

# PERSEPSI SISWA KELAS VI SEKOLAH DASAR TENTANG PERUBAHAN YANG TERJADI SELAMA MASA PUBERTAS

Rohmayanti<sup>1)</sup>, Yanti Hermayanti<sup>2)</sup>, Wiwi Mardiah<sup>3)</sup>

<sup>1</sup>Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Magelang

Email: [rohmayanti@ummgl.ac.id](mailto:rohmayanti@ummgl.ac.id)

<sup>2</sup>Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Padjadjaran

<sup>3</sup>Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Padjadjaran

## Abstract

*Puberty is a time of transition from childhood to the teenage years. In the face of puberty, teenager will perceive these changes with different points of view in accordance with the experience, knowledge and motivation they have. Adolescent perception of this change will form a pattern of attitudes and behavior of adolescents especially related to adolescent reproductive health. This study aims to understand adolescent health issues from the perspective of adolescent perception itself. This type of research is descriptive qualitative approach. Informants in this study involved six students were taken by purposive sampling. The process of collecting data using interviews, all data contained in matrix form and explained in the narrative. The process of data analysis was done by reviewing all data, reduce the data, find a theme and make interpretation of research results. The results showed that most informants perceive changes in puberty as a scary thing and build an embarrassment to the physical changes such as menstrual events, voice changes, and changes in body weight, which is expressed by four informants. This condition causes the student is impaired in social relations (psychosocial) in the area of family, peers and school. Those that perceive that change as a normal thing that is not to be feared. This causes the tendency of informants develop a negative perception of the changes in puberty. Perception of these students in the wake of many things, including knowledge inadequate, therefore the necessary co-operation between parents, teachers and health workers to take an active role in efforts to provide guidance to adolescent health issues, where nurses can play a role as an educator, counselor and motivator.*

**Keyword:** *perception, puberty, changes in puberty*

## 1. PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan masa transisi antara masa kanak-kanak dan dewasa yang diawali dengan pubertas. Pubertas merupakan karakteristik primer pada masa remaja awal, dengan batasan usia antara 11-14 tahun (Wong, D.L, 1995). Pubertas dimulai dengan perubahan besar pada biologis yang menjadikan remaja sebagai makhluk social dan mampu bereproduksi (Narendra, M.B, 2002). Perubahan-perubahan tersebut terjadi secara pesat yang menimbulkan kebingungan pada diri remaja. Perubahan fisik yang dapat menyebabkan masalah pada remaja laki-laki yang paling menonjol adalah tubuh menjadi lebih tinggi, terjadi perubahan suara dan tumbuh kumis, serta mimpi basah. Sedangkan pada anak perempuan yang sering menjadi masalah adalah peristiwa menstruasi, perubahan berat badan, pertumbuhan payudara (Sari, 2001). Perubahan psikososial yang dialami remaja awal meliputi 3 area yaitu keluarga, kelompok sebaya

(*peer group*) dan sekolah. Terdapat ketidaktergantungan terhadap keluarga misalnya menuntut *privacy*. Pada kelompok sebaya biasanya remaja lebih senang berkumpul dengan teman sejenis yang terpusat pada kegiatan bersama. Di lingkungan sekolah, yang lebih dominan adalah bahwa perkembangan fisik pada masa pubertas yang sinkron dengan teman sebaya merupakan factor yang penting dalam menyesuaikan diri di lingkungan sekolah (Narendra, M.B, 2002)

Perubahan fisik pada masa remaja memengaruhi keadaan fisik dan psikologis remaja. Meskipun akibatnya biasanya sementara, namun cukup menimbulkan perubahan dalam pola perilaku, sikap dan kepribadian. Perubahan tersebut diantaranya adalah anak biasanya menarik diri terutama dengan keluarga, anak cenderung untuk menangis, marah, terutama anak perempuan pada awal periode haid, suasana hatinya lebih negative. Anak yang tadinya sangat yakin pada diri sendiri, sekarang menjadi kurang percaya diri dan takut akan kegagalan karena daya tahan fisik menurun dan kritik yang bertubi-tubi datang dari orangtua dan teman-temannya, sehingga mereka menjadi rendah diri. Selain itu anak menjadi sangat sederhana dalam penampilannya karena takut orang lain akan memperhatikan perubahan yang akan dialaminya dan memberi komentar yang buruk (Hurlock, 2002:191).

Menurut Guntoro (2004) permasalahan yang sering dialami remaja adalah masalah tidak percaya diri karena tubuhnya dinilai kurang atau tidak ideal baik oleh orang lain maupun oleh dirinya sendiri dan merasa tidak memiliki kelebihan yang bisa dipakai sebagai modal bergaul. Hal ini terjadi karena perubahan fisik yang begitu cepat, sementara mereka belum memiliki identitas diri yang jelas. Salah satu tugas perkembangan untuk menjadi dewasa adalah menerima tubuh yang baru berkembang. Anak memasuki masa puber dengan gambaran penampilan diri yang ideal kalau sudah dewasa nanti tanpa mempertimbangkan realitas bawaan fisik seseorang, maka akan ada kecenderungan mengembangkan konsep diri yang kurang baik (Hurlock, 2002:195).

Siswa sekolah dasar kelas IV berusia antara 12-14 tahun, termasuk pada masa remaja awal, mereka mudah sekali terpapar informasi yang buruk dan menyesatkan mengenai seks melalui berbagai sumber informasi yang kurang tepat, terlebih dewasa ini masa pubertas lebih cepat dialami karena perbaikan gizi (PKBI, 2000). Hasil base line survey yang dilakukan oleh Youth Center PKBI tahun 2001 mengungkapkan bahwa pengetahuan remaja tentang kesehatan reproduksi terutama didapat dari teman sebaya, disusul melalui televisi, majalah atau media cetak lain, sedangkan orangtua dan guru menduduki posisi kedua setelah sumber tadi (Danuwisastro, 2001).

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan terhadap lima orang siswa didapatkan data sebagai berikut: tiga siswa putri mengatakan bahwa mereka mulai merasakan perubahan sejak usia 11 tahun, hal yang paling mengganggu adalah ketika mereka mengalami menstruasi, mereka merasa takut pada saat pertama kali mengetahui ada darah yang keluar dari alat kelamin mereka, bahkan dua diantara siswa tersebut mengaku menjerit dan menangis karena mengira telah terjadi sesuatu karena disertai sakit perut.

Salah satu siswa mengatakan bahwa dirinya semakin gemuk, sehingga harus banyak menyesuaikan diri dengan pakaian dan dalam berhubungan sosial karena mendapat komentar dari teman maupun lingkungan sekitarnya. Pada awal mengalami perubahan mereka cenderung kurang percaya diri dalam pergaulan, bahkan menurut wali kelas, salah satunya menjadi pendiam.

Dua siswa putra mengatakan tidak begitu masalah menghadapi perubahan tersebut. Dari semua siswa mengatakan bahwa orangtua mereka tidak pernah memberikan pengetahuan tentang perubahan yang akan di alami selama masa pubertas tersebut. Sikap siswa tersebut dimungkinkan adanya persepsi yang negative terhadap perubahan yang terjadi dimasa pubertas. Stephen glenn (2002) mendefinisikan persepsi sebagai kesimpulan yang dicapai sebagai hasil dari suatu pengalaman setelah memperoleh waktu untuk mereflek pengalaman tersebut. Remaja awal yang memasuki masa puberty akan mengalami perubahan fisik maupun psikososial. Dalam menghadapi perubahan ini remaja akan memiliki persepsi yang berbeda mengenai perubahan yang di alaminya. Kesimpulan yang mereka capai tersebut merupakan proses belajar yang di latar belakang oleh pengalaman, proses sosialisasi, motivasi, dan cakrawala (Mar'at, 1996).

Perawat sebagai pendidik memegang posisi yang bertujuan untuk mempromosikan gaya hidup sehat. Perawat dapat memberikan informasi yang berkenan dengan kesehatan reproduksi sehingga diharapkan remaja memiliki cukup pengetahuan dan ketrampilan untuk menghadapi perubahan, gejala dan masalah yang sering timbul pada masa remaja. Sekolah dsar negeri cikuda terletak di desa hegarmannah, kecamatan Jatinangor kabupaten sumedang yang merupakan daerah transisi dari daerah pedesaan menjadi daerah pendidikan dengan berbagai fasilitas umum yang mudah di jangkau. Berada di daerah arus lalu lintas antar propinsi, di antara pemukiman yang sebagai kota di Indonesia berada di lingkungan tersebut, secara langsung maupun tidak langsung dapat mempengaruhi presepsi sikap siswa sekolah tersebut. Dari hasil wawancara dengan salah seorang guru mengatakan bahwa tidak ada program dari sekolah maupun pemahaman tentang kesehatan reproduksi khusus nya pengetahuan siswa tewrhadap pubertas. Oleh karena itu penulis memilih Sekolah Dasar Negeri Cikuda sebagai tempat penelitian. Berdasarkan latar belakang dn hasil studi pendahuluan penulis menyadari bahwa mendapatkan gambaran tentang persepsi remaja mengenai perubahan yang dialaminya pada masa pubertas ini penting untuk di ketahui, sebagai salah satu upaya untuk memahami masalah kesehatan remaja yang di yang diwakili oleh siswa kelas IV sekolah dasar.

## **2. KAJIAN LITERATUR**

### **a. Pengertian persepsi**

Menurut Stephen Glenn (2002) persepsi didefinisikan sebagai kesimpulan yang dicapai sebagai hasil dari suatu pengalaman setelah memperoleh waktu untuk merefleksikan pengalaman. Persepsi merubakan produk dari empat unsure yaitu pengalaman, identifikasi, analisis, dan generalisasi.

**b. Proses terjadinya persepsi**

Persepsi dimulai dengan pengalaman, dengan menyadari pengalaman-pengalaman baik positif maupun negative dalam kehidupan seseorang, lalu pengalaman tersebut akan membantu orang mengidentifikasi unsure-unsur penting atau hasil dari suatu peristiwa khusus, yang dalam hal ini adalah terjadinya perubahan dalam masa pubertas. Setelah itu pengalaman akan membantu seseorang menganalisis mengapa aspek peristiwa pada masa pubertas itu penting, dan akan membantu melihat dari pengalaman satu-satunya prinsip yang dapat digunakan dalam situasi serupa.

**c. Tumbuh kembang remaja awal**

Remaja awal merupakan periode dimana anak telah lewat dan pubertas dimulai. Pubertas adalah suatu bagian yang penting dari masa anak telah lewat dan pubertas dimulai. Pubertas merupakan salah satu karakteristik remaja awal dengan batasan usia antara 11-14 tahun, disini remaja berusaha merespon berbagai perubahan yang terjadi padanya (Wong, D.L, 1995: 826).

**d. Tahap Pubertas**

1) Tahap Pra Puber

Tahap ini seorang anak dikatakan bukan anak tetapi belum juga menjadi seorang remaja, cirri-ciri seks sekunder mulai nampak tetapi organ reproduksi belum sepenuhnya berkembang.

2) Tahap Puber

Merupakan pembagi antara masa kanak-kanak dan masa remaja, dimana criteria kematangan seksual muncul. Anak perempuan mengalami haid sedangkan anak laki-laki mengalami mimpi basah pertama kali di malam hari. Cirri seks sekunder terus berkembang dan sel-sel diproduksi dalam organ-organ seks.

3) Tahap Pasca Puber

Tahap ini tumpang tindih dengan tahun pertama atau kedua masa remaja, cirri-ciri seks sekunder mulai berfungsi matang.

**e. Perubahan secara fisik**

Perubahan meliputi perubahan ukuran tubuh, perubahan proorsi tubuh, dengan cirri seks primer dan seks sekunder. Akibat yang ditimbulkan dengan perubahan secara fisik, tubuh mengalami

kelelahan, dan akan meningkat dengan bertambahnya tugas dan tanggungjawab. Terjadi gangguan pencernaan dan nafsu makan kurang baik serta gejala yang menyertai haid. (Hurlock, 2002).

**f. Perubahan secara psikososial**

Perubahan psikososial yang dialami meliputi 3 area yaitu keluarga, kelompok sebaya dan sekolah. Dalam keluarga terdapat mulai ketidaktergantungan terhadap keluarga, menuntut privacy, terdapat jarak dengan orangtuanya. Dengan kelompok sebaya biasanya remaja lebih suka berkumpul dengan teman sejenis. Penerimaan kelompok sebaya menjadi penting, dan terpusat pada kegiatan bersama (Narendra, 2002). Di lingkungan sekolah yang lebih dominan adalah perkembangan fisik yang sinkron dengan teman sebaya merupakan factor yang penting dalam menyesuaikan diri di lingkungan sekolah., prestasi yang dicapai dan minat terhadap tugas-tugas sekolah. Akibat yang terjadi dari perubahan social menurut Hurlock (2002) mengarah pada perubahan sikap dan tingkah laku, ini terjadi karena perubahan social yang terjadi. Anak lebih membutuhkan perhatian dari orang disekitarnya. Perempuan akan lebih terpengaruh daripada laki-laki.

**3. HASIL DAN PEMBAHASAN**

Hasil penelitian yang dilakukan di Sekolah Dasar Negeri Cikuda Kabupaten Sumedang terhadap 6 informan, didapatkan hasil sebagai berikut :

**a. Karakteristik Informan**

**Tabel 1. Karakteristi Informan**

<b>Informan</b>	<b>Karakteristik</b>
Informan pertama	Inisial: Wn, laki-laki, usia 12 tahun, anak kedua dari tiga bersaudara, tinggal di Margalaksana. Selama wawancara jarang menatap peneliti, lebih sering memainkan pensil yang dipegangnya sambil menunduk memandang ke bawah lantai.
Informan kedua	Inisial: Ft, jenis kelamin perempuan, usia 12 tahun, anak ketiga dari empat bersaudara, tinggal di Cikuda. Secara fisik memiliki postur tubuh paling tinggi dari teman sekelasnya yang perempuan dengan ukuran tubuh yang proporsional. Informan sangat komunikatif, mau berbagi cerita secara lengkap, memandang wajah peneliti, wawancara berjalan sangat lancar.
Informan ketiga	Berinisial Yn, perempuan, usia 12 tahun, anak ketiga dari empat

	bersaudara, tinggal di Cisaladah. Postur tubuh tinggi, berbadan paling besar dan selama wawancara sangat komunikatif.
Informan keempat	Inisial: Ev, perempuan, usia 12 tahun, anak ketiga dari empat bersaudara, tinggal di Cikuda. Secara fisik, paling gemuk diantar teman-temannya. Informan sangat komunikatif, mampu bercerita dengan peneliti.
Informan kelima	Inisial Ar, laki-laki, usia 2 tahun, anak pertama dari tiga bersaudara, tinggal di Cikuda. Secara fisik termasuk lebih tinggi dan sudah berkumis. Menjawab pertanyaan secara singkat dan selama wawancara menatap peneliti.
Informan keenam	Inisial Rz, laki-laki, usia 12 tahun, anak ketiga dari empat bersaudara, tinggal di Margamulya. Badan paling tinggi dan paling besar diantara yang lain. Informan lebih sering menunduk sambil memainkan bolpoin, dan menjawab pertanyaan dengan singkat saja.

**b. Pernyataan Informan Tentang Persepsi Terhadap Perubahan Fisik Yang Terjadi Selama Masa Pubertas.**

Matriks 1. Pernyataan informan pertama

<b>PERNYATAAN</b>
<i>“Lebih tinggi dulu dari teman-teman yang lain, jadi senang, jadi sama dengan yang lain, kan enggak dijelek-jelekin. Jadi ngerasa tinggi. Lebih suka tinggi duluan dari teman yang lain, kalau olah raga jadi enak”</i>
<i>Takut pas suara berubah, merasa berbeda, tambah besar, malu, karena beda. enggak tahu kalau mau berubah gini”teman-teman ngomong..kok lebih besar suaranya, kata teteh suaranya tambah gede, kok berbeda...yang suka ngejek teteh. Jadi marah, tapi enggak minder, jadi malu aja.</i>
<i>“Nggak tahu mimpi basah, mimpi basah itu jelek-jelekin..nggak tau ah..”</i>

Informan pertama mempersepsikan perubahan pada bertambahnya tinggi badan sebagai sesuatu yang menyenangkan karena merasa pertumbuhan tubuhnya sama, atau sedikit lebih awal dari teman seusianya. Dia merasa lebih senang ketika melakukan kegiatan olah raga, karena dengan kondisi tubuhnya yang tinggi tersebut akan membuatnya diuntungkan, serta mempermudah dalam melakukan berbagai aktifitas atau gerakan dalam kegiatan olahraga. Dari sisi penerimaan secara social, dia merasa bahwa tinggi badan menjadi salah satu sebab dia akan di terima oleh teman sekelompoknya, sehingga dia tidak akan dicemooh atau diberi komentar yang buruk mengenai kondisi tubuhnya.

Matriks 2. Pernyataan informan kedua

<b>PERNYATAAN</b>
<i>“Pertama kali menstruasi takut ya.. karena kan belum tahu. Sebelum menstruasi sakit, sakit pinggang, mules. Di kelas malu, takut diketawain sama teman-teman, bilang tentang menstruasi sama teman-teman cewek”</i>
<i>“Rasanya nggak enak aja, ngeganjel, takut bocor, pernah sekali, ketahuan tapi sama cewek doing, temen-temen enggak gimana-gimana, enggak ada yang kasih komentar..kalau menstruasi di kelas suka takut, kalau disuruh ke depan.”</i>
<i>“Temen suka bilang kok jadi besar.. malu aja..merasa beda..merasa paling besar. Payudaranya tambah besar tapi biasa aja, enggak gimana-gimana”</i>

Perubahan fungsi tubuh dalam hal ini menstruasi dipersepsikan sebagai suatu hal yang membuat takut dan malu. Takut karena belum mengetahui secara jelas tentang menstruasi sehingga disini tampak bahwa informan belum memiliki persiapan menghadapinya. Tidak terlihat peran dari orangtua maupun saudaranya tentang hal ini. Perasaan nyeri saat menstruasi membuat informan semakin takut, disisi lain ada ketakutan jika dirinya ketahuan sedang menstruasi yang akan membuatnya diejek dan malu di depan teman-temannya terutama laki-laki. Menstruasi dianggap sebagai hal yang harus disembunyikan, karena adanya ketakutan jika darah menstruasi sampai membekas dipakaiannya, ada ketidaknyamanan yang dirasakan akibat penggunaan pembalut saat menstruasi.

Matriks 3. Pernyataan informan ketiga

<b>PERNYATAAN</b>
<i>“ Sekarang kalau ditimbang berat badan suka kaget, waktu ditimbang disini jadi malu-malu, takut besar timbangannya. Sekarang nggak percaya diri banget, dulu sih tidak begitu. Dari bentuk tubuh kan pertamanya agak kecil sekarang jadi besar begini, dari pinggang agak besar, kalau pakai baju yang terbuka jadi malu, jadi pakai yang panjang kayak sekarang.</i>
<i>“Kalau perasaan jadi mikir-mikir, katanya kalau terlambat mens takut hamil, tahunya dari buku, kan suka baca-baca buku, terus kalau lagi menstruasi nggak boleh deket-deket sama laki-laki, deketaja nggak boleh, takut terjadi sesuatu. Lagi mens takut bocor, takut ke depan, kan takut dilihatin temen-temen, kadi kalau nulis suka minggir-minggiur gitu, suka malu-malu, takut mules, kalau lagi di sekolah kan jadi tidak bisa memperhatikan kalau sedang pelajaran, dikirain gimana gitu, jadi dimarahin guru.</i>
<i>“Tetangga bilang kalau saya ini bongсор kaya sudah SMP, jadi agak malu juga, aku diemin aja. Waktu pertama mens jadi tambah tinggi juga. Payudara besar juga, enggak ada yang ngejek.. malu juga”</i>

Pada informan ketiga ini ditemukan tema takut dan malu, informan mengembangkan persepsi yang negative terhadap perubahan yang terjadi baik fisik maupun psikososial.

Matriks 4. Pernyataan informan keempat

<b>PERNYATAAN</b>
<i>“Rasanya takut, waktu pertama menstruasi kan lagi sakit jadi darahnya itu ‘ngagebleg’.. nggak terlalu banyak, kadang sakit perut, sakit pinggang. Takut mau cerita..kan sama mama tidak</i>

<i>deket, jadi cerita sama bibi, takutnya sakit apa gitu. Temen cewek juga suka ngeledekin, juga cowok.. 'awas tembus gitu'.. jadi malu sama teman..”</i>
<i>“Ngerasa lebih pendek, tapi kalau ukuran baju udah enggak muat semua...”</i>
<i>“Maunya kalau lihat di tivi maunya diet, tapi kata mama ah..tidak apa-apa kan masih kecil.. ntar juga kecil sendiri”</i>

Tema yang muncul adalah takut dan malu. Ada kecenderungan mengembangkan persepsi yang negative terhadap perubahan yang terjadi selama masa pubertas secara fisik yang berakibat pada psikososialnya.

Matriks 5. Pernyataan informan kelima

<b>PERNYATAAN</b>
<i>“Nggak merasa pada saat tinggi itu, cuma kalau pakai baju jadi tambah kecil, mungkin karena tambah besar”</i>
<i>“Tahu-tahu suaranya udah besar aja, biasa aja.. enggak takut..biasa aja, teman-teman tidak poernah membicarakan saya...”</i>
<i>“Saya belum mimpi basah, tahu-tahu suara udah besar..biasa aja, enggak takut..”</i>

Informan mengembangkan persepsi yang positif. Tetapi pernyataan tersebut belum dapat dikatakan bahwa informan memiliki persepsi yang positif karena belum memiliki pengalaman yang cukup dalam menghadapi perubahan pada masa pubertas, sehingga belum dapat menyimpulkan pengalaman secara utuh. Tema: biasa aja.

Matriks 6. Pernyataan informan keenam

<b>PERNYATAAN</b>
<i>“Tinggi tubuh, menjadi besar, tinggi, suara berubah. ya biasa aja...enggak marah..</i>
<i>“Rasanya biasa saja, tidak merasa takut, teman-teman suka bilang” sekarang tambah besar ya...”</i>
<i>“Belum merasa bermasalah dengan perubahan dan belum mimpi basah”</i>

Tema yang muncul adalah perasaan biasa saja dan informan mampu mengembangkan persepsi positif terkait perubahan yang dialaminya”

**c. Pernyataan Informan Tentang Persepsi Terhadap Perubahan Psikososial Yang Terjadi Selama Masa Pubertas.**

Matriks 1. Pernyataan informan pertama

<b>PERNYATAAN</b>
<i>“Prestasi jelek, malas belajar ... kalau bareng..seneng. dari sekolah enggak ada yang ngasih tahu tentang perubahan, bu guru juga tidak.”</i>
<i>“di rumah biasa aja, enggak berubah, suka main sama temen cowok.sama cewek belum tertarik. Kalau ngomong sama teman aja, tidak ngomong sama orangtua, orang tua jarang ngobrol sama orang tua.</i>
<i>“Lebih tinggi dulu dari teman-teman yang lain, jadi senang, jadi sama dengan yang lain”.</i>

Matriks 2. Pernyataan informan kedua

<b>PERNYATAAN</b>
<i>“Suka sama lawan jenis, makin dewasa aja.. pada saat menstruasi bilang ke orangtua.. “ya .. enggak apa-apa” katanya emang perempuan cenah, emang pasti menstruasi, ya cenah enggak apa-apa cenah..makin dewasa. Suka ngobrol ama teman, cerita-cerita ke kakak. Kakak nyaranin kalau pakai pembalut yang benar, takut bocor”.</i>
<i>“Jadi agak turun semangatnya, prestasi menurun. Saya jadi sekretaris kelas, menurut saya karena mampu”.</i>
<i>“Merasa lebih dulu besar, kan emang harusnya udah berubah, dari usia 9 tahun kan harus berubah, sekarang udah 12 tahun, jadi wajar aja”.</i>

Matriks 3. Pernyataan informan ketiga

<b>PERNYATAAN</b>
<i>“Prestasi kadang naik, kadang turun. Seperti waktu ujian kemarin, hasilnya jelek, sama ibu guru dibilangin, kamu belajar lagi ya.. kan jadi malu, minder kalau dibilangin.</i>
<i>“Dari semua yang penting tinggi badan tapi enggak mau tinggi banget..”</i>
<i>“Penggennya sekarang jadi lebih dewasa, biasanya sama laki-laki biasa gitu, sekarang jaga jarak gitu, tapi sudah ada perasaan suka sama laki-laki saya suka main sama temen cewek kecuali kalau sedang belajar kelompok di rumah teman cowok ya biasa aja.. becanda aja sama mereka”.</i>

Matriks 4. Pernyataan informan keempat

<b>PERNYATAAN</b>
<i>“Aku ngerasa lebih pendek dari teman yang lain”</i>
<i>“Prestasi sekolah juga turun, sekarang jadi cepat capek, jadi suka tidak memperhatikan guru”</i>
<i>“Mainnya sama temen cewek aja, sekarang harus lebih dewasa aja. Keluarga kasih saran wajib sholat karena muslim semua, mainnya sama temen cewek aja, dan harus lebih dewasa aja”</i>

Matriks 5. Pernyataan informan kelima

<b>PERNYATAAN</b>
<i>“Prestasi saya kadang naik, kadang turun mungkin karena belajarnya kurang, cepat capek.</i>
<i>Lebih suka bermain dengan teman laki-laki.</i>
<i>Enggak merasa lebih tinggi dari teman-teman..biasa saja”.</i>

Matriks 6. Pernyataan informan keenam

<b>PERNYATAAN</b>
<i>“ Prestasi di sekolah biasa saja, tapi saya jadi bendahara kelas karena punya kemampuan...”</i>
<i>“saya lebih suka main sama cowok, tapi sama cewek juga...”</i>
<i>“belum punya perasaan tertarik sama teman cewek”</i>

**d. Pembahasan**

Informan dengan jenis kelamin laki-laki mempersepsikan perubahan pada bertambahnya tinggi badan sebagai sesuatu yang menyenangkan karena merasa pertumbuhan tubuhnya sama,

atau sedikit lebih awal dari teman seusianya. Dia merasa lebih senang ketika melakukan kegiatan olah raga, karena dengan kondisi tubuhnya yang tinggi tersebut akan membuatnya diuntungkan, serta mempermudah dalam melakukan berbagai aktifitas atau gerakan dalam kegiatan olahraga. Dari sisi penerimaan secara social, dia merasa bahwa tinggi badan menjadi salah satu sebab dia akan di terima oleh teman sekelompoknya, sehingga dia tidak akan dicemooh atau diberi komentar yang buruk mengenai kondisi tubuhnya. Hal tersebut yang membuatnya menjadi percaya diri baik dalam pergaulan di lingkungan sekolah maupun di rumah karena dia merasa diterima secara social. Pertumbuhan pada masa pubertas bagi anak laki-laki dimulai usia 10,5 tahun sampai 16 tahun (Wong, 1991). Sedangkan usia informan adalah 12 tahun, jadi pertumbuhan fisiknya tersebut dalam batas kewajaran dan normal terjadi pada usianya. Bagi anak laki-laki, matang lebih awal akan menguntungkan, terutama di bidang olah raga dimana anak memperoleh status dan martabat dalam kelompok teman-temannya (Hurlock, 2002). Sehingga secara sosial dia diterima di kelompoknya. Seseorang akan lebih menghargai dirinya sendiri apabila dia bangga dengan kelebihan yang dia miliki. Kelebihan ini bisa dari segi fisik, bisa juga karena dia punya kelebihan tertentu, hal ini akan mendorong remaja untuk mengembangkan hubungan mereka dengan oranglain (Utamadi, 2000). Informan pertama memiliki rasa percaya diri ketika mengalami perubahan dengan bertambahnya tinggi badan. Sehingga dalam menghadapi perubahan pada masa pubertas ini, dia merasa tidak bermasalah dan dapat menyesuaikan diri dengan baik, dalam arti bahwa dia mengembangkan persepsi yang positif mengenai perubahan pada tubuhnya tersebut. Sedangkan perubahan suara menjadi tambah besar, dipersepsikan sebagai terjadi karena informan mengalami perubahan suara lebih awal dari teman yang lain sehingga merasa berbeda, sedangkan informan tersebut belum memiliki pengetahuan bahwa perubahan suara yang dialaminya adalah hal yang normal terjadi ketika menginjak masa pubertas. Perasaan malu timbul akibat adanya komentar buruk tentang perubahan suara tersebut dari saudara dan teman-temannya. Namun hal ini tidak membuatnya terjadi tidak percaya diri, informan tidak merasa terganggu dengan komentar tersebut walaupun mengaku marah, namun tidak sampai mengganggu dalam hubungan sosialnya. Marah respon sementara yang timbul pada saat diberi komentar, namun tidak berlarut-larut. Informan dapat menguasai dirinya dengan baik. Perubahan suara menjadi serak dan pecah merupakan hal yang normal dialami oleh anak puber. Jadi perubahan yang terjadi pada anak tersebut normal untuk anak usianya. Anak biasanya mencemaskan ciri fisik tertentu yang kelihatan lain, tidak sesuai dengan kelompok seksnya dan membesar-besarkan keadaan ini. Salah satu sumber keprihatinan akan kenormalan selama masa puber adalah suara yang serak dan suara yang pecah karena perubahan suara (Hurlock, 2002). Bila orang tua, saudaranya menggodanya, bisa menimbulkan masalah bagi anak tersebut

(Zulkifli, 1992). Disini informan mengaku marah, dan membalas mengejek bila diberi komentar tentang perubahan tersebut, hal ini merupakan respon yang dilakukannya ketika menerima komentar buruk dari orang lain. Namun informan pertama ini menanggapi komentar tersebut sebagai sebuah gurauan sehingga tidak sampai membuatnya rendah diri atau mengganggu hubungannya dengan orang lain. Persepsi yang positif ini akan mendorong remaja untuk memiliki rasa percaya diri yang tinggi, hal ini akan mendukung remaja mengembangkan hubungan dengan orang lain. Selain itu juga akan berpengaruh pada sikap seseorang terhadap statusnya sebagai remaja sehingga ia tidak akan mudah terbawa godaan yang banyak ditawarkan lingkungan seperti penyalahgunaan obat-obatan atau mengkonsumsi narkoba dan hubungan seks bebas (Utamadi, 2002). Sedangkan pada perubahan fungsi seks primernya yaitu mimpi basah, informan mengaku belum mengalaminya, hal ini wajar dalam usia ini, karena biasanya anak laki-laki akan matang lebih lambat daripada anak perempuan pada usia yang sama (Hurlock, 2002).

Prestasi di sekolah yang cenderung turun disebabkan karena informan merasa malas akhir-akhir ini. Informan lebih senang bila belajar secara berkelompok, sedangkan tugas yang sifatnya individual kurang disukainya akibatnya informan menjadi malas. Dengan cepatnya pertumbuhan fisik maka tubuhnya menjadi cepat melemah. Ini mengakibatkan kesegaran untuk bekerja dan bosan pada kegiatan yang melibatkan usaha individu (Hurlock, 2002). Jadi penurunan prestasi ini masih dalam tahap kewajaran, karena hal ini biasa dialami oleh anak-anak dalam masa pubertas. Informan mengakui belum memiliki perasaan tertarik dengan lawan jenis, ia lebih suka bermain dengan teman laki-laki. Remaja dalam kehidupan social sangat tertarik kepada kelompok teman sebayanya. Persahabatan pada masa remaja awal menumbuhkan kelompok yang sama jenis kelaminnya dengan kecenderungan lebih meningkatkan aktifitas bersama ketimbang interaksinya sendiri (Zulkifli, 2002).

Tampak bahwa informan melakukan upaya penyesuaian diri dengan bertanya pada teman-teman yang sudah mengalami perubahan yang dialaminya. Meskipun orangtua kurang member dukungan pada saat mengalami perubahan tersebut, namun informan mampu menyesuaikan diri dengan perubahan tersebut. Hal ini bisa dilihat dari pernyataannya bahwa perubahan tersebut bisa menimbulkan rasa percaya diri. Reaksi efektif terhadap perubahan terutama ditentukan oleh kemampuan untuk berkomunikasi, komunikasi adalah cara untuk mengatasi kecemasan yang selalu disertai dengan tekanan (Dunbar dalam Hurlock, 2002). Disini terlihat bahwa informan mengembangkan persepsi yang positif meskipun perubahan tersebut membuatnya takut dan malu, namun sejauh ini informan dapat menyesuaikan diri dengan perubahan tersebut, dengan kata lain secara psikososial informan tidak mengalami masalah terhadap perubahan tersebut. Tema yang muncul dari informan pertama ini adalah takut, malu

dan biasa saja. Informan sudah mulai mengembangkan persepsi yang positif terhadap perubahan yang dialami selama masa pubertas baik perubahan fisik maupun perubahan psikososial.

Pada informan perempuan pada umumnya menganggap bahwa perubahan fungsi tubuh dalam hal ini menstruasi dipersepsikan sebagai suatu hal yang membuat takut dan malu. Takut karena belum mengetahui secara jelas tentang menstruasi sehingga disini tampak bahwa informan belum memiliki persiapan menghadapinya. Tidak terlihat peran dari orangtua maupun saudaranya tentang hal ini. Perasaan nyeri saat menstruasi membuat informan semakin takut, disini lain ada ketakutan jika dirinya ketahuan sedang menstruasi yang akan membuatnya diejek dan malu di depan teman-temannya terutama laki-laki. Menstruasi dianggap sebagai hal yang harus disembunyikan, karena adanya ketakutan jika darah menstruasi sampai membekas dipakaiannya, ada ketidaknyamanan yang dirasakan akibat penggunaan pembalut saat menstruasi. Hal ini membuat informan tidak percaya diri ketika harus maju didepan kelas, padahal informan seorang sekretaris kelas, akibatnya tugas ini dialihkan pada yang lain.

Usia 12 tahun merupakan awal pubertas bagi seorang gadis, yang disebut remaja kalau mendapat menstruasi yang pertama. Jika orangtua tidak member pengertian ketika anak mengalami menstruasi, amaka menghadapi perubahan ini, anak bisa menjadi malu dan takut (Zulkifli, 2002). Pada umumnya anak gadis belajar tentang haid dari ibunya, namun tidak semua ibu memberikan informasi yang memadai kepada anaknya, dan sebagian enggan membicarakan secara terbuka sampai anaknya mengalami haid yang pertama. Hal ini menimbulkan kecemasan pada anak bahkan sering timbul keyakinan bahwa haid itu sesuatu yang tidak menyenangkan, informan mengembangkan persepsi yang negative tentang haid. Ketika haid akan terasa sakit, khususnya ketika mengalaminya, maka akan merasa letih dan terganggu (Llewellyn-Jones, 1997). Ini menyebabkan terganggunya kepercayaan diri informan karena ada kekhawatiran bahwa darah hadinya akan meninggalkan bekas pada pakaiannya (Hurlock, 2002). Ini berarti informan mengembangkan persepsi yang negatif tentang perubahan yang terjadi pada dirinya yaitu menstruasi. Demikian pula dengan perubahan tinggi badan, dimana informan merasa berbeda karena paling tinggi diantar teman-temannya. Pertambahan tinggi badan pada anak perempuan biasa terjadi pada usia 9,5 tahun sampai 14,5 tahun. Ini berarti bahwa pertumbuhan tinggi badan informan termasuk normal, sesuai dengan tahapan tumbuh kembang remaja (Wong, 1991). Tinggi badan pada usia remaja akan menjadi masalah bagi anak dengan tingkat perkembangan yang tidak seperti biasa. Anak yang tumbuh pesat atau matang lebih awal menjadi khawatir kalau-kalau ia akan tumbuh menjadi seperti orang dewasa yang jangkung (Hurlock, 2002).

Walaupun tampak malu namun informan terlihat mampu menyesuaikan diri, seperti dalam pernyataannya bahwa ia merasa pertumbuhannya wajar saja di usianya tersebut. Kondisi

ini menyebabkan terganggunya hubungan social maupun aktifitas yang lain. Jadi tampak bahwa informan mengembangkan persepsi yang positif mengenai perubahan tinggi badannya. Dalam perkembangan sosial remaja, rasa percaya diri (*self esteem*) yang positif berperan dalam pembentukan pribadi yang kuat, sehat dan memiliki kemampuan untuk menentukan pilihan, termasuk mampu berjaya “tidak” untuk hal-hal yang negative dengan kata lain remaja tidak akan mudah untuk terpengaruh berbagai godaan yang dihadapi seorang remaja setiap hari dari teman sebaya mereka sendiri seperti penyalahgunaan obat-obatan dan perilaku seks bebas (Utamadi, 2000).

Perasaan tertarik pada lawan jenis ini merupakan hal yang wajar dalam kehidupan social remaja. Informan menyatakan baru tahap tertarik, belum ada hubungan yang serius. Prestasi yang turun akibat adanya keseganan belajar akibat menurunnya daya tahan fisik dan kekuatan pada anak puber (Hurlock, 2002). Akibatnya anak menjadi malas dan bosan melakukan tugas-tugasnya, ini berakibat pada turunya prestasi sekolah. Hal ini wajar dialami anak yang menginjak pubertas.

Perubahan tubuhnya dirasakan informan sebagai hal yang membuat malu pada awal perubahan. Walaupun menyatakan malu namun nampaknya ia mampu menyesuaikan diri, hal ini dapat dilihat dari pernyataannya bahwa ia merasa pertumbuhan tubuhnya wajar saja di usianya tersebut. Kondisi ini juga tidak menyebabkan terganggunya hubungan social maupun aktifitasnya yang lain. Jadi informan ini memiliki persepsi yang positif mengenai perubahan tinggi badannya. Tema yang muncul pada informan kedua adalah takut, malu informan cenderung memiliki persepsi yang negative terhadap perubahan fungsi tubuhnya dalam hal menstruasi, pada perubahan tinggi badannya berpersepsi positif, begitupula dengan perubahan psikosisail, informan mengembangkan persepsi positif.

Perubahan berat badan membuat informan perempuan malu dan cemas akan penambahan berat badan tersebut, kondisi ini menyebabkan informan menjadi tidak percaya diri, informan sudah memiliki perasaan dengan lawan jenis, penampilan idealnya jadi terganggu karena penampilannya akan diperhatikan lawan jenis. Salah satu tugas puber adalah menerima kenyataan bahwa tubuhnya mengalami perubahan. Kurangnya dukungan social dapat menjadi alasan mereka tidak memperoleh dukungan sesuai harapan. Persepsi ini terjadi karena hampir semua anak membentuk konsep diri fisik yang ideal berdasarkan konsep berbagai sumber individu ideal dalam kelompok seksnya (Hurlock, 2002).

Bila prestasi anak dibawah kemampuannya, sebagian besar anak puber menyadarinya dan merasa bersalah serta malu, sebenarnya ia sadar bahwa ia mampu belajar lebih baik daripada apa yang dilakukannya sekarang. Kalau orangtua dan guru member kritikan atau menegur anak itu,

maka teguran itu bisa semakin memperbesar rasa bersalahnya dan kebahagiaan akan menurun (Hurlock, 2002).

Pada informan keempat, keluarga informan telah berusaha menanamkan nilai-nilai spiritual dalam diri informan ketika menginjak akhil baligh, diwujudkan dengan diwajibkannya sholat secara lebih tertib. Keluarga merupakan “training center ” bagi penanaman nilai didik. Pengembangan fitrah atau jiwa beragama anak, seyogyanya bersamaan dengan perkembangan kepribadiannya, yaitu sejak lahir bahkan sejak dalam kandungan (Yusuf, 2004). Hal ini sangat baik untuk menyaring hal yang baik dan buruk sehingga remaja tidak salah dalam mengambil keputusannya.

#### **4. SIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian terhadap 6 siswa SD yang terdiri dari 3 laki-laki dan 3 perempuan di diperoleh informasi tentang tema-tema yang muncul yaitu terdapat kecenderungan beberapa informan tersebut mempersepsikan perubahan fisik pada perubahan suara, peristiwa menstruasi dan perubahan berat badan sebagai hal yang membuat takut, membuat malu, pada saat mengalami perubahan tersebut. Hal ini dialami oleh informan pertama, kedua, ketiga dan keempat. Sedangkan informan kelima dan keenam mempersepsikan bahwa perubahan fisik dipersepsikan pada perubahan suara, perubahan tinggi badan dan berat badan sebagai hal yang biasa saja dan tidak perlu ditakutkan. Pada perubahan psikososial yaitu di area sekolah ada kecenderungan seluruh informan mengalami penurunan prestasi belajar dan ada kecenderungan berpersepsi bahwa pertumbuhan mereka saat ini lebih dahulu dari teman-temannya sehingga cenderung mengembangkan konsep diri yang negative, di area keluarga ada kecenderungan laki-laki kurang terbuka sedangkan informan perempuan lebih terbuka kepada ibunya dan mereka lebih dewasa setelah berubah. Seluruh informan menyatakan lebih senang berteman dengan sesama jenis daripada lawan jenis , ada beberapa informan yang sudah memiliki ketertarikan dengan lawan jenis.

Perawat sebagai pendidik dan konselor dapat membantu menangani permasalahan remaja dengan meningkatkan pengetahuan remaja mengenai kesehatan reproduksi termasuk didalamnya mengenai perubahan yang terjadi pada masa pubertas sehingga diharapkan akan mendorong remaja untuk mengembangkan persepsi mereka kearah yang positif.

#### **5. REFERENSI**

- Aji, R.2000. Kebutuhan Pelayanan Kesehatan Reproduksi Remaja. <http://www.bkkbn.go.id> diakses pada tanggal 10 Juni 2004.
- Arikunto, S. 2002. Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek. Jakarta: Rineka Cipta.
- Atkinson, R.L.1997. Pengantar Psikologi. Batam: Interaksara
- Brockopp, D.Y.1999. dasar-dasar Riset Keperawatan, Jakarta: EGC.
- Danuwisastra, S. 2002. Kesehatan Reproduksi Remaja dan Kependudukan. <http://www.bkkbn.go.id>, akses pada tanggal 26 Januari 2004.
- Departemen Pendidikan Nasional. 2001. Kamus Besar Bahasa Indonesia. Jakarta. Balai Pustaka.
- Gillies, D.A. 1989. Manajemen Keperawatan Suatu Pendekatan Sistem. Philadelphia: WB Saunders Company.
- Glenn, S. 2002. Tujuh Kiat Mengembangkan Kemampuan Anak. Jakarta: Arcan
- Herawani, dkk.2001.Pendidikan Kesehatan dalam Keperawatan. Jakarta: EGC.
- Hurlock, E.B. 2002. Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan, Jakarta: Erlangga.
- Jones, L.D. 1997. Setiap Wanita (Buku Panduan Lengkap Tentang Kesehatan, Kebidanan dan Kandungan). Jakarta: Pustaka Delaprastra.
- Kaplan and Sadock. 1997. Sinopsis Psikiatri: Ilmu Pengetahuan Perilaku Psikiatri Klinis. Jakarta: binarupa Aksara.
- Markum, A.H, 1994. Ilmu Kesehatan Anak, Jakarta: bagian Ilmu Kesehatan Anak Fakultas Kedokteran UI.
- Narendra, M.B. 2002. Tumbuh Kembang Anak dan Remaja. Jakarta: Sagung Seto.
- PKBI. 2003. Proses Belajar Aktif Kesehatan Reproduksi Remaja Bahan pegangan Untuk Memfasilitasi Kegiatan Belajar Aktif Untuk Anak dan Remaja Usia 10-14 Tahun. Jakarta: perkumpulan Keluarga Berencana Indonesia.
- Utamadi, G. 2000. Self Esteem and Peer Pressure Pada Remaja. Akses pada <http://www.Bkkbn.go.id> pada tanggal 10 Juni 2004.
- Walgito, B. 1998. Pengantar Psikologi Umum. Yogyakarta: Andi.
- Wong, D.L. 1995. Nursing Care of Infant and Children. Missouri: Mosby-Year Book.
- Yusuf. S. 2004. Psikologi perkembangan Anak dan Remaja. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Zulkifli, L. 1992. Psikologi Perkembangan. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.