



## Hubungan Tingkat Pengetahuan terhadap Sikap Remaja Putri Tentang Perubahan Fisik Menghadapi Pubertas di SMPN 1 Kota Palopo

Hermawati Hamalding<sup>1</sup>, Desy Natalia<sup>2</sup>, Rohani Mustari<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup>Program Studi S1 Kebidanan, Fakultas Kesehatan, Institut Kesehatan dan Bisnis Kurnia Jaya Persada, Palopo, Indonesia

\*Corresponding author: emmahermawati2001@gmail.com

Alamat: Jl. Ratulangi No 173 Wara Utara Kota Palopo

**Abstract:** An individual's attitude towards an object can be influenced by the knowledge they possess about that object. The more positive information known about the object, the more positive the attitude towards it. Adolescents experiencing physical changes often exhibit negative attitudes, such as low self-confidence, indecisiveness, and feelings of fear and anxiety. However, adolescents who can embrace physical changes have the potential to feel comfortable and proud of their bodily abilities. This study aims to analyze the relationship between knowledge level and attitude of adolescent girls at SMPN 1 Kota Palopo regarding physical changes during puberty. A quantitative research design with a cross-sectional study approach was used. The population consisted of 158 female adolescents in the 7th grade with a sample of 62 respondents selected through Simple Random Sampling. Data were collected using questionnaires and analyzed using the chi-square test. The analysis results showed a  $p$  value = 1.000 ( $> 0.05$ ), indicating no significant relationship between knowledge level and attitude of adolescent girls towards physical changes during puberty at SMPN 1 Kota Palopo. It is recommended that adolescent girls continue to develop positive attitudes towards physical changes, and that future research use different data collection methods for deeper understanding.

**Keywords:** Knowledge; Attitude; Adolescent Girls; Physical Changes during Puberty

**Abstrak:** Sikap seseorang terhadap suatu objek dapat dipengaruhi oleh pengetahuan yang dimiliki tentang objek tersebut. Semakin banyak informasi positif yang diketahui tentang objek tersebut, maka akan semakin meningkat pula sikap positif terhadap objek tersebut. Remaja yang menghadapi perubahan fisik seringkali menunjukkan sikap negatif seperti kurang percaya diri, ragu-ragu dalam mengambil tindakan, dan merasa takut serta cemas. Namun, remaja yang dapat menerima perubahan fisik yang terjadi pada dirinya memiliki potensi untuk merasa nyaman dengan penampilan fisiknya dan bangga dengan kemampuan tubuhnya. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara tingkat pengetahuan terhadap sikap remaja putri di SMPN 1 Kota Palopo mengenai perubahan fisik yang terjadi saat menghadapi pubertas. Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif dengan rancangan *cross sectional study*. Populasi dalam penelitian ini adalah remaja putri kelas 7 di SMPN 1 Kota Palopo sebanyak 158 orang dengan jumlah sampel sebanyak 62 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan *Simple Random Sampling*. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner. Uji analisis data yang digunakan adalah uji *chi square*. Hasil uji analisis menunjukkan nilai  $p$  value = 1,000 ( $> 0,05$ ), sehingga tidak terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan dengan sikap remaja putri tentang perubahan fisik menghadapi pubertas di SMPN 1 Kota Palopo. Disarankan kepada remaja putri untuk terus mengembangkan sikap positif terhadap perubahan fisik yang dialami, serta bagi penelitian selanjutnya agar menggunakan metode pengumpulan data yang berbeda untuk mendapatkan pemahaman yang lebih mendalam.

**Kata Kunci:** Pengetahuan; Sikap; Remaja Putri; Perubahan Fisik Menghadapi Pubertas

### 1. LATAR BELAKANG

Masa muda atau remaja merupakan masa periode pertumbuhan dan perkembangan fisik, psikologis, dan intelektual yang pesat. Beberapa perubahan yang paling terlihat adalah perubahan bentuk fisik, intelektual, alat reproduksi, dan psikososial yang muncul secara alami dan kadang membuat remaja tidak menyadari dan tidak memiliki pengetahuan yang cukup mengenai perubahan-perubahan itu, sehingga mengakibatkan rasa khawatir dan tidak percaya

diri. Untuk meminimalisir kekhawatiran tersebut, penting bagi orangtua dan guru sekolah agar menyampaikan informasi yang akurat mengenai perubahan yang akan terjadi selama masa-masa pubertas pada remaja (Nasution & Samosir, 2021).

Menurut definisi dari Organisasi Kesehatan Dunia (*WHO*), remaja merupakan penduduk yang berusia antara 10 tahun sampai dengan 19 tahun (*WHO*, 2021). Diperkirakan 1,2 miliar orang, atau sekitar 16% populasi dunia merupakan remaja (*UNICEF*, 2019). Sedangkan di Indonesia, sekitar 45.351.348 orang atau 16,91% dari seluruh penduduk merupakan remaja berusia 10 hingga 19 tahun (*Kemenkes*, 2019). Pada kelompok usia remaja putri usia 15-19 tahun, persentase mereka sebanyak 7,89%, sedangkan kelompok usia 10-14 tahun memiliki persentase sebanyak 8,12% (*BPS Indonesia*, 2022).

Biasanya remaja putri akan mulai mengalami perubahan fisik masa pubertas di usia sekitar 10 sampai dengan 11 tahun. Proses pematangan seksual dan perubahan bentuk tubuh memiliki dampak yang signifikan pada kesejahteraan mental remaja. Jika remaja telah mempersiapkan diri dengan baik dan menerima informasi yang memadai seputar perubahan fisik yang akan terjadi, maka para remaja cenderung tidak merasakan kekhawatiran. Sebaliknya, jika remaja kurang mendapatkan informasi yang memadai, mereka dapat mengalami pengalaman yang negatif terkait dengan perubahan fisik tersebut (*Panjaitan et al.*, 2020).

Pengetahuan adalah hasil yang diperoleh melalui proses mengetahui, yang terjadi setelah seseorang mengamati suatu objek tertentu. Sikap, di sisi lain, merupakan respon atau reaksi yang masih tersembunyi dari individu terhadap rangsangan atau objek tertentu. Sikap seseorang terhadap suatu objek dapat dipengaruhi oleh pengetahuan yang dimiliki tentang objek tersebut. Semakin banyak informasi positif yang diketahui tentang objek tersebut, maka makin meningkat juga sikap positif pada objek tersebut (*Panjaitan et al.*, 2020). Remaja yang menghadapi perubahan fisik seringkali menunjukkan sikap negatif seperti kurang percaya diri, tidak yakin dalam mengambil keputusan, dan merasa takut serta cemas. Namun, remaja yang dapat menerima perubahan yang terjadi pada fisiknya memiliki potensi untuk merasa lebih nyaman dengan penampilan fisiknya dan bangga dengan kemampuan yang dimiliki tubuhnya (*Irmayanti et al.*, 2022).

Menurut hasil Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (*SDKI*) tahun 2017, perubahan fisik yang paling banyak diketahui pada remaja putri adalah timbulnya menstruasi (89%), pembesaran payudara (78%), tumbuhnya rambut di sekitar alat kelamin dan ketiak (39%), dan sebanyak 58% perempuan menerima informasi kesehatan reproduksi dari temannya (*BKKBN, BPS, & Kemenkes RI* 2018).

Hasil beberapa penelitian menyimpulkan bahwa tingkat pengetahuan dan sikap remaja awal berhubungan secara signifikan dengan perubahan fisik pada masa pubertas (Mutia, 2022; Nasution & Samosir, 2021; Prihartini & Maesaroh, 2019). Berdasarkan hasil survei pendahuluan yang dilakukan melalui wawancara terhadap 8 orang siswa di SMPN 1 Kota Palopo, ditemukan bahwa 3 siswa tidak mengetahui tentang perubahan pada fisik yang terjadi di fase pubertas dan merasa aneh terhadap perubahan fisik yang mereka alami, 3 siswa sudah mendapatkan informasi dari pihak terdekat dan menganggap perubahan fisik sebagai sesuatu yang wajar, sedangkan 2 siswa lainnya mendapatkan informasi melalui buku dan media massa namun masih kadang-kadang merasa cemas terhadap perubahan fisik yang mereka alami.

Sesuai dengan uraian di atas, maka peneliti berniat untuk melakukan penelitian mengenai hubungan antara tingkat pengetahuan terhadap sikap remaja putri di SMPN 1 Kota Palopo mengenai perubahan fisik saat menghadapi pubertas.

## **2. METODE PENELITIAN**

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan rancangan penelitian *cross sectional study*, yaitu pengumpulan data dilakukan secara serentak dalam satu waktu untuk semua variabel dengan pendekatan *point time approach* (Syapitri et al., 2021). Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi hubungan antara tingkat pengetahuan dengan sikap remaja putri mengenai perubahan fisik saat menghadapi pubertas di SMPN 1 Kota Palopo.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswi putri kelas 7 di SMPN 1 Kota Palopo yang berjumlah 158 orang. Jumlah sampel dihitung menggunakan rumus Lameshow dan diperoleh sebanyak 62 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan *Simple Random Sampling*, yaitu pemilihan subjek dilakukan secara acak dari populasi yang hadir di sekolah pada waktu penelitian sampai memenuhi target jumlah sampel (Sugiyono, 2019).

Penelitian dilaksanakan di SMPN 1 Kota Palopo pada bulan Juni sampai Juli tahun 2023. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner yang terdiri dari dua bagian, yaitu kuesioner pengetahuan tentang perubahan fisik menghadapi pubertas (15 pernyataan dengan skala *Guttman*) dan kuesioner sikap remaja putri tentang perubahan fisik menghadapi pubertas (15 pernyataan dengan skala *Likert*). Pengetahuan dikategorikan baik jika skor 80-100% dan kurang jika skor 0-79%. Sikap dikategorikan positif jika skor 80-100% dan negatif jika skor 0-79%.

Pengolahan data meliputi tahap *input data*, *editing* dan *cleaning*, serta koding. Analisis data menggunakan analisis univariat untuk mendeskripsikan masing-masing variabel, dan analisis bivariat menggunakan uji *chi square* dengan tingkat signifikansi  $\alpha = 0,05$ . Etika

penelitian meliputi prinsip menghormati harkat dan martabat manusia (*respect for human dignity*), menghormati privasi dan kerahasiaan subjek riset, keadilan dan inklusivitas, serta memperhitungkan manfaat dan kerugian yang akan ditimbulkan.

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

#### Hasil

##### a. Karakteristik Responden

Tabel 1 menampilkan distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan usia. Responden yang berpartisipasi dalam penelitian ini berjumlah 62 orang. Mayoritas responden, sebanyak 50 orang (80,6%), berusia 12 tahun, sedangkan 12 orang responden lainnya (19,4%) berusia 13 tahun.

**Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden di SMPN 1 Kota Palopo**

Karakteristik	n	(%)
<b>Usia</b>		
12 tahun	50	80,6
13 tahun	12	19,4
<b>Total</b>	<b>62</b>	<b>100,0</b>

*Sumber: Data primer, 2023*

##### b. Distribusi Tingkat Pengetahuan Responden

Tabel 2 menampilkan distribusi responden berdasarkan tingkat pengetahuan. Dari 62 responden, mayoritas yaitu 55 orang (88,7%) menunjukkan tingkat pengetahuan yang baik, sedangkan 7 orang lainnya (11,3%) memiliki tingkat pengetahuan yang kurang.

**Tabel 2. Distribusi Responden Berdasarkan Pengetahuan di SMPN 1 Kota Palopo**

Pengetahuan	Frekuensi	Persen (%)
Baik	55	88,7
Kurang	7	11,3
<b>Total</b>	<b>62</b>	<b>100,0</b>

*Sumber: Data primer, 2023*

**c. Distribusi Sikap Responden**

Tabel 3 menggambarkan distribusi responden berdasarkan sikap terhadap perubahan fisik saat menghadapi pubertas. Mayoritas responden, yaitu 58 orang (93,5%), menunjukkan sikap negatif, sedangkan hanya 4 orang (6,5%) yang menunjukkan sikap positif.

**Tabel 3. Distribusi Responden Berdasarkan Sikap di SMPN 1 Kota Palopo**

Sikap	Frekuensi	Persen (%)
Positif	4	6,5
Negatif	58	93,5
<b>Total</b>	<b>62</b>	<b>100,0</b>

*Sumber: Data primer, 2023*

**d. Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Sikap Remaja Putri tentang Perubahan Fisik Menghadapi Pubertas**

Tabel 4 menunjukkan hasil analisis bivariat hubungan tingkat pengetahuan dengan sikap remaja putri tentang perubahan fisik menghadapi pubertas di SMPN 1 Kota Palopo.

**Tabel 4. Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Sikap Remaja Putri tentang Perubahan Fisik Menghadapi Pubertas di SMPN 1 Kota Palopo**

Pengetahuan	Sikap				Total	
	Positif		Negatif		n	%
	n	%	n	%		
Baik	4	6,5	51	82,3	55	88,7
Kurang	0	0	7	11,3	7	11,3
<b>Total</b>	<b>4</b>	<b>6,5</b>	<b>58</b>	<b>93,5</b>	<b>62</b>	<b>100,0</b>
<i>p value = 1,000</i>						

*Sumber: Data primer, 2023*

## **Pembahasan**

### **a. Tingkat Pengetahuan Remaja Putri tentang Perubahan Fisik Menghadapi Pubertas**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden, yaitu 55 orang (88,7%), memiliki tingkat pengetahuan yang baik tentang perubahan fisik saat menghadapi pubertas, sedangkan 7 orang (11,3%) memiliki tingkat pengetahuan yang kurang. Pengetahuan yang baik mengenai perubahan fisik saat mengalami pubertas adalah hal yang penting karena merupakan tahap perkembangan yang signifikan dalam kehidupan seseorang. Dengan pemahaman yang memadai, individu dapat lebih siap dan mampu menghadapi perubahan tersebut dengan lebih baik secara fisik dan psikologis.

### **b. Sikap Remaja Putri terhadap Perubahan Fisik Menghadapi Pubertas**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden, yaitu 58 orang (93,5%), menunjukkan sikap negatif terhadap perubahan fisik saat menghadapi pubertas, dan hanya 4 orang (6,5%) yang menunjukkan sikap positif. Sikap yang dimiliki individu saat menghadapi pubertas dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis mereka. Sikap positif dan penerimaan terhadap perubahan fisik dapat membantu remaja menghadapinya dengan lebih baik dan mengurangi potensi dampak negatif pada kesehatan mental.

### **c. Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Sikap Remaja Putri tentang Perubahan Fisik Menghadapi Pubertas**

Hasil uji analisis dengan melihat nilai *Fisher's Exact Test* diperoleh nilai *p value* 1,000 yang lebih besar dari nilai 0,05, sehingga  $H_a$  ditolak dan  $H_0$  diterima, atau tidak terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan dengan sikap remaja putri tentang perubahan fisik menghadapi pubertas di SMPN 1 Kota Palopo.

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan dapat terlihat bahwa terjadi kesenjangan antara teori dan hasil penelitian yang diperoleh. Dari 55 orang siswi yang berpengetahuan baik, 51 orang di antaranya menunjukkan sikap negatif tentang perubahan fisik yang dialami, sementara dari teori yang dikemukakan oleh Panjaitan et al. (2020) disebutkan bahwa semakin banyak informasi positif yang diketahui tentang suatu objek, maka akan semakin meningkat pula sikap positif terhadap objek tersebut. Menurut peneliti, kesenjangan tersebut terjadi karena beberapa faktor, seperti faktor pendidikan yang menyebabkan sebagian besar siswi memiliki pengetahuan yang baik tentang pubertas, serta faktor sosial budaya yang menyebabkan para siswi merasa risih atau canggung dengan perubahan fisik yang mereka alami, walaupun sebenarnya mereka mengetahui bahwa perubahan fisik tersebut adalah hal yang wajar untuk remaja putri yang sedang mengalami pubertas.

Perubahan ciri seks sekunder pada remaja putri mencakup pembesaran pinggul, perkembangan payudara, tumbuhnya rambut di area kemaluan dan ketiak, perubahan kulit yang menjadi lebih tebal, serta peningkatan aktivitas kelenjar keringat. Pengetahuan negatif dari seseorang dipengaruhi oleh pengetahuan yang mereka miliki; semakin rendah pengetahuan mereka, semakin negatif pula sikap mereka dalam merespons informasi kesehatan (Sulistiyanti & Alda Ayu Jifaniata, 2021).

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Lino Palloan (2020) bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan remaja awal tentang perubahan fisik pubertas dengan sikap menghadapi pubertas di SMP 2 Kabupaten Pinrang. Namun, hasil penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Mutia (2022) yang menyampaikan bahwa terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan terhadap perubahan fisik masa pubertas remaja putri.

Peneliti berasumsi bahwa mayoritas responden dengan pengetahuan baik maupun kurang sama-sama menunjukkan sikap negatif terhadap perubahan fisik saat menghadapi pubertas. Hal ini dipengaruhi oleh faktor sosial budaya, di mana masyarakat masih menganggap canggung untuk membicarakan perubahan fisik pubertas, terutama perubahan ciri seks sekunder, sehingga pengetahuan siswi SMP tentang perubahan ini belum mencapai tingkat yang maksimal.

#### **4. KESIMPULAN DAN SARAN**

##### **Kesimpulan**

Dari hasil penelitian tentang Hubungan Tingkat Pengetahuan Terhadap Sikap Remaja Putri tentang Perubahan Fisik Menghadapi Pubertas di SMPN 1 Kota Palopo tahun 2023, dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan dengan sikap remaja putri tentang perubahan fisik menghadapi pubertas di SMPN 1 Kota Palopo ( $p\ value = 1,000$ ).

##### **Saran**

Disarankan kepada remaja putri untuk terus meningkatkan pengetahuan tentang perubahan fisik yang terjadi saat menghadapi pubertas serta mengembangkan sikap positif dengan menghadapinya dengan percaya diri dan penerimaan diri. Bagi penelitian selanjutnya, disarankan untuk menggali lebih dalam dengan melibatkan faktor-faktor lain yang mungkin mempengaruhi sikap remaja putri, menggunakan sampel yang lebih luas dari berbagai latar belakang sosial dan budaya, serta menggunakan metode pengumpulan data yang berbeda

seperti wawancara mendalam atau pengamatan langsung untuk mendapatkan pemahaman yang lebih komprehensif.

## DAFTAR REFERENSI

- Asniar, H. K., & P. M. (2020). *Pendidikan dan Promosi Kesehatan*. Syiah Kuala University Press.
- BPS Indonesia. (2022). *Perempuan dan Laki-laki di Indonesia 2022*. BPS Indonesia.
- Darsini, D., Fahrurrozi, F., & Cahyono, E. A. (2019). Pengetahuan; Artikel Review. *Jurnal Keperawatan*, 12(1), 13.
- Hariani, Y. (2022). Hubungan Pengetahuan dan Personal Hygiene Terhadap Kesehatan Reproduksi 2022: Literature Review. *Jurnal Kesehatan Abdurahman Palembang*, 11(2), 35–42.
- Irmayanti, N., Dhei, B., Lusianti, N., & Derman, Y. (2022). Perbedaan Sikap Remaja dalam Menghadapi Perubahan Fisik pada Masa Pubertas Ditinjau dari Gender. *Prosiding Seminar Nasional & Call for Paper "Peran Perempuan sebagai Pahlawan di Era Pandemi" PSGESI LPPM UWP*, 9(01), 143–149. <https://doi.org/10.38156/gesi.v9i01.166>
- Jaya, I. M. L. M. (2020). *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif: Teori, Penerapan, dan Riset Nyata*. Anak Hebat Indonesia.
- Kurniawan, W., & Agustini, A. (2021). *Metodologi Penelitian Kesehatan dan Keperawatan; Buku Lovrinz Publishing*. Rumah Pustaka.
- Kurniawati, N., Wahyu, M., & Suryo, B. (2021). Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Pubertas dengan Sikap Menghadapi Perubahan Fisik pada Remaja Awal. *Jurnal Komunikasi Kesehatan*, XII(1), 17–22.
- Mutia, W. O. N. (2022). Tingkat Pengetahuan Terhadap Perubahan Fisik Pubertas Remaja Putri. *Jurnal Ilmu Kebidanan*, 9(1), 18–23. <https://doi.org/10.48092/jik.v9i1.182>
- Nasution, B. H., & Samosir, J. E. (2021). Pengetahuan dan Sikap Remaja Tentang Perubahan Fisik pada Masa Pubertas. *Jurnal Keperawatan Flora*, 14(1), 9–15.
- Palloan, M. L. (2020). Hubungan Tingkat Pengetahuan Remaja tentang Perubahan Fisik Pubertas dengan Sikap Menghadapi Pubertas di SMP 2 Kabupaten Pinrang. *Jurnal Kesehatan Luwu Raya*, 7(1), 121–126.
- Panjaitan, A. A., Angelia, S., & Apriani, N. (2020). Sikap Remaja Putri dalam Menghadapi Perubahan Fisik Saat Pubertas. *Jurnal Vokasi Kesehatan*, 6(1), 42. <https://doi.org/10.30602/jvk.v6i1.213>
- Prihartini, A. R., & Maesaroh, M. (2019). Hubungan Antara Tingkat Pengetahuan dan Sikap Remaja Awal Terhadap Perubahan Fisik Masa Pubertas pada Murid Kelas VIII di SMP N 1 Plumbon Kabupaten Cirebon. *Jurnal Menara Medika*, 2(1), 119–127.
- Ridwan, M., Syukri, A., & Badarussyamsi, B. (2021). Studi Analisis Tentang Makna Pengetahuan dan Ilmu Pengetahuan Serta Jenis dan Sumbernya. *Jurnal Geuthèè: Penelitian Multidisiplin*, 4(1), 31. <https://doi.org/10.52626/jg.v4i1.96>
- Sarmanu. (2017). *Dasar Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan Statistika*. Airlangga University Press.

- Sulistiyanti, A., & Alda Ayu Jifaniata. (2021). Tingkat Pengetahuan dan Sikap pada Remaja Putri tentang Perubahan Fisik Pubertas pada Siswi SMP Negeri 1 Sukoharjo. *Infokes*, 11(1).
- Suryani, L. (2021). Pendidikan Karakter Berbasis Keterampilan Khusus sebagai Upaya Meningkatkan Kualitas Pengetahuan, Keterampilan dan Sikap Siswa. *Jurnal Pendidikan Karakter*, 11(1), 1–8.
- Syapitri, H., Amila, & Aritonang, J. (2021). *Buku Ajar Metodologi Penelitian*. Ahli Media Pers.
- Trisnowati, I. M. I. P. B., Suarni, S., & Trisno, T. (2022). *Promosi dan Pendidikan Kesehatan*. Tahta Media Group.
- Wirenviona, R. (2020). *Edukasi Kesehatan Reproduksi Remaja*. Airlangga University Press.