

## HUBUNGAN PENGETAHUAN TENTANG PERUBAHAN FISIK REMAJA PUTERI PADA MASA PUBERTAS DENGAN BODY IMAGE DI SMP 6 SAMARINDA

<sup>1)</sup>Artika Dewie

Jurusan Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Kaltim, Jl. Wolter Monginsidi no. 38, Kota  
Samarinda, Kode Pos 75123

Email : [dewieartika@gmail.com](mailto:dewieartika@gmail.com)

### Abstract

The physical changes of puberty begin around the age of 10 or 11 years in young women, approximately 2 years before puberty changes in boys. Sexual maturity and the occurrence of body shape changes are very influential in the life of adolescent psychiatric, while the teenagers are very big attention to the appearance of himself so they often worry about his body shape is less proportional. When they are prepared and informed about the changes they will not experience anxiety and other negative reactions, but if they lack information, they will experience a negative experience (Soetjningsih, 2004).

This research was analytic with cross sectional design, the population in this study were 172 students of class VII, the sample technique used simple random sampling, ie every member or unit of the population had the same chance to be selected as 120 students. Data collected through questionnaires that have been filled by respondents. Then the data is processed by univariate analysis and bivariate analysis using chi square test ( $X^2$ ) with 95% confidence level through computerized data processing system. The result of statistic test is P value = 0,000, while  $X^2$  value = 24,28 with  $X^2_{table}$  = 3,84, makadapatdilihatbahPP Value < (0,000 < 0,05) and  $X^2_{hitung}$  >  $X^2_{table}$  (24,28 > 3,84 ) So it can be concluded that there is a meaningful relationship between knowledge about physical changes adolescent daughter at puberty with body image. From the results of this study found that 60.8% of adolescents with knowledge about the physical changes of adolescent girls at puberty are lacking, experiencing a low body image or not confident. Therefore, it is advisable to parents to provide education about the physical changes that occur during puberty so that teenage daughters have a good body image or confidence in the changes that occur in him.

*Keywords: Knowledge, puberty, body image*

### Abstrak

Perubahan fisik pubertas dimulai sekitar usia 10 atau 11 tahun pada remaja putri, kira-kira 2 tahun sebelum perubahan pubertas pada remaja laki-laki. Kematangan seksual dan terjadinya perubahan bentuk tubuh sangat berpengaruh pada kehidupan kejiwaan remaja, sementara itu perhatian remaja sangat besar terhadap penampilan dirinya sehingga mereka sering merisaukan bentuk tubuhnya yang kurang proporsional tersebut. Apabila mereka sudah dipersiapkan dan mendapatkan informasi tentang perubahan tersebut maka mereka tidak akan mengalami kecemasan dan reaksi negatif lainnya, tetapi bila mereka kurang memperoleh informasi, maka akan merasakan pengalaman yang negatif (Soetjningsih, 2004).

Penelitian ini bersifat analitik dengan rancangan cross sectional, jumlah populasi dalam penelitian ini adalah 172 siswi kelas VII, teknik sampel yang digunakan simple random sampling, yaitu setiap anggota atau unit dari populasi mempunyai kesempatan yang sama untuk diseleksi sebagai sampel sebanyak 120 siswi. Data dikumpulkan melalui kuesioner yang telah diisi oleh responden. Kemudian data diolah dengan analisa univariat dan analisa bivariat menggunakan uji chi square ( $X^2$ ) dengan tingkat kepercayaan 95% melalui system pengolahan data komputerisasi. Hasil uji statistic didapatkan nilai P Value = 0,000, sedangkan nilai  $X^2_{hitung}$  = 24,28 dengan  $X^2_{tabel}$  = 3,84, makadapatdilihatbahwaP Value < (0,000 < 0,05) dan  $X^2_{hitung}$  >  $X^2_{tabel}$  (24,28 > 3,84) sehingga bisa disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna

antara pengetahuan tentang perubahan fisik remaja putri pada masa pubertas dengan body image. Dari hasil penelitian ini didapatkan bahwa 60,8% remaja dengan pengetahuan tentang perubahan fisik remaja putri pada masa pubertas yang kurang, mengalami body image yang rendah atau tidak percaya diri. Oleh karena itu, disarankan kepada orang tua untuk memberikan pendidikan tentang perubahan fisik yang terjadi pada masa pubertas sehingga remaja putri memiliki body image yang baik atau rasa percaya diri terhadap perubahan yang terjadi pada dirinya.

*Kata kunci : Pengetahuan, masa pubertas, body image*

## **PENDAHULUAN**

WHO dan beberapa badan dunia lainnya tahun 1998, menghimbau semua Negara Asia Tenggara agar memberikan komitmennya untuk memperhatikan dan melindungi kebutuhan remaja akan informasi, ketrampilan, pelayanan dan lingkungan yang umum dan kesehatan reproduksi remaja. (Soetjningsih, 2004).

Pengetahuan adalah hasil dari tahu, dan terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan itu terjadi melalui panca indera manusia yakni indera penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba. Sebagian besar penginderaan manusia diperoleh melalui mata dan telinga. Pengetahuan kognitif merupakan domain yang sangat penting dalam membentuk tindakan seseorang (overt behavior). (Notoatmodjo, 2003)

Remaja adalah masa transisi antara masa kanak-kanak dan dewasa, dimana terjadi pacu tumbuh, timbul ciri-ciri seks sekunder, tercapainya fertilitas

dan terjadi perubahan-perubahan psikologik serta kognitif. Untuk tercapainya tumbuh kembang yang optimal tergantung pada potensi biologiknya. Tingkat tercapainya potensi biologik seorang remaja merupakan hasil interaksi antara faktor genetik dan lingkungan Biofisikopsikososial. Proses yang unik dan hasil akhir yang berbeda-beda. (Soetjningsih, 2004).

Perubahan fisik pubertas dimulai sekitar usia 10 atau 11 tahun pada remaja putri, kira-kira 2 tahun sebelum perubahan pubertas pada remaja laki-laki. Kematangan seksual dan terjadinya perubahan bentuk tubuh sangat berpengaruh pada kehidupan kejiwaan remaja, sementara itu perhatian remaja sangat besar terhadap penampilan dirinya sehingga mereka sering merisaukan bentuk tubuhnya yang kurang proporsional tersebut. Apabila mereka sudah dipersiapkan dan mendapatkan informasi tentang perubahan tersebut

maka mereka tidak akan mengalami kecemasan dan reaksi negatif lainnya, tetapi bila mereka kurang memperoleh informasi, maka akan merasakan pengalaman yang negatif (Soetjningsih, 2004).

Masa pubertas adalah terjadinya perubahan biologis yang meliputi morfologi dan fisiologi yang terjadi dengan pesat dari masa anak ke masa dewasa, terutama kapasitas reproduksi yaitu perubahan alat kelamin dari tahap anak ke dewasa. (Soetjningsih, 2004).

Hanya sedikit remaja yang mengalami kateksis-tubuh atau merasa puas dengan tubuhnya. Ketidakpuasan lebih banyak dialami beberapa bagian tubuh tertentu. Kegagalan mengalami kateksis tubuh menjadi salah satu penyebab timbulnya konsep diri yang kurang baik atau kurangnya harga diri selama masa remaja. (Hurlock, 2006).

Keadaan akan adanya reaksi sosial terhadap berbagai bentuk tubuh menyebabkan remaja prihatin akan pertumbuhan tubuhnya yang tidak sesuai dengan standar yang berlaku. (Hurlock, 2006).

Jumlah penduduk di kota Samarinda sekitar 770.753 jiwa,

sedangkan jumlah penduduk usia 10-14 tahun adalah 12.334 jiwa, sedangkan jumlah penduduk usia 15-19 tahun adalah 14.513 jiwa (BPS Samarinda 2010).

Dari hasil survei terhadap 10 siswi yang berusia di SMP 6 Samarinda, peneliti melakukan wawancara mengenai pengetahuan perubahan fisik pada saat pubertas serta dampak pada body image dan didapatkan bahwa hampir semuanya belum mengerti tentang perubahan fisik pada saat pubertas dan merasa tidak percaya diri dengan perubahan bentuk tubuhnya (body image).

Batasan penelitian ini adalah hubungan pengetahuan tentang perubahan fisik remaja putri pada masa pubertas dengan body image meliputi pengetahuan perubahan fisik pada masa pubertas dan dampaknya pada body image.

Berdasarkan masalah di atas, maka penulis tertarik melakukan penelitian dengan judul "Hubungan Pengetahuan tentang Perubahan Fisik Remaja Putri pada Masa Pubertas dengan Body Image di SMP Negeri 6 Samarinda Tahun 2011".

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan metode

deskriptif analitik adalah melakukan analisa terhadap masing-masing variabel dalam bentuk narasi kemudian mencari hubungan sebab akibat dengan pengujian analisa statistik. Rancangan penelitian ini adalah Cross Sectional yaitu suatu penelitian dimana variabel-variabel yang termasuk faktor resiko (variabel bebas) dan variabel efek (variabel terikat) diukur atau dikumpulkan sekaligus pada waktu yang bersamaan (Notoatmodjo, 2010). Setelah itu dilakukan analisa data secara bivariat dengan menggunakan software komputer dan perhitungan manual dengan uji Chi Square (X<sup>2</sup>).

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### A. Hasil Penelitian

#### 1. Univariat

#### Bivariat

**Tabel 3. Hubungan Pengetahuan tentang Perubahan Fisik Remaja Puteri Pada Masa Pubertas dengan Body Image di SMP Negeri 6 Samarinda**

		Body Image		Total	P Value	X <sup>2</sup> Hitung
		Tidak Percaya diri	Percaya Diri			
Pengetahuan tentang Perubahan Fisik Remaja Puteri pada Masa Pubertas	Kurang	55 (75,3%)	18 (24,7%)	73	0,000	24,281
	Baik	14 (29,8%)	33 (70,2%)	47		
Total		69	51	120		

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat dari 69 responden yang mengalami

**Tabel 1. Distribusi Frekuensi Pengetahuan tentang Perubahan Fisik Remaja Puteri pada Masa Pubertas**

Pengetahuan tentang Perubahan Fisik Remaja Puteri pada Masa Pubertas	Jumlah	Persentase
Kurang	73	60,8%
Baik	47	39,2%
Total	120	100%

**Tabel 2. Distribusi Frekuensi Body Image**

Body Image	Jumlah	Persentase
Tidak Percaya diri	69	57,5%
Percaya Diri	51	42,5%
Total	120	100%

2.

tidak percaya diri, 55 orang (75,3%) memiliki pengetahuan tentang perubahan

fisik remaja putri pada masa pubertas yang kurang dan 14 orang memiliki pengetahuan tentang perubahan fisik remaja putri pada masa pubertas yang baik. Sedangkan dari 51 responden yang percaya diri, 18 orang (24,7%) memiliki pengetahuan tentang perubahan fisik remaja putri pada masa pubertas yang kurang dan 33 orang (70,2%) memiliki pengetahuan tentang perubahan fisik remaja putri pada masa pubertas yang baik.

Berdasarkan hasil uji statistic dengan menggunakan metode chi square maka diperoleh P value = 0.00 sedangkan nilai  $\alpha = 0.05$  dan derajat kebebasan (df) = (k-1)(b-1) = 2 dengan harga dari chi square ( $X^2$ )<sub>hitung</sub> = 24,281 sedangkan dalam chi square tabel ( $X^2$ )<sub>tabel</sub> = 3,84, maka dapat dilihat bahwa P value < (0.000 < 0.05) dan ( $X^2$ )<sub>hitung</sub> lebih besar daripada ( $X^2$ )<sub>tabel</sub>, dari hasil analisis jugadiperoleh OR = 7,202 artinya remaja yang memiliki pengetahuan yang baik tentang perubahan fisik remaja putri pada masa pubertas, cenderung percaya diri dengan perubahan fisik yang terjadi pada masa pubertas sebesar 7,202x disbanding remaja yang memiliki pengetahuan yang kurang tentang perubahan fisik remaja putri

pada masa pubertas,dengan sendirinya hipotesa nol ditolak dan menerima hipotesa alternatif yang menyatakan terdapat hubungan yang bermakna antara pengetahuan tentang perubahan fisik padamasapubertasremajaputeridengan body image.

## **B. Pembahasan**

Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan pengetahuan tentang perubahan fisik remaja putri pada masa pubertas dengan body image. Pengetahuan tentang perubahan fisik pada masa pubertas yang kurang menimbulkan rasa tidak percaya diri terhadap perubahan fisik yang terjadi sedangkan remaja yang memiliki pengetahuan yang baik tentang perubahan fisik pada masa pubertas, cenderung memiliki rasa percaya diri terhadap perubahan yang terjadi pada dirinya.

Hal ini dapat dilihat dari 60,8% responden yang memiliki pengetahuan tentang perubahan fisik remaja putri pada masa pubertas yang kurang merasa tidak percaya diri dan 39,2% responden yang memiliki pengetahuan tentang perubahan fisik remaja putri pada masa pubertas yang baik , merasa percaya diri.

Menurut Notoatmodjo (2010) Pengetahuan adalah hasil dari tahu, dan terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan itu terjadi melalui panca indera manusia yakni indera penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba. Sebagian besar penginderaan manusia diperoleh melalui mata dan telinga. Pengetahuan kognitif merupakan domain yang sangat penting dalam membentuk tindakan seseorang (overt behavior).

Sedangkan menurut Thompson, dkk. (1999), body image adalah evaluasi terhadap ukuran tubuh seseorang, berat ataupun aspek tubuh lainnya yang mengarah kepada penampilan fisik, dimana evaluasi ini dibagi menjadi tiga area yaitu komponen persepsi, yang secara umum mengarah kepada keakuratan dalam mempersepsi ukuran (perkiraan terhadap ukuran tubuh), komponen subyektif yang mengarah kepuasan, prihatin, evaluasi kognitif dan kecemasan serta komponen perilaku, yang memfokuskan kepada penginderaan individu terhadap situasi yang mengakibatkan ketidaknyamanan pada penampilan fisiknya sendiri. (Yustisisari,

2009

dalam <http://anwarsasake.wordpress.com/2009/08/06/body-image-pada-remaja/>).

## SIMPULAN DAN SARAN

Dari hasil uji statistik didapatkan nilai  $X^2_{hitung} = 24,281 > X^2_{tabel} = 3,84$  dan  $P_{value} < (0,000 < 0,05)$  dan dari hasil analisis juga diperoleh  $OR = 7,202$  artinya remaja yang memiliki pengetahuan yang baik tentang perubahan fisik remaja puteri pada masa pubertas, cenderung percaya diri dengan perubahan fisik yang terjadi pada masa pubertas sebesar 7,202x dibanding remaja yang memiliki pengetahuan yang kurang tentang perubahan fisik remaja puteri pada masa pubertas, Yang menyatakan ada hubungan yang bermakna (signifikan) antara pengetahuan tentang perubahan fisik remaja puteri pada masa pubertas dengan body image di SMP Negeri 6 Samarinda

Tenaga kesehatan (dokter, bidan dan perawat) sebaiknya sering mengadakan penyuluhan kesehatan mengenai kesehatan reproduksi khususnya pengetahuan tentang perubahan fisik

remaja puteri pada masa pubertas agar remaja puteri lebih percaya diri dalam menghadapi perubahan-perubahan fisik yang terjadi pada masa puber.

#### UCAPAN TERIMA KASIH

Kepada Kepala SMA Negeri 6 Samarinda, Dinas Pendidikan Kota Samarinda, Direktur Poltekkes Kemenkes Kalimantan Timur yang telah mendukung dan membantu dalam teknis penelitian.

#### REFERENSI

- Al-Mighwar M, 2006. Psikologi Remaja. Bandung : Pustaka Setia
- Ali, M Anshori, M. 2004. Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik. Jakarta :Bumi Aksara
- Hurlock, Elisabeth. 2006. *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan Edisi ke 5*.Jakarta :Erlangga
- Machfoedz, Ircham, dkk. 2005. *Teknik Membuat Alat Ukur Penelitian Bidang Kesehatan, Keperawatan, dan Kebidanan*, Yogyakarta :Fitramaya.
- Notoatmodjo, Soekidjo. 2010. *Metodologi Penelitian Kesehatan*, Jakarta : PT Rineka Cipta.
- Hidayat, A. Aziz Alimul. 2010. *Metode Penelitian Kebidanan dan Teknik Analisis Data*, Jakarta :Salemba Medika.
- Santrock, Johan W. 2006. *Adolescence Perkembangan Remaja Edisi ke 6*.Jakarta :Erlangga
- Soetjiningsih. 2004. *Tumbuh Kembang Remaja dan Permasalahannya*, Jakarta : CV. Sagung Seto.
- Sugiyono. 2010. *Statistika untuk Penelitian*, Bandung :Alfa beta.
- Sari, 2003.Internet. *Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan*. <http://digilib.unnes.ac.id/gsd/collection/p/indec/assoc>. (di akses tanggal, 28 Februari 2011)
- Yustiasari, 2009. Internet. *Body Image Pada Remaja*. <http://anwarsasake.wordpress.com/2009/08/06/body-image-pada-remaja/>. (diakses tanggal, 23 Maret 2011)