan bagian-bagian di dalam batas keseluruhan yang baru. Sintesis adalah suatu kemampuan untuk menyusun formulasi baru dari formulasi-formulasi yang ada. Misalnya dapat menyusun, merencanakan, meringkaskan dan menyesuaikan terhadap suatu teori atau rumusan-rumusan yang telah ada.

6) Evaluasi (*Evaluation*)

Kemampuan untuk melakukan suatu penilaian terhadap suatu materi atau objek. Penilaian-penilaian itu didasarkan pada suatu kriteria yang ditentukan sendiri atau menggunakan kriteria-kriteria yang telah ada.

c. Pengukuran Pengetahuan

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

kita ukur atau kita ketahui dapat kita sesuaikan dengan tingkatannya (Arikunto, 2010).

Pertanyaan atau tes yang digunakan untuk pengukuran pengetahuan yang secara umum dapat dikelompokkan menjadi dua jenis yaitu:

- 1) Pertanyaan subjektif, misalnya pertanyaan *essay*.
- 2) Pertanyaan objektif, misalnya pertanyaan pilihan ganda, betul salah dan pertanyaan menjodohkan.

Dari kedua pertanyaan tersebut, pertanyaan objektif khususnya dengan pilihan ganda lebih disukai untuk dijadikan sebagai alat pengukuran karena lebih mudah disesuaikan dengan pengetahuan dan lebih cepat (Arikunto, 2010).

d. Faktor yang Mempengaruhi Terbentuknya Pengetahuan

Adapun faktor yang mempengaruhi terbentuknya pengetahuan dalam diri seorang adalah :

1) Pendidikan

Pendidikan diperlukan untuk mendapat informasi misalnya hal-hal yang menunjang kesehatan sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup. Menurut YB Mantra yang dikutip Notoatmodjo (2003), pendidikan dapat mempengaruhi seseorang termasuk juga perilaku seseorang akan pola hidup terutama dalam memotivasi untuk sikap berperan serta dalam pembangunan (Nursalam, 2003) pada umumnya makin tinggi pendidikan seseorang makin mudah menerima informasi.

2) Usia

Menurut Nursalam (2003) semakin cukup usia dapat meningkatkan kematangan, kekuatan dan daya tangkap seseorang dalam berfikir sehingga pengetahuan yang diperolehnya semakin membaik.

3) Faktor lingkungan

Menurut Nursalam (2003) lingkungan merupakan suatu kondisi yang ada disekitar manusia dan pengaruhnya yang dapat mempengaruhi perkembangan dan perilaku orang atau kelompok.

4) Sosial Budaya

Sistem sosial budaya yang ada pada masyarakat dapat mempengaruhi dari sikap dalam menerima informasi. Individu yang berinteraksi secara kontinyu akan lebih besar terpapar informasi.

5) Ekonomi

Keluarga dengan status ekonomi tinggi lebih mudah mencukupi kebutuhan primer maupun kebutuhan sekunder dibandingkan dengan keluarga status ekonomi rendah. Hal ini akan mempengaruhi kebutuhan akan informasi yang termasuk kebutuhan sekunder.

6) Pengalaman

Pengalaman seorang individu tentang berbagai hal diperoleh dari lingkungan kehidupan dalam proses perkembangannya. Orang yang berpengalaman mudah menerima informasi dari lingkungan sekitar sehingga lebih baik dalam mengambil keputusan (Sukmadinata, 2007).

7) Sumber Informasi

a) Pengertian Sumber Informasi

Sumber informasi adalah isi stimulasi yang dikeluarkan oleh sumber (komunikator) kepada komunikan (penerima). Isi stimulasi berupa pesan atau informasi yang dikeluarkan oleh komunikator, tetapi diharapkan agar seseorang secara positif untuk aktif melakukan sesuatu, berupa perilaku atau tindakan (Notoatmodjo, 2007).

Sumber informasi juga mempengaruhi pengetahuan, baik dari orang maupun media (Notoatmodjo, 2007).

b) Jenis-Jenis Sumber Informasi

i. Didapat secara langsung seperti: Keluarga atau orang tua, tenaga kesehatan (Dokter, Bidan, Perawat), dan Teman.

ii. Didapat secara tidak langsung:

(1) Media Cetak

Media cetak sebagai alat untuk menyampaikan pesan-pesan kesehatan sangat bervariasi, antara lain :

(a) Booklet adalah suatu media untuk menyampaikan pesan-pesan kesehatan dalam bentuk buku, baik tulisan maupun gambar.

(b) Leaflet adalah bentuk penyampaian pesan-pesan atau informasi kesehatan melalui lembaran yang dilipat dalam bentuk gambar atau kombinasi.

- (c) Flyer (selebaran) adalah seperti leoplet tapi tidak dalam bentuk lipatan.
- (d) Flipchart (lembar timbal balik) adalah media penyampaian pesan atau informasi kesehatan dalam bentuk lembar timbal balik, biasanya dalam bentuk buku dimana tiap lembar (halaman) berisi gambar peragaan dan dibaliknya berisi kalimat sebagai pesan atau informasi yang berkaitan dengan gambar tersebut.
- (e) Rubrik atau tulisan-tulisan pada surat kabar atau majalah yang membahas suatu masalah kesehatan.
- (f) Poster adalah bentuk media cetak berisi pesan-pesan/informasi kesehatan yang ditempel di tembok, tempat umum atau kendaraan.
- (g) Foto yang mengungkapkan informasi kesehatan.

(2) Media elektronik

Media elektronik sebagai sasaran untuk menyampaikan pesan-pesan atau informasi kesehatan yang jenisnya berbeda-beda, antara lain : televisi, radio, video, slide, film strip.

(3) Media Papan

Papan (billboard) yang dipasangkan ditempat umum yang berisikan pesan-pesan atau informasi kesehatan (Notoatmodjo, 2003).

2. Remaja

a. Pengertian Remaja

Remaja berasal dari Bahasa latin “*adolescence*” yang berarti tumbuh ke arah kematangan, baik kematangan fisik, sosial maupun psikologis (Soetjiningsih, 2007). Masa remaja adalah periode peralihan dari masa anak-anak ke masa dewasa masa transisi yang ditandai oleh adanya perubahan fisik, emosi, dan psikis (Widyastuti, dkk. 2009).

Batas usia remaja menurut menurut Monks (2006) adalah 12-21 tahun, dimana terbagi dalam 3 yaitu remaja awal 12 - 15 tahun, remaja tengah 15 - 18 tahun, remaja akhir 18 – 21 tahun. Pada masa remaja tersebut terjadilah suatu perubahan organ-organ fisik (organobiologik) secara cepat, dan perubahan tersebut tidak seimbang dengan perubahan kejiwaan (mental emosional) (Widyastuti dkk, 2009).

Tugas perkembangan remaja menurut Dinarti (2009) :

- 1) Mencapai relasi yang lebih matang dengan teman seusia dari kedua jenis kelamin
- 2) Mencapai peran sosial feminin atau maskulin
- 3) Meminta, menerima dan mencapai perilaku bertanggung jawab secara sosial
- 4) Mencapai kemandirian secara emosional dari orang tua dan orang dewasa lain
- 5) Mempersiapkan untuk karir ekonomi

- 6) Mempersiapkan untuk menikah dan berkeluarga
- 7) Menerima fisik dan menggunakan tubuhnya secara efektif
- 8) Memperoleh suatu set nilai dan sistem etis untuk mengarahkan perilaku.

Jadi, remaja adalah masa peralihan dari masa anak ke masa dewasa, meliputi semua perkembangan yang dialami sebagai persiapan memasuki masa dewasa.

b. Ciri-ciri Remaja

Masa remaja adalah suatu masa perubahan. Pada masa remaja terjadi perubahan yang cepat baik secara fisik, maupun psikologis. Ada beberapa perubahan yang terjadi selama masa remaja (Hurlock, 2004) yaitu:

- 1) Peningkatan emosional yang terjadi secara cepat pada masa remaja awal yang dikenal dengan sebagai masa storm & stress. Peningkatan emosional ini merupakan hasil dari perubahan fisik terutama hormon yang terjadi pada masa remaja. Dari segi kondisi sosial, peningkatan emosi ini merupakan tanda bahwa remaja berada dalam kondisi baru yang berbeda dari masa sebelumnya. Pada masa ini banyak tuntutan dan tekanan yang ditujukan pada remaja, misalnya mereka diharapkan untuk tidak lagi bertingkah seperti anak-anak, mereka harus lebih mandiri dan bertanggung jawab.
- 2) Perubahan yang cepat secara fisik yang juga disertai kematangan seksual. Terkadang perubahan ini membuat remaja merasa tidak yakin

akan diri dan kemampuan mereka sendiri. Perubahan fisik yang terjadi secara cepat, baik perubahan internal seperti sistem sirkulasi, pencernaan, dan sistem respirasi maupun perubahan eksternal seperti tinggi badan, berat badan, dan proporsi tubuh sangat berpengaruh terhadap konsep diri remaja.

- 3) Perubahan dalam hal yang menarik bagi dirinya dan hubungan dengan orang lain. Selama masa remaja banyak hal-hal yang menarik bagi dirinya dibawa dari masa kanak-kanak digantikan dengan hal menarik yang baru dan lebih matang. Hal ini juga dikarenakan adanya tanggung jawab yang lebih besar pada masa remaja, maka remaja diharapkan untuk dapat mengarahkan ketertarikan mereka pada hal-hal yang lebih penting. Perubahan juga terjadi dalam hubungan dengan orang lain. Remaja tidak lagi berhubungan hanya dengan individu dari jenis kelamin yang sama, tetapi juga dengan lawan jenis, dan dengan orang dewasa.
- 4) Perubahan nilai, dimana apa yang mereka anggap penting pada masa kanak-kanak menjadi kurang penting karena sudah mendekati dewasa.
- 5) Kebanyakan remaja bersikap ambivalen dalam menghadapi perubahan yang terjadi. Disatu sisi mereka menginginkan kebebasan, tetapi disisi lain mereka takut akan tanggung jawab yang menyertai kebebasan tersebut, serta meragukan kemampuan mereka sendiri untuk memikul tanggung jawab tersebut.

c. Perkembangan Masa Remaja

Masa remaja adalah masa datangnya pubertas (11-14 tahun) sampai usia sekitar 18 tahun, masa transisi dari kanak-kanak menuju ke dewasa. Masa ini hampir selalu, merupakan masa-masa sulit bagi remaja maupun orang tua. Perkembangan masa remaja sebagai berikut (Yudrik Jahja, 2014) :

- 1) Remaja mulai menyampaikan kebebasan dan haknya untuk mengemukakan pendapatnya sendiri. Tidak terhindarkan, ini dapat menciptakan ketegangan dan perselisihan dan dapat menjauhkan dia dari keluarganya.
- 2) Remaja lebih mudah dipengaruhi teman-temannya daripada ketika masih lebih muda. Ini berarti pengaruh orang tua pun melemah. Anak remaja berperilaku dan mempunyai kesenangan yang berbeda bahkan bertentangan dengan perilaku dan kesenangan remaja.
- 3) Remaja mengalami perubahan fisik yang luar biasa, baik pertumbuhan maupun seksualitasnya. Perasaan seksual yang mulai muncul dapat menakutkan, membingungkan dan menjadi sumber perasaan salah dan frustrasi.
- 4) Remaja sering menjadi terlalu percaya diri dan ini bersama-sama dengan emosinya yang biasanya meningkat, mengakibatkan dia susah menerima nasihat orang tua.

d. Faktor-faktor timbulnya masalah pada remaja

Faktor-faktor yang menimbulkan masalah pada remaja (Soetjiningsih, 2004):

- 1) Kurang terkendalinya rem-rem psikis oleh hati nurani dan tidak berfungsinya atau lemahnya sistem pengontrolan diri oleh lembeknya kemauan.
- 2) Kurang adanya pembentukan karakter.
- 3) Perasaan tidak mampu atau kecewa.
- 4) Ada yang berpendapat bahwa faktor munculnya masalah pada remaja karena:
 - a) Faktor internal adalah faktor yang berasal dari dalam diri sendiri seperti lemahnya iman dan prinsip atau pandangan hidup yang salah.
 - b) Faktor eksternal adalah faktor yang berasal dari luar diri seperti: lingkungan rumah, tetangga, sekolah, teman sebaya dan pergaulan.

e. Perubahan Fisik Pada Remaja

Pada saat memasuki pubertas terjadi perubahan fisik yang bermakna sampai pubertas terakhir dan berhenti pada saat dewasa, keadaan ini terjadi pada semua remaja normal, yang membedakan hanyalah awal mulainya. Mungkin ada remaja laki-laki yang sudah mulai tumbuh kumis tipis, sementara yang lainnya belum mengalaminya. Perbedaan seperti itu membuat remaja lainnya risau, tetapi apabila tidak terlalu jauh dengan

temannya masih bisa dianggap normal dan akan mengejar ketinggalan pertumbuhan tersebut (Sarwono, 2011).

Tabel 1.1

Perubahan Fisik Remaja Putri

PERUBAHAN FISIK REMAJA	USIA
Pertumbuhan payudara	7-13 tahun
Pertumbuhan rambut kemaluan	7-14 tahun
Pertumbuhan badan /tubuh	9,5-14,5 tahun
Menarche	10-16,5 tahun
Pertumbuhan bulu ketiak	1-2 tahun setelah tumbuhnya rambut pubis

Sumber : (Sarwono, 2011)

Pada pertumbuhan fisik remaja baik laki-laki maupun perempuan adalah kecepatan tumbuhnya (*growth spurt*). Pada saat ini pertumbuhan tinggi badan terjadi sangat cepat. Perbedaan pertumbuhan fisik laki-laki dan perempuan adalah pada pertumbuhan pada organ reproduksi, dimana diproduksi hormon yang berbeda, penampilan yang berbeda dan bentuk tubuh yang berbeda (Sarwono, 2011).

Anak perempuan mulai tumbuh pesat fisiknya pada usia 10 tahun dan paling cepat terjadi pada usia 12 tahun. Sedangkan pada laki-laki 2 tahun lebih lambat mulainya. Pertumbuhan fisik perempuan dan laki-laki tidak sejalan dengan perkembangan emosionalnya. Seorang remaja yang badannya tinggi besar belum tentu mempunyai emosi yang matang,

sebaliknya yang bertubuh biasa saja mempunyai emosi yang lebih matang (Sarwono, 2011).

Pertumbuhan tinggi remaja dipengaruhi tiga faktor yaitu genetik, gizi, dan variasi individu. Secara genetik orang tua yang tubuhnya tinggi, punya anak yang tinggi juga. Faktor gizi juga sangat berpengaruh, remaja dengan status gizi yang baik akan tumbuh lebih tinggi dibanding dengan remaja dengan status gizi yang kurang (Depkes RI, 2007).

f. Karakteristik Remaja

Menurut Depkes RI (2007), masa remaja dibedakan menjadi 3 yaitu :

1) Masa remaja awal

Masa remaja awal yaitu umur 10-13 tahun. Yang ciri-cirinya sebagai berikut :

- (a) Cemas terhadap penampilan badannya yang berdampak pada meningkatnya kesadaran diri.
- (b) Perilaku memberontak membuat remaja sering konflik dengan lingkungannya.
- (c) Teman lebih penting sehingga remaja berusaha menyesuaikan dengan mode teman sebayanya.

2) Masa remaja tengah

Masa remaja tengah yaitu umur 14-16 tahun yang ciri-cirinya sebagai berikut :

- (a) Lebih mampu untuk berkompromi, berdampak tenang, sabar dan lebih toleran untuk menerima pendapat orang lain.
- (b) Mulai membina hubungan dengan lawan jenis berdampak berpacaran tetapi tidak menjerumus serius.
- (c) Mulai membutuhkan lebih banyak teman dan solidaritas berdampak ingin banyak menghabiskan waktu bersama teman-teman.

3) Masa remaja akhir

Masa remaja akhir yaitu umur 17-19 tahun yang ciri-cirinya sebagai berikut :

- (a) Ideal berdampak cenderung menggeluti masalah sosial politik maupun agama.
- (b) Lebih mampu membuat hubungan stabil dengan lawan jenis berdampak mempunyai pasangan yang lebih serius dan banyak menyita waktu.
- (c) Merasa sebagai orang yang dewasa berdampak cenderung mengemukakan pengalaman yang berbeda dengan orang tuanya.

3. Pubertas

a. Pengertian

Pubertas adalah suatu periode perubahan dari tidak matang menjadi matang (Soetjiningsih, 2004). Menurut Santrock (2003) pubertas adalah tanda yang paling penting dimulainya masa remaja, yang merupakan

perubahan cepat pada kematangan fisik yang meliputi hormonal yang terutama terjadi pada masa remaja awal. Pada wanita pubertas terjadi diantara usia 8 - 14 tahun sedangkan laki-laki terjadi pada usia antara 9 - 14 tahun (NHS Choices dalam Margaret Perry, 2012).

b. Tahapan Masa Pubertas

Al-Mighwar (2006) menjelaskan masa pubertas terjadi secara bertahap, yaitu:

1) Tahap Prapubertas (9 - 10 tahun)

Pada tahap ini disebut juga tahap pematangan yaitu pada satu atau dua terakhir masa kanak –kanak, yaitu periode sekitar 2 tahun sebelum pubertas ketika anak pertama kali mengalami perubahan fisik yang menandakan kematangan seksual. Pada masa ini dianggap sebagai ”prapubertas”, sehingga ia tidak disebut seorang anak dan tidak pula seorang remaja. Tahap ini, ciri - ciri seks sekunder mulai tampak, namun organ-organ reproduksinya belum berkembang secara sempurna.

2) Tahap Puber (12 - 15 tahun)

Pada tahap ini disebut juga tahap matang, yaitu terjadi pada garis antara masa kanak-kanak dan masa remaja. Tahap ini, kriteria kematangan seksual mulai muncul. Pada anak perempuan terjadi haid pertama dan laki-laki terjadi mimpi basah pertama kali. Mulai

berkembang ciri - ciri seks sekunder dan sel - sel diproduksi dalam organ - organ seks.

3) Tahap Pasca Puber (17 - 18 tahun)

Tahap ini menyatu dengan tahun pertama dan kedua pada masa remaja. Tahap ini ciri - ciri seks sekunder sudah berkembang dengan baik dan organ-organ seks juga berfungsi secara matang. Hal ini merupakan periode 1 sampai 2 tahun setelah pubertas, ketika pertumbuhan tulang telah lengkap dan fungsi reproduksinya terbentuk dengan cukup baik.

c. Perubahan Pada Masa Pubertas

Masa pubertas adalah masa dimulainya berbagai perubahan baik biologis, psikologis maupun psikososial. Perubahan biologis meliputi perubahan primer dan perubahan sekunder disebut juga perubahan fisik.

1) Perubahan primer

Perubahan kelamin primer dimulai dengan berfungsinya organ-organ genitalia yang ada. Pada perempuan ditandai dengan *menarche* atau haid pertama kali (Soetjningsih, 2007). Secara normal *menarche* berlangsung kurang lebih pada usia 11-16 tahun (Zein, 2005). Pubertas dikatakan telat atau tertunda apabila tanda-tanda pubertas pada seorang perempuan muncul pada usia 13 tahun (Argente dalam Perry, 2012). Begitupula dengan pubertas yang begitu dini yaitu apabila tanda – tanda fisik dan hormon terjadi lebih awal dikatakan

bahwa seorang perempuan pubertas dini apabila terjadi dibawah usia 8 tahun dan biasanya pada usia 6 - 8 tahun (Kaplowitz dalam Perry, 2012).

2) Perubahan sekunder (Perubahan fisik)

Menurut Marshall dan Tanner dalam Perry (2012) perubahan fisik pada perempuan yaitu berfokus pada perkembangan payudara, pertumbuhan rambut pubis, berat badan, pertumbuhan, massa tulang, perubahan emosional serta menstruasi. Sedangkan menurut BKKBN (2009) perubahan kelamin sekunder pada perempuan ditandai dengan payudara yang membesar, pinggul yang mulai melebar, dada membesar, tinggi dan berat badan yang bertambah secara cukup cepat, kulit dan rambut berminyak dan kadang - kadang tumbuh jerawat, mulai tumbuh rambut di ketiak dan sekitar kemaluan, lebih banyak berkeringat dan keringat mulai mengeluarkan bau, suaranya menjadi halus (BKKBN, 2009). Penjelasan mengenai perubahan fisik yang terjadi pada remaja putri sebagai berikut :

(a) Payudara

Perkembangan payudara merupakan tanda awal bahwa seorang perempuan memasuki pubertas (University of Maryland Medical Center dalam Perry, 2012). Perkembangan kuncup payudara terjadi sekitar usia 10 tahun pada 85% anak perempuan, namun

bias pula lebih dini pada usia 8 tahun (Jaiyesimi dalam Perry, 2012).

(b) Pinggul

Pinggul menjadi bertambah lebar dan bulat sebagai akibat membesarnya tulang pinggul dan berkembangnya lemak di bawah kulit (Sarwono, 2005).

(c) Kulit

Kulit menjadi lebih kasar, lebih tebal, agak pucat dan lubang pori-pori bertambah besar. Kelenjar lemak dan kelenjar keringat menjadi lebih aktif. Sumbatan di kelenjar lemak dapat menyebabkan jerawat (Sarwono, 2005).

(d) Rambut

Pertumbuhan rambut kemaluan dan rambut ketiak terjadi segera setelah perkembangan payudara namun pada beberapa anak perempuan (15 - 20%) pertumbuhan rambut ini bias menjadi tanda pubertas yang pertama (Jiyesimi dalam Perry, 2012).

(e) Menstruasi

Awal menstruasi biasanya terjadi 2-4 tahun setelah kuncup payudara tampak dan rambut kemaluan tumbuh jarang-jarang (Stang dan Story dalam Perry, 2012). Usia *menarche* biasanya dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti sosial ekonomi dan lingkungan, ras, indeks masa tubuh (IMT), nutrisi, serta

kebiasaan olahraga (Karapanou hipotalamus dan Papadimitriou dalam Perry, 2012). Pada perempuan yang sehat awal menstruasi terjadi karena pelepasan GRH dari yang akan menstimulasi kelenjar pituitary yang akan menghasilkan FSH dan LH. Ovarium kemudian menstimulasi produksi estrogen dan progesterone. Estrogen kemudian mengaktifasi penebalan dinding endometrium (fase proliferasi) hingga mencapai setengah dari siklus menstruasi dengan tujuan untuk persiapan jika ada embrio yang terfertilisasi. Jika fertilisasi tidak terjadi maka terjadilah menstruasi (Chandran dalam Perry, 2012).

(f) Berat Badan dan Bentuk Tubuh

Pubertas adalah saat yang signifikan dimana terjadi penambahan berat badan (Rogol *et al* dalam Perry, 2012). Selain itu bentuk tubuh akan berubah selama pubertas. Pada perempuan pinggul akan lebih lebar dan sedikit menggangu dengan perkembangan bentuk tubuh akibat timbunan lemak pada daerah bokong, perut, pinggul dan paha.(Chandran dalam Perry, 2012).

(g) Pertumbuhan

Pertumbuhan terlihat lebih cepat saat fase prapubertas.pada perempuan terjadi lebih awal namun tidak pada laki - laki (Rogol *et al* dalam Perry, 2012). Pertambahan tinggi perempuan kira-kira 8-9 cm per tahun dan mulai meningkat sejak usia 16 tahun

(Stang dan Story dalam Perry, 2012).

(h) Massa Tulang

Pada separuh dari massa tulang pada orang dewasa sudah terjadi selama masa remaja (Stang dan Story dalam Perry, 2012). Olahraga yang teratur dan diet yang cukup memberikan pengaruh yang positif. Sedangkan, konsumsi minuman karbonat yang tinggi, merokok dan alkohol memberikan pengaruh yang negative dan dapat mempengaruhi puncak massa tulang (Perez Lopez dalam Perry, 2012).

(i) Suara

Suara menjadi lebih lembut dan semakin merdu. Suara serak dan suara yang pecah jarang terjadi pada anak perempuan (Sarwono, 2005).

3) Perubahan Psikososial

Perubahan fisik yang cepat dan terjadi secara berkelanjutan pada remaja menyebabkan para remaja sadar dan lebih sensitif terhadap bentuk tubuhnya dan mencoba membandingkan dengan teman-teman sebaya. Jika perubahan tidak berlangsung secara lancar maka berpengaruh terhadap perkembangan psikis dan emosi anak, bahkan terkadang timbul ansietas, terutama pada anak perempuan bila tidak dipersiapkan untuk menghadapinya.

Perubahan psikososial pada remaja dibagi dalam tiga tahap yaitu remaja awal (*early adolescent*), pertengahan (*middle adolescent*), dan akhir (*late adolescent*). Periode pertama disebut remaja awal atau *early adolescent*, terjadi pada usia 12-14 tahun. Pada masa remaja awal anak-anak terpapar pada perubahan tubuh yang cepat, adanya akselerasi pertumbuhan, dan perubahan komposisi tubuh disertai awal pertumbuhan seks sekunder. Karakteristik periode remaja awal ditandai oleh terjadinya perubahan-perubahan sempurna. Perubahan psikososial yang ditemui antara lain (Sari Pediatri, 2010):

- (a) Identitas diri menjadi lebih kuat
- (b) Mampu memikirkan ide
- (c) Mampu mengekspresikan perasaan dengan kata-kata
- (d) Lebih menghargai orang lain
- (e) Lebih konsisten terhadap minatnya
- (f) Bangga dengan hasil yang dicapai
- (g) Selera humor lebih berkembang
- (h) Emosi lebih stabil

Pada fase remaja akhir lebih memperhatikan masa depan, termasuk peran yang diinginkan nantinya. Mulai serius dalam berhubungan dengan lawan jenis, dan mulai dapat menerima tradisi dan kebiasaan lingkungan.

d. Masalah Kesehatan Seksualitas Remaja

1) Hubungan dengan Pacar

Persoalan yang mewarnai hubungan dengan pacar yaitu, masalah kekerasan oleh pacar, tekanan untuk melakukan hubungan seksual, pacar cemburuan, pacar berselingkuh dan bagai mana menghadapi pacar yang pemaarah. Tindakan seseorang dapat digolongkan sebagai tindak kekerasan dalam percintaan bila salah satu pihak merasa terpaksa, tersinggung dan disakiti dengan apa yang telah di lakukan pasangannya.

2) Hubungan Seksual Sebelum Nikah

Cara para remaja berpacaran saat ini melakukan ciuman bibir, raba-raba daerah sensitif, saling menggesekkan alat kelamin (*petting*) sampai ada pula yang melakukan senggama. Pada perkembangan zaman saat ini juga mmpengaruhi perilaku seksual dalam berpacaran para remaja. Hal ini dapat dilihat bahwa hal-hal yang ditabukan remaja pada beberapa tahun yang lalu seperti berciuman dan bercumbu, kini sudah dianggap biasa.

3) Penyakit Menular Seksual

Hubungan seksual sebelum menikah juga beresiko terkena penyakit menular seksual seperti, *sifilis*, *gonorrhoe* (kencing nanah), *herpes* sampai terinfeksi HIV.

4) Masturbasi

Keadaan ini mencerminkan bahwa sebagian besar remaja memerlukan masturbasi untuk menyalurkan hasrat seksual.

5) Jerawat dan bau badan

Keadaan ini merupakan mala petaka bagi remaja, karena mengganggu penampilan mereka sehingga dapat menimbulkan rasa rendah diri dalam pergaulan.

6) Keputihan pada remaja putri

Sebagian remaja putri malu untuk berobat karena harus membicarakan dan periksa alat kelaminnya, sehingga mereka mencoba untuk mengobati dirinya sendiri dengan jalan bertanya kepada orang yang tidak paham.

7) Keperawanan

Ternyata baik di kota maupun di pedesaan hal ini masih dianggap sebagai syarat wanita baik-baik.

e. Ciri-ciri Pubertas

Ciri-ciri Pubertas yaitu, (Sarlito, 2010)

1) Masa puber adalah periode tumpang tindih

Masa puber harus dianggap sebagai periode tumpang tindih karena mencakup tahun terakhir masa kanak-kanak dan tahun masa remaja.

2) Masa puber adalah periode yang singkat

Masa puber relatif merupakan periode yang singkat, yaitu sekitar dua sampai empat tahun, dibandingkan dengan banyaknya perubahan yang terjadi di dalam maupun di luar tubuh. Sebagai kelompok anak perempuan lebih cepat matang daripada kelompok anak laki-laki.

4. Peran Orang Tua

a. Pengertian

Orang tua merupakan figur penting dalam kehidupan seorang remaja. Relasi dan peran orang tua pada masa remaja sangat penting bagi perkembangan diri remaja (Dirgagunarsa & Sutantoputri, 2004). Peran adalah perangkat tingkah laku yang diharapkan atau dimiliki oleh orang yang bercukupan di masyarakat, peran utama ditentukan oleh ciri-ciri individual yang bersifat khas atau istimewa (Depdiknas, 2002). Orang tua mempunyai peranan yang penting dalam mengantar anak-anaknya ke alam dewasa. Orang tua menjadi sumber pertama mengenai kesehatan reproduksi kepada remaja secara benar dan terpercaya. Yang terpenting adalah bagaimana orang tua menanamkan nilai-nilai agama sejak dini, sambil memberikan pengertian dan penyadaran, mengenai kesehatan reproduksi anak-anak (Lentera, 2001).

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Nasria Putriani (2010) diketahui bahwa sebagian besar remaja menganggap orang tua adalah orang yang penting bagi mereka (35,5%), karena nilai-nilai yang di tanamkan oleh orang tua mereka dapat mempengaruhi pengetahuan remaja.

Pengetahuan yang tidak sesuai dengan tugas perkembangan remaja pada umumnya dapat dipengaruhi orang tua. Bilamana orang tua mampu memberikan pemahaman mengenai pengetahuan kesehatan reproduksi kepada anak-anaknya, maka anak-anaknya cenderung mengontrol perilaku seksnya yang dapat berpengaruh pada organ reproduksi itu sesuai dengan pemahaman yang diberikan orang tuanya hal ini terjadi karena pada dasarnya pendidikan seks yang terbaik adalah yang diberikan oleh orang tua sendiri, dan dapat pula diwujudkan melalui cara hidup orang tua dalam keluarga sebagai suami-istri yang bersatu dalam perkawinan. Kesulitan yang akan timbul kemudian adalah apabila pengetahuan orang tua kurang memadai menyebabkan sikap kurang terbuka dan cenderung tidak memberikan pemahaman tentang masalah-masalah reproduksi anak. Hal tersebut akan mengakibatkan anak mendapatkan informasi seks yang tidak sehat. Informasi seks yang tidak sehat atau tidak sesuai dengan perkembangan usia remaja ini mengakibatkan remaja terlibat dalam kasus-kasus berupa konflik-konflik dan gangguan mental, ide-ide yang salah dan ketakutan-ketakutan yang berhubungan dengan seks. Dalam hal ini, terciptanya konflik dan gangguan mental serta ide-ide yang salah dapat memungkinkan seorang remaja akan melakukan atau mencoba hubungan seks pranikah.

b. Macam-macam Peran Orang Tua

Menurut BKKBN (2008), orang tua mempunyai beberapa peranan yang harus dijalankan yaitu:

1) Peran sebagai pendidik

Orang tua hendaknya menyadari banyak tentang perubahan fisik maupun psikis yang akan dialami oleh remaja. Untuk itu orang tua wajib memberikan bimbingan dan arahan kepada anak-anaknya. Nilai-nilai agama yang ditanamkan orang tua kepada anaknya sejak dini merupakan bekal dan benteng mereka untuk menghadapi perubahan-perubahan yang terjadi agar kelak menjadi remaja yang mandiri, disiplin, dan bertanggung jawab. Orang tua perlu menanamkan arti penting dari pendidikan dan ilmu pengetahuan yang mereka dapatkan di sekolah, di luar sekolah serta di dalam keluarga. Dalam hal ini, orang tua sangat penting dalam memberikan pemahaman kepada anak-anaknya sehingga diharapkan para remaja mampu menyadari dan memahami keburukan tentang masalah seksual, agar tingkat perkembangan perilaku seksual bebas di kalangan remaja tidak terus bertambah.

2) Peran sebagai pendorong

Menghadapi masa peralihan menuju dewasa, remaja sering membutuhkan dorongan dari orang tua. Terutama saat mengalami kegagalan yang mampu menyurutkan semangat mereka. Pada saat itu,

orang tua perlu menanamkan keberanian dan rasa percaya diri remaja dalam menghadapi masalah, serta tidak mudah menyerah dari kesulitan.

3) Peran sebagai panutan

Remaja memerlukan model panutan di lingkungannya. Orang tua perlu memberikan contoh dan keteladanan, baik dalam menjalankan nilai-nilai agama maupun norma-norma yang berlaku di masyarakat. Peran orang tua yang baik akan mempengaruhi kepribadian remaja.

4) Peran sebagai pengawas

Orang tua memiliki kewajiban untuk melihat dan mengawasi sikap dan perilaku remaja agar tidak terjerumus ke dalam pergaulan yang membawanya kedalam kenakalan remaja dan tindakan yang dapat merugikan diri mereka sendiri.

5) Peran sebagai teman

Menghadapi remaja yang telah memasuki akil baligh, orang tua perlu lebih sabar dan mau mengerti tentang perubahan pada remaja, perlu menciptakan dialog yang hangat dan akrab, jauh dari ketegangan. Hanya bila remaja merasa aman dan terlindung, orang tua dapat menjadi sumber informasi, serta teman yang dapat diajak bicara atau bertukar pendapat tentang kesulitan atau masalah mereka.

6) Peran sebagai konselor

Peran orang tua sangat penting dalam mendampingi remaja, ketika menghadapi masa-masa sulit dalam mengambil keputusan bagi dirinya. Orang tua dapat memberikan gambaran dan pertimbangan yang positif dan negatif sehingga mereka mampu belajar mengambil keputusan terbaik.

7) Peran sebagai komunikator

Suasana harmonis dan saling memahami antara orang tua dan remaja dapat menciptakan komunikasi yang baik. Orang tua perlu membicarakan topik secara terbuka.

Menurut Yudrik Jahja (2014), tugas-tugas yang dilakukan oleh orang tua yang cukup baik, secara garis besar adalah:

- 1) Memenuhi kebutuhan fisik yang paling pokok, sandang, pangan dan kesehatan.
- 2) Memberikan ikatan dan hubungan emosional, hubungan yang erat ini merupakan bagian penting dari perkembangan fisik dan emosional yang sehat dari seorang anak.
- 3) Memberikan suatu landasan yang kukuh, ini berarti memberikan suasana rumah dan kehidupan keluarga yang stabil.
- 4) Membimbing dan mengendalikan perilaku.
- 5) Memberikan berbagai pengalaman hidup yang normal, hal ini diperlukan untuk membantu anak Anda matang dan akhirnya

mampu menjadi seorang dewasa yang mandiri. Sebagian besar orang tua tanpa sadar telah memberikan pengalaman ini secara alami.

- 6) Mengajarkan cara berkomunikasi, orang tua yang baik mengajarkan anak untuk mampu menuangkan pikiran kedalam kata-kata dan memberi nama pada setiap gagasan, mengutarakan gagasan-gagasan yang rumit dan berbicara tentang hal-hal yang terkadang sulit untuk dibicarakan seperti ketakutan dan amarah.
- 7) Membantu anak Anda menjadi bagian dari keluarga.
- 8) Memberi teladan.

Cara yang perlu diajarkan kepada orang tua dalam rangka memfasilitasi perkembangan remaja (Sumiati, 2009):

- 1) Jelaskan ciri-ciri perkembangan remaja yang normal dan menyimpang
- 2) Cara yang dapat dilakukan orang tua atau keluarga untuk memfasilitasi perkembangan remaja normal:
 - a) Fasilitas remaja untuk berinteraksi dalam kelompok.
 - b) Anjurkan remaja bergaul dengan orang lain yang membuat remaja nyaman mencurahkan perasaan, perhatian dan kekhawatirannya.
 - c) Anjurkan remaja mengikuti orang yang mempunyai kegiatan positif

- d) Berperan sebagai teman curhat bagi remaja
- e) Berperan sebagai contoh peran bagi remaja dalam melakukan interaksi sosial yang baik
- f) Berikan lingkungan yang nyaman bagi remaja untuk melakukan aktifitas bersama kelompoknya
- g) Membimbing remaja dalam menentukan rencana masa depan.

c. Upaya Orang Tua dalam Mempersiapkan Masa Pubertas

Ada beberapa hal yang dapat dilakukan orang tua untuk mempersiapkan anak dalam menghadapi masa pubertas yaitu:

1) Pembinaan religius

Pembinaan religius sangat diperlukan dalam hal mempersiapkan anak memasuki masa pubertas. Musa (2003) menyebutkan bahwa dalam mempersiapkan diri jalan teraman bagi orang tua adalah berpegang pada landasan agama. Penjelasan yang diberikan kepada anak mengenai kesehatan reproduksi senantiasa di bingkai dalam nuansa moral dan keagamaan.

2) Meningkatkan pengetahuan tentang kesehatan reproduksi.

Chairiah (2003) mengatakan bahwa orang tua kurang memiliki pengetahuan tentang kesehatan reproduksi remaja sehingga tidak mampu membekali pengetahuan kesehatan reproduksi secara aktif. Pemahaman orang tua yang keliru tentang kesehatan reproduksi

juga mempengaruhi upaya dalam mempersiapkan anak menuju masa pubertas.

3) Interaksi orang tua dan anak.

Interaksi ini terjalin dalam komunikasi. Komunikasi adalah inti suksesnya hubungan orang tua dan anak. Komunikasi di landasi rasa respek terhadap anak, langsung, dan proaktif (tidak perlu menunggu anak bertanya). Makin luas informasi yang diperoleh, makin besar kesiapan remaja menghadapi masa remaja dengan sebaik-baiknya.

4) Menanamkan konsep diri yang positif.

Konsep diri merupakan semua perasaan dan pemikiran seseorang mengenai dirinya sendiri. Hal itu meliputi kemampuan, karakter diri, sikap, tujuan hidup, kebutuhan dan penampilan diri. Gambaran pribadi remaja terhadap dirinya sendiri meliputi penilaian diri dan penilaian sosial.

5) Mengkondisikan lingkungan keluarga yang harmonis dan kondusif.

Salah satu upaya dalam mempersiapkan masa pubertas adalah menciptakan hubungan harmonis dalam keluarga. Hal ini mempermudah interaksi antar anggota keluarga. Dari berbagai studi dan pendapat para ahli memperlihatkan bahwa sikap keterbukaan, perhatian, cinta, dan rasa persahabatan yang di berikan oleh orang

tua kepada remaja mampu membina pendidikan reproduksi dalam keluarga.

6) Pengawasan peer group.

Pada masa ini telah terbentuk peer group sesuai dengan tahap perkembangannya, dan anak-anak remaja umumnya percaya pada ucapan teman-temannya tersebut. Orang tua sama-sama dapat menunjukkan otoritas bila persoalan mengenai hal-hal yang prinsip yang tentu saja tetap dengan menggunakan tehnik yang tepat, tanpa prinsip duel sehingga ada pihak yang menang dan kalah.

7) Memfasilitasi tersedianya media massa yang terpercaya.

Salah satu ciri media pengajaran adalah mengandung atau membawa pesan atau informasi kepada penerima. Banyak media massa yang memberikan informasi keliru tentang reproduksi. Begitu juga dengan mudahnya akses terhadap penyedia layanan yang cenderung merusak perilaku seksual remaja.

8) Partisipasi dalam program kesehatan reproduksi remaja dan *peer education* di sekolah.

Program ini dilakukan dengan pendekatan komunikasi berkesinambungan antara keluarga dan sekolah. Pembinaan keluarga disekolah dilaksanakan melalui kegiatan ekstrakurikuler dan metode pemecahan masalah pada siswa yang bermasalah. Penelitian Fuad menyebutkan bahwa sebaiknya *peer education*

dipilih dari teman-teman yang suaranya didengar sehingga mempunyai nilai kepercayaan bagi teman-teman yang lain.

d. Hubungan Peran Orang Tua, Pengetahuan Remaja Putri Tentang Perubahan-perubahan Pada Masa Pubertas dan Perilaku Menyimpang Pada Remaja

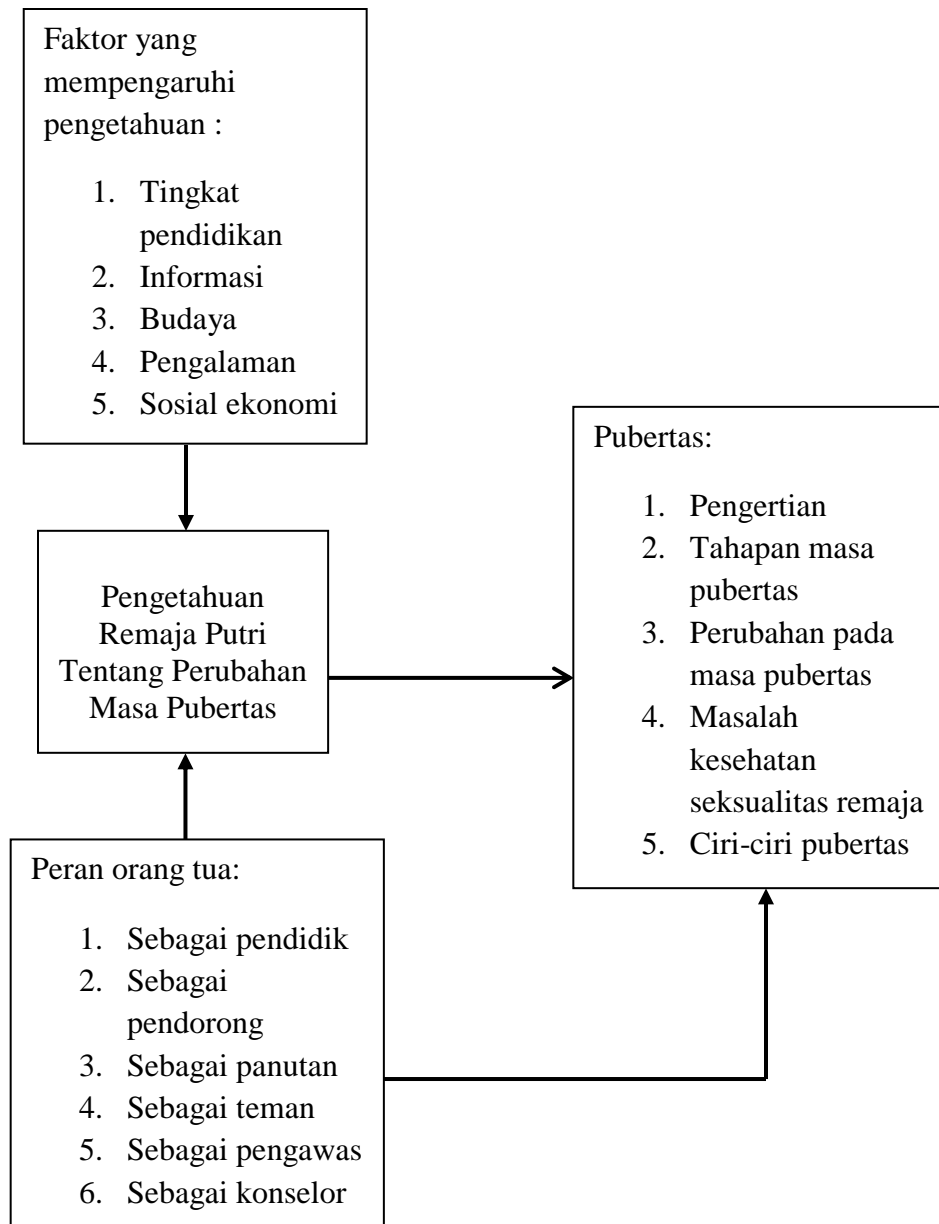
Orang tua yang merupakan pihak pertama yang bertanggung jawab memberikan informasi tentang kesehatan reproduksi bagi remaja harus menyesuaikan dengan tingkat perkembangannya. Fokus pendidikan yang diberikan pada anak harus sesuai dengan kebutuhan perkembangannya. Untuk anak kelas satu SMP yang rata-rata umurnya adalah dibawah 15 tahun maka fokus untuk anak usia 11-13 tahun adalah pertumbuhan dan perkembangan remaja, masa akil baliq, perubahan fisik, psikis dan tingkah laku dan alat reproduksi baik organ maupun fungsinya, serta mitos dan fakta yang berhubungan. Untuk anak yang lebih besar (14-15 tahun) dapat dibicarakan mengenai masa subur, seks dan kehamilan, akibat kehamilan remaja, dan pengaruh teman/lingkungan terhadap kepribadian (Hastuti, 2003:11). Selain pembinaan terhadap sasaran langsung/siswa, orang tua merupakan faktor penentu keberhasilan program pembinaan kesehatan remaja/siswa, karena orang tua merupakan sosok yang paling dekat dengan siswa.

Terkait dengan perubahan masa pubertas sumber informasi yang kurang bagi remaja dapat mempengaruhi remaja dalam masa pubertas, karena pengetahuan remaja yang kurang baik remaja bisa mendapatkan sumber informasi yang kurang tepat. Informasi yang didapat mengenai kebutuhan remaja dapat diperoleh secara langsung maupun tidak langsung melalui media massa, koran majalah, TV maupun radio, ceramah disekolah. Fenomena yang terjadi pada saat ini, seperti penggunaan internet dapat menjadi sumber informasi yang tidak selalu benar/valid. Remaja yang berpengetahuan tidak adekuat, maka akan banyak mengalami pengetahuan yang tidak sesuai dengan kebutuhannya. Kelalaian orang tua dalam mendidik (memberikan ajaran dan bimbingan tentang nilai-nilai agama) juga sangat berpengaruh untuk pengetahuan seorang remaja. Perilaku menyimpang remaja antara lain (Yudrik Jahja, 2014) :

- 1) Pergaulan negatif (teman bergaul yang sikap dan perilakunya kurang memperhatikan nilai-nilai moral).
- 2) Beredarnya film-film atau bacaan-bacaan porno.
- 3) Kurang dapat memanfaatkan waktu luang.
- 4) Kehidupan moralitas masyarakat yang bobrok.
- 5) Hidup menganggur.
- 6) Kehidupan ekonomi keluarga yang morat-marit (miskin/fakir).

- 7) Diperjual belikannya minuman keras/obat-obatan terlarang secara bebas.
- 8) Penjualan alat-alat kontrasepsi yang kurang terkontrol.
- 9) Perceraian orang tua.
- 10) Perselisihan atau konflik orang tua (antara anggota keluarga).
- 11) Sikap perlakuan orang tua yang buruk terhadap anak.

B. Kerangka Teori

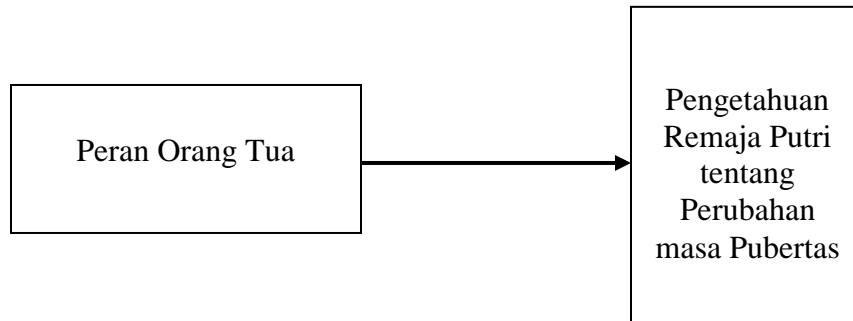


Gambar 2.1

(Al-Mighwar, 2006; BKKBN, 2008; Depkes RI, 2007; Desmita, 2010; Monks, 2002; Notoadmodjo, 2003; dan Sarlito, 2010).

C. Kerangka Konsep

Berdasarkan tinjauan dan landasan teori di atas maka dapat disusun suatu kerangka konsep sebagai berikut :



Gambar 2.2

D. Hipotesis

Hipotesis yang diajukan adalah ” Ada Hubungan antara Peran Orang Tua Dengan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Perubahan-perubahan Masa Pubertas”.