

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Masa remaja merupakan periode transisi yang dimulai pada usia 10 tahun (WHO, 2025). Namun, fenomena yang mendesak saat ini adalah munculnya tanda-tanda pubertas pada remaja putri di tingkat Sekolah Dasar (Batubara, 2022). Ketidaksiapan siswi SD dalam menyikapi pertumbuhan payudara dan menstruasi pertama sering kali memicu kecemasan (Sari & Rahayu, 2024). Hal ini disebabkan karena pengetahuan mereka yang masih terbatas dan sikap yang cenderung negatif terhadap perubahan tubuh (Notoatmodjo, 2022). Masa remaja merupakan periode perkembangan yang ditandai oleh perubahan yang berlangsung cepat, mencakup aspek fisik, psikologis, dan sosial. Pada fase ini, individu mengalami pertumbuhan dan pematangan yang signifikan sebagai bagian dari proses menuju kedewasaan (World Health Organization, 2022). Perubahan yang paling tampak selama masa ini adalah perubahan fisik akibat pubertas. Transformasi biologis yang terjadi secara alami tersebut sering kali menimbulkan kebingungan, rasa cemas, bahkan perasaan malu pada remaja apabila mereka tidak memiliki pemahaman yang memadai mengenai proses yang sedang dialami (UNICEF, 2023). Kurangnya informasi yang benar dapat memperbesar ketidaknyamanan psikologis dalam menghadapi perubahan tubuh.

Oleh karena itu, dukungan dari lingkungan terdekat, terutama orang tua dan guru di sekolah, sangat diperlukan untuk memberikan edukasi yang tepat dan komprehensif mengenai pubertas. Penyampaian informasi yang akurat tentang

makna serta proses perubahan fisik pada masa remaja terbukti membantu meningkatkan kesiapan dan mengurangi kecemasan dalam menghadapi fase perkembangan tersebut (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2022).

Menurut data WHO (2024), rendahnya literasi kesehatan pada remaja putri di negara berkembang berkontribusi pada 40% kasus kecemasan terkait menstruasi dan perubahan fisik. Pengetahuan yang rendah bukan hanya masalah informasi, tetapi berdampak pada hak kesehatan reproduksi dasar. Provinsi Jawa Timur memiliki populasi remaja awal (10-14 tahun) yang sangat besar, yakni mencapai 2,9 juta jiwa (BPS Jatim, 2023). Tingginya populasi ini tidak dibarengi dengan tingkat literasi kesehatan yang merata. Berdasarkan Profil Kesehatan Jawa Timur (2023), angka kesiapan remaja putri dalam menghadapi pubertas masih rendah, di mana hampir 45% remaja putri menunjukkan sikap negatif seperti kecemasan berlebih. Hal ini diperkuat oleh fakta bahwa tren pubertas di wilayah Jawa Timur kini banyak dialami oleh siswi pada tingkat Sekolah Dasar, yang secara psikologis belum mendapatkan edukasi kesehatan reproduksi yang memadai. Sementara itu, di Kabupaten Pasuruan meskipun data historis menunjukkan angka pengetahuan rendah yang dominan (mencapai 43,22%), studi terbaru di wilayah Pasuruan mengonfirmasi bahwa pola ini belum mengalami perubahan signifikan ke arah yang lebih baik. Hingga tahun 2023, ditemukan bahwa pemahaman komprehensif remaja putri mengenai fase pubertas masih di bawah 20%, sementara sebagian besar lainnya masih memiliki pemahaman yang bersifat parsial atau sekadar formalitas (Fauziyah & Munawaroh, 2023). Ketidaksiapan dalam menghadapi perubahan biologis ini tecermin dari tingginya angka remaja yang tidak mampu

mengidentifikasi waktu dimulainya pubertas secara tepat. Merujuk pada pembaruan data Survei Kesehatan Indonesia (SKI, 2023)

Berdasarkan hasil studi awal yang dilakukan pada tanggal 31 Januari 2026 di SDN Gading II Desa Gading, Kecamatan Winongan Kabupaten Pasuruan, kuesioner dilakukan terhadap remaja putri kelas V Dan VI. Dari 5 remaja putri dengan menanyakan 5 pertanyaan terkait pengetahuan dan sikap tentang perubahan fisik saat pubertas. Didapatkan hasil, remaja putri yang menjawab benar mengenai pengetahuan perubahan fisik pada masa pubertas hanya 2 orang, 3 lainnya menjawab salah. Remaja putri yang menjawab benar mengenai sikap remaja putri dalam menghadapi perubahan fisik hanya 2 yang benar, 3 lainnya salah. 5 remaja putri menjawab benar bahwa menstruasi dan perkembangan payudara merupakan tanda perubahan fisik.

Di era globalisasi saat ini, pesatnya perkembangan teknologi informasi memainkan peran dominan dalam membentuk kerangka pengetahuan remaja. Namun, akses informasi yang tidak terfilter sering kali menciptakan ambiguitas; remaja yang tidak dibekali dengan pemahaman kesehatan reproduksi yang valid cenderung mengalami gejala emosional seperti kecemasan, rasa malu, hingga kebingungan mendalam saat menghadapi fase transisi biologis (Hidayah, 2023). Fenomena ini menjadi jauh lebih kompleks bagi remaja putri, di mana perubahan fisik seperti fluktuasi berat badan dan transformasi bentuk tubuh sering kali dipandang secara kritis melalui lensa standar kecantikan digital. Hal ini memicu rasa tidak percaya diri (*insecurity*) terutama saat mereka mulai memiliki ketertarikan interpersonal (Lestari & Wijaya, 2024). Secara fundamental,

pengetahuan merupakan fondasi utama dalam pembentukan disposisi mental. Kurangnya literasi yang memadai mengenai pubertas tidak hanya membuat remaja rentan terhadap misinformasi, tetapi juga mendorong mereka untuk mengadopsi sikap yang keliru. Dampak jangka panjang dari minimnya pengetahuan ini adalah terbentuknya persepsi negatif terhadap seksualitas, yang sering kali berujung pada perilaku berisiko atau sikap menutup diri terhadap perkembangan alami tubuh mereka (Pratama et al., 2022; Ramadhani, 2024).

Transisi biologis pada masa pubertas sering kali menjadi sumber tekanan psikologis yang signifikan bagi remaja putri. Studi terbaru menunjukkan bahwa fluktuasi emosional dan tingkat stres pada kelompok ini cenderung lebih tinggi dibandingkan remaja laki-laki, terutama yang berkaitan dengan persepsi terhadap perubahan bentuk tubuh (*body image*). Manifestasi fisik seperti pertumbuhan payudara, siklus menstruasi pertama (*menarche*), peningkatan berat badan, hingga munculnya jerawat sering kali memicu rasa malu dan penurunan kepercayaan diri yang drastis (Handayani & Saputri, 2023; Nurhayati, 2024). Perubahan ini tidak hanya bersifat internal, tetapi juga sangat dipengaruhi oleh faktor eksternal seperti dinamika keluarga, lingkungan pergaulan, serta standar estetika yang berkembang di lingkungan sekolah dan media sosial. Secara fisiologis, perbedaan perkembangan antara remaja laki-laki dan perempuan berakar pada aktivasi sistem hormonal yang berbeda pada organ reproduksi. Munculnya karakteristik seks sekunder ini menciptakan diferensiasi penampilan fisik yang mencolok, yang jika tidak dikelola dengan edukasi yang tepat, dapat memengaruhi kesejahteraan mental remaja (Kemenkes RI, 2024; Pratama & Utami, 2022).

Dengan mempertimbangkan penjelasan pada latar belakang, penulis merasa perlu melakukan sebuah penelitian yang berjudul “Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Dalam Menghadapi Perubahan Fisik Pada Masa Pubertas Di SDN Gading II Desa Gading Kecamatan Winongan Kabupaten Pasuruan”

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :“Apakah ada Hubungan Pengetahuan dan sikap Remaja Putri Dalam Menghadapi Perubahan Fisik Pada Masa Pubertas Di SDN Gading II Desa Gading Kecamatan Winongan Kabupaten Pasuruan ?”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui Hubungan Pengetahuan dan sikap Remaja Putri Dalam Menghadapi Perubahan Fisik Pada Masa Pubertas Di SDN Gading II Desa Gading Kecamatan Winongan Kabupaten Pasuruan.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi Pengetahuan Remaja Putri Tentang Perubahan Fisik Saat Pubertas Di SDN Gading II Desa Gading Kecamatan Winongan Kabupaten Pasuruan.
2. Mengidentifikasi Sikap Remaja Putri Tentang Perubahan Fisik Saat Pubertas Di SDN Gading II Desa Gading Kecamatan Winongan Kabupaten Pasuruan.

3. Menganalisis Hubungan Pengetahuan dan sikap Remaja Putri Dalam Menghadapi Perubahan Fisik Pada Masa Pubertas Di SDN Gading II Desa Gading Kecamatan Winongan Kabupaten Pasuruan.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Secara Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan berguna untuk menambah pengetahuan dan sikap mengenai Perubahan Fisik Pada Masa Pubertas.

1.4.2 Secara Praktis

1. Bagi Siswa

Memberikan gambaran bagi mereka tentang pentingnya membekali diri dengan informasi yang benar agar lebih siap dan percaya diri (positif) dalam menghadapi perubahan fisik pubertas.

2. Bagi Guru

Sebagai salah satu media pembelajaran, sumber informasi, wacana kepustakaan dalam meningkatkan Pengetahuan Perubahan Fisik Pada Masa Pubertas.

3. Bagi Sekolah

Sebagai bahan masukan bagi institusi pendidikan untuk meningkatkan lagi kesadaran para siswa tentang pentingnya Perubahan Fisik Pada Masa Pubertas.

4. Bagi Institusi

Dapat dijadikan sebagai referensi tambahan untuk memudahkan mahasiswa dalam mencari sumber pustaka yang relevan dalam penyelesaian tugas akhir

