

Dukungan Keluarga Bagi Remaja dalam Menghadapi Pubertas di SMP Negeri 1 Kota Bima

Moh. Ali^{1(CA)}

^{1(CA)}Mahasiswa Program Studi Magister Kesehatan Fakultas Kesehatan Universitas Qamarul Huda
Badaruddin Jln. H. Badruddin Bagu – Pringgarata – Lombok Tengah
e-mail: lanthoq@gmail.com

ABSTRACT

The family as the main social unit that gives influence to the growth and development of adolescents, the family is a place for individuals to learn to socialize, the success of adolescent development is achieved through interaction with family members. Optimal adolescent development will be achieved if they are with their families. Various factors can affect the development of adolescents, one of which is support from family members. This study aims to determine the relationship between perceptions of family social support with adolescent attitudes in dealing with puberty. This research is a correlational quantitative study with cross sectional approach, data were collected using a questionnaire, respondents were taken by simple random sampling technique in grade 1 and grade 2 students in SMP Negeri 1 Kota Bima, amounting to 76 respondents. There is a correlation between perceptions of family social support with adolescent attitudes in dealing with puberty analyzed with $X^2 = 39,269$ and $p\text{-value} = 0,000$. Family social support greatly influences adolescent attitudes in dealing with puberty, forms of social support can be either material or non-material support.

Keywords : *Family social supports, Attitude, Adolescent*

ABSTRAK

Keluarga sebagai unit sosial utama yang memberikan pengaruh bagi tumbuh kembang remaja, keluarga merupakan tempat individu belajar bersosialisasi, keberhasilan perkembangan remaja dicapai melalui interaksi dengan anggota keluarga. Perkembangan remaja yang optimal akan tercapai apabila mereka bersama keluarganya. Berbagai faktor bisa mempengaruhi perkembangan remaja, salah satunya dukungan dari anggota keluarga. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan persepsi dukungan sosial keluarga dengan sikap remaja dalam menghadapi pubertas. Penelitian ini merupakan studi kuantitatif *korelasional* dengan pendekatan *cross sectional*, data dikumpulkan menggunakan kuesioner, responden diambil dengan tehnik *simple random sampling* pada siswa kelas 1 dan kelas 2 di SMP Negeri 1 Kota Bima yang berjumlah 76 responden. Terdapat hubungan persepsi dukungan sosial keluarga dengan sikap remaja dalam menghadapi pubertas dianalisis dengan $X^2 = 39,269$ dan $p\text{-value} : 0,000$. Dukungan sosial keluarga sangat mempengaruhi sikap remaja dalam menghadapi pubertas, bentuk dukungan sosial dapat berupa dukungan material maupun non material.

Kata Kunci : **Dukungan Sosial Keluarga, Sikap, Remaja**

PENDAHULUAN

Keluarga sebagai unit sosial utama yang memberikan pengaruh bagi tumbuh kembang remaja, keluarga merupakan tempat individu belajar bersosialisasi, keberhasilan perkembangan remaja dicapai

melalui interaksi dengan anggota keluarga (Muhtar & Syaiful, 2019). Perkembangan remaja yang optimal akan tercapai apabila mereka bersama keluarganya. Berbagai faktor bisa mempengaruhi perkembangan remaja, salah satunya dukungan dari anggota keluarga. Keluarga diharapkan menjadi sumber belajar bagi anak-anaknya yang memasuki usia remaja tentang perubahan fisik dan psikososial dalam menghadapi masa *Puber* yang merupakan hal baru bagi usia remaja awal. Penjelasan yang diberikan orang tua akan lebih bermakna dari pada informasi yang diperoleh dari teman-teman sebaya, atau yang diperoleh remaja dari media cetak maupun elektronik yang belum tentu benar, oleh karena itu orang tua mempunyai peran dan tanggung jawab yang besar dalam mempersiapkan anak untuk menghadapi pubertas (Puspitosari, 2002).

Awal mula pubertas adalah pertumbuhan dan pematangan fisik pada masa remaja sebagai fase perkembangan antara masa kanak-kanak dan masa dewasa. (Haditono, 2004). Berbagai gejolak dan permasalahan akan dihadapi remaja akibat kondisi psikososial remaja yang sedang mencari nilai-nilai baru dalam hidupnya yang sebagian kemungkinan bertolak belakang dengan nilai-nilai yang berlaku dalam keluarga maupun masyarakat yang dapat menyebabkan remaja berada pada kondisi emosional yang labil (Sarwono, 1999).

Perubahan yang dialami remaja pada masa pubertas meliputi perubahan fisik yang cukup menyolok maupun perubahan perasaan, pergaulan, pikiran dan perilaku yang berlangsung beberapa tahun. Perubahan ini diikuti pula dengan perilaku mereka dalam mengatasi masalah psikososial seperti mereka mulai tanggap terhadap jenis kelamin yang berbeda serta tumbuhnya kebutuhan akan kemandirian yang ditunjukkan dengan perilaku lebih memilih teman sebaya daripada orangtua mereka sendiri (Dewi & Kamidah, 2012).

Penyesuaian remaja dalam lingkungan keluarga dapat ditunjukkan dengan kemampuan mereka menerima bertanggung jawab serta menerima otoritas orangtua (Gunarsa, 2008). Perubahan fisik, perasaan, pergaulan, pikiran dan perilaku inilah yang membuat remaja seringkali melawan peraturan atau otoritas yang selama ini diterima secara utuh. Jika dalam keluarga remaja tidak memiliki kemampuan untuk dapat menerima otoritas orangtua maka ditakutkan remaja berperilaku menyimpang yang disengaja untuk menunjukkan bahwa mereka memiliki kebebasan dan mampu untuk mandiri. Hal ini dikarenakan usaha remaja untuk memperoleh kebebasan emosional.

Kesehatan remaja sebagian besar ditentukan oleh sikap mereka, remaja seringkali mencoba berbagai perilaku baru yang mereka anggap modern dan populer untuk dijadikan pengalaman yang berdampak positif maupun negatif. Misalnya saja suasana hati (*mood*) bisa berubah dengan sangat cepat. Dampak negatif bisa saja dengan pengaruh lingkungan sekitar remaja yang buruk seperti mengkonsumsi narkoba, seks bebas, dan tindakan kriminal remaja. Penyimpangan terjadi akibat emosional remaja yang keadaannya masih belum stabil, akibatnya remaja akan mudah terpengaruh oleh hal-hal negatif, apalagi dalam era revolusi industri 4.0 saat ini dimana digitalisasi komunikasi membuat remaja dengan mudahnya mengakses informasi dari berbagai belahan dunia, oleh karena itu tidak menutup kemungkinan remaja bisa memperoleh informasi yang tidak benar tentang masa pubertas dan cara menghadapinya. Hasil penelitian ini diharapkan memberikan manfaat bagi orang tua dalam mempererat hubungan anak dengan orang tua, sehingga tidak terjadi kesalahpahaman diantara mereka.

BAHAN DAN METODE

Penelitian ini merupakan studi kuantitatif *korelasional* dengan pendekatan *cross sectional* yang bertujuan mengkaji hubungan antara persepsi dukungan sosial keluarga dan sikap remaja dalam menghadapi pubertas. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner yang dibagikan langsung peneliti kepada responden penelitain siswa kelas 1 dan kelas 2 di SMP Negeri 1 Kota Bima, yang berjumlah 76 responden dengan menggunakan tehnik *simple random sampling*, analisis data multivariat menggunakan uji *chi square* dengan bantuan program komputer.

HASIL

Tabel 1 Persepsi Dukungan Sosial Keluarga dan Sikap Remaja Dalam Menghadapi Pubertas Di SMPN 1 Kota Bima, Oktober 2019

Karakteristik	Frekuensi	Prosentase (%)
Persepsi Dukungan Sosial Keluarga		
1. Ada Dukungan	51	67,1
2. Tidak Ada Dukungan	25	32,9
Sikap Remaja Dalam Menghadapi Pubertas		
1. Sikap Positif	39	51,3
2. Sikap Negatif	37	48,7

Tabel 1 menyajikan hasil tabulasi dukungan sosial keluarga terhadap remaja dalam menghadapi pubertas di SMPN 1 Kota Bima dipersepsikan remaja dalam bentuk ada dukungan (67,1%), sementara sikap remaja dalam menghadapi pubertas, yang memiliki sikap positif sebanyak (51,3%).

Tabel 2 Tabulasi Silang Dukungan Sosial Keluarga Dengan Sikap Remaja Dalam Menghadapi Pubertas Di SMPN 1 Kota Bima, Oktober 2019

Persepsi Dukungan Sosial Keluarga	Sikap Remaja Menghadapi Pubertas		Total (%)
	Sikap Postif (%)	Sikap Negatif (%)	
Ada Dukungan	51,32	15,79	67,11
Tidak Ada Dukungan	0	32,89	32,89
Total	51,32	48,58	100

$X^2 = 39,269.$ $p\text{-value} : 0,0001$

Tabel 2 menunjukkan hasil tabulasi silang dukungan sosial keluarga dengan sikap remaja dalam menghadapi pubertas menunjukkan 51,32 % responden yang mendapatkan dukungan sosial keluarga memiliki sikap yang positif dalam menghadapi pubertas, sementara 32,89 % responden yang tidak ada

dukungan sosial keluarga memiliki sikap yang negatif dalam menghadapi pubertas. Hasil analisa uji *Chi Square* didapatkan χ^2 hitung 39,269 dan *p-value* 0,0001 yang berarti ada hubungan yang bermakna dukungan sosial keluarga dengan sikap remaja dalam menghadapi pubertas di Di SMPN 1 Kota Bima.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan antara antara persepsi dukungan sosial keluarga dengan sikap remaja dalam menghadapi pubertas di SMP Negeri 1 Kota Bima. Kesiapan remaja dalam menghadapi pubertas sangat tergantung dari dukungan dari berbagai pihak terutama keluarga, karena keluarga merupakan sumber utama pemenuhan kebutuhan psikososial, saling mengasah dan memberikan cinta kasih serta saling menerima dan mendukung (Muhtar & Syaiful, 2019), disamping itu keluarga merupakan lingkungan pertama tempat anak mendapatkan pendidikan pertama kali (Notoatmodjo, 2003). Perubahan fisik membuat remaja merasa aneh, peran orang tua adalah untuk memberi rasa percaya diri pada anak. Selama anak memperoleh dukungan dari orang tuanya, dia akan merasa nyaman (Indarwati, 2013). Orang tua adalah pendidik terbaik dari anak remaja termasuk mendidik dan membina anak menjadi individu yang lebih dewasa. Pada tahap puber, remaja senang bergaul dan berkelompok dengan teman sebaya serta mulai menunjukkan rasa ketertarikannya dengan lawan jenis. Oleh karena itu salah satu tugas perkembangan yang harus dicapai oleh remaja pada tahap ini adalah kemampuan dalam menjalin mempertahankan hubungan baru yang lebih baik dengan teman sebaya dengan jenis kelamin yang sama maupun berbeda jenis kelamin (Suryani, Syahniar, & Zikra, 2013).

Pemenuhan kebutuhan fisik maupun psikologis bagi seseorang tidak mungkin dapat dipenuhi secara sendirian, oleh karena itu individu membutuhkan bantuan dan dukungan terutama dari orang-orang terdekat dalam hal ini keluarganya. Oleh karenanya individu yang mendapat dukungan sosial dari keluarga akan bersikap positif hal ini terkait dengan hasil penelitian dimana responden yang mendapatkan dukungan sosial keluarga akan memiliki sikap yang positif dalam menghadapi pubertas, serta responden yang tidak mendapatkan dukungan sosial keluarga cenderung memiliki sikap yang negatif dalam menghadapi pubertas. Bentuk dukungan sosial dapat berupa dukungan material maupun non material seperti kesempatan mengekspresikan perasaan melalui kegiatan bercerita dengan keluarga, meminta pertimbangan orang tua, bantuan atau nasehat yang diberikan orang tua, atau bahkan menyampaikan keluh kesah saat menghadapi persoalan pribadi atau masalah yang terkait tugas sekolah (Friedman, 1998).

Orang tua yang mampu menumbuhkan rasa saling menyayangi, saling mencintai dan melindungi dalam keluarga merupakan bentuk dukungan sosial yang sangat dibutuhkan dalam kehidupan remaja. Perhatian penuh yang diberikan orang tua membuat remaja merasa nyaman, aman serta dapat mengembangkan perilaku yang baik selama menghadapi masa pubertas. Hasil penelitian Suryani et al. (2013), mengemukakan bahwa orang tua dan guru dapat berperan sebagai sahabat remaja dalam berbagi cerita dan saling terbuka menyampaikan perasaan, serta memfasilitasi penyesuaian diri remaja secara emosional dalam menghadapi pubertas sehingga remaja mampu menjalin hubungan yang menyenangkan dengan teman sebaya maupun orang tua. Oleh karena itu remaja yang mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang disertai oleh perubahan bentuk tubuh, perubahan emosional, maka seorang remaja sangat membutuhkan dukungan. Dukungan tersebut dapat diwujudkan dalam berbagai hal misalnya

perhatian, ungkapan empati dan support lainnya yang diperoleh remaja selama menjalin interaksi sosial dengan anggota keluarga, sahabat maupun teman sebaya (Notoatmodjo, 2003).

Dukungan sosial keluarga terhadap remaja juga meliputi komunikasi yang terbuka antar orang tua dan remaja, hal ini terutama yang terkait dengan pendidikan seks bagi remaja dalam menghadapi perubahan organ dan kematangan seksual. Hasil penelitian Indarwati (2013), diperoleh hasil bahwa remaja yang berada dalam lingkungan yang sama dengan orang tuannya mampu membina komunikasi yang baik dengan orang tua. Dengan komunikasi yang baik tersebut remaja bisa mendapatkan pendidikan dan perilaku seksual yang baik sehingga terjadi peningkatan pemahaman remaja mengenai kesehatan reproduksi. Peran orang tua sangat penting dalam meningkatkan pengetahuan anak remaja tentang tumbuh kembang masa pubertas khususnya kesehatan reproduksi.

Masa pubertas yang dialami remaja disertai dengan pertumbuhan dan perubahan bentuk fisik dan pematangan ciri-ciri seks primer, yaitu organ seksual. Pematangan organ seksual pada remaja disertai dengan mulai berfungsinya organ-organ tersebut yang ditandai dengan anak laki-laki mengalami mimpi basah dan pada anak perempuan mengalami *menarche* yaitu keluarnya darah menstruasi untuk pertama kali. Remaja terkadang kurang menerima adanya perubahan yang terjadi pada organ seksualnya, hal ini bisa disebabkan kurangnya pengetahuan remaja akibat kurangnya informasi dari guru maupun orang tua mengenai perubahan fisik dan bentuk tubuh yang terjadi pada masa pubertas. Timbulnya rasa sakit berupa *disminorhea* yang sering dialami oleh remaja perempuan sewaktu menstruasi, kecemasan remaja laki-laki akibat mimpi basah, rasa takut oleh karena organ seksual yang membesar, perasaan takut dan malu karena pernah melakukan masturbasi merupakan contoh permasalahan psikososial yang dialami remaja selama masa pubertas (Suryani et al., 2013)

Dalam memfasilitasi kesiapan remaja dalam menghadapi pubertas, perawat dapat berperan sebagai edukator maupun konselor. Perawat dapat memberikan pendidikan kesehatan kepada remaja terutama mengenai cara menghadapi pubertas. Misalnya dengan memberikan informasi mengenai perubahan fisik bentuk tubuh maupun perubahan emosional yang terjadi pada masa remaja. Selain itu perawat juga dapat memberikan dukungan secara langsung kepada remaja, misalnya dengan memberikan nasehat, saran dan informasi yang dibutuhkan oleh remaja berkaitan dengan pubertas. Hal ini dapat dilakukan dengan cara konseling secara personal antara perawat dengan remaja dan keluarga (Friedman, 1998).

KESIMPULAN

Dukungan sosial keluarga sangat mempengaruhi sikap remaja dalam menghadapi pubertas, bentuk dukungan sosial dapat berupa dukungan material maupun non material seperti kesempatan mengekspresikan perasaan melalui kegiatan bercerita dengan keluarga, meminta pertimbangan orang tua, bantuan atau nasehat yang diberikan orang tua, atau bahkan menyampaikan keluhan saat menghadapi persoalan pribadi. Orang tua diharapkan dapat memfasilitasi remaja dalam menghadapi pubertas dengan menerapkan sikap terbuka dan penuh perhatian sehingga remaja merasa nyaman, aman serta dapat mengembangkan perilaku yang baik selama menghadapi masa pubertas

DAFTAR PUSTAKA

- Dewi, A. C., & Kamidah. (2012). Hubungan Antara Pengetahuan Ibu Tentang Kesehatan Reproduksi Remaja Dengan Upaya Mempersiapkan Masa Pubertas Pada Anak. *Gaster*, 9(2), 17–25.
- Friedman, M. M. (1998). *Keperawatan Keluarga Teori dan Praktik; Alih Bahasa, Ina Debora R.L., Yoakim Asy* (Edisi 3 ed.). Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Gunarsa, S. D. (2008). *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Jakarta: Gunung Mulya.
- Haditiono, S. (2004). *Psikologi Perkembangan, Pengantar Dalam Berbagai Bagiannya*. Yogyakarta: UGM Press.
- Hamilton, P. M. (1995). *Dasar Dasar Keperawatan Maternitas* (6 ed.). Jakarta: EGC.
- Indarwati, S. (2013). Peran Orang Tua Dan Pengetahuan Remaja Tentang Pubertas Di Salah Satu SMP Negeri Boyolali. *Gaster*, 10(1), 20–29.
- Muhtar & Syaiful (2019) *Asuhan Keperawatan Keluarga Konsep Teori dan Aplikasi Praktik*. Mataram: Penerbit Poltekkes Kemenkes Mataram
- Notoatmodjo, S. (2003). *Ilmu Kesehatan Anak, Prinsip-Prinsip Dasar*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Puspitosari, W. A. (2002). Peranan Orang Tua Dalam Pendidikan Seksual Pada Remaja. *Mutiara Medika*, II / No.1.
- Sarwono, S. W. (1999). *Pengantar Umum Psikologi*. Jakarta: Bulan Bintang.
- Suryani, L., Syahniar, & Zikra. (2013). Penyesuaian Diri Pada Masa Pubertas. *Jurnal Ilmiah Konseling*, 2(1), 136–140. Retrieved from <http://ejournal.unp.ac.id/index.php/konselor>